

UTILIZAÇÃO DE CARTILHA COM EXERCÍCIOS COMO ESTRATÉGIA PARA O TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO DE UM ATLETA NO PÓS OPERATÓRIO DE RECONSTRUÇÃO TENDÍNEA DURANTE O PERÍODO EM ISOLAMENTO SOCIAL: UM RELATO DE CASO.

XIII Encontro de Experiências Estudantis

Samuel Santos Barbosa, Kaiuska Silva Peixoto, Gabriel Peixoto Leão Almeida, Rodrigo Ribeiro de Oliveira, Pedro Olavo de Paula Lima, Marcio Almeida Bezerra

Introdução: A pandemia do coronavírus veio acompanhada por adaptações no meio clínico e social. Dessa forma, utilizar de estratégias como cartilhas de exercícios para o progresso do atleta em atendimento fez-se necessária uma vez que os atendimentos presenciais foram temporariamente cessados. **Objetivo:** Descrever o relato de caso do paciente que utilizou das cartilhas de exercícios durante o período de isolamento social para continuidade do atendimento. **Metodologia:** Estudo descritivo de relato de caso realizado no Laboratório de Análise do Movimento Humano (LAHM) para o Programa de Bolsa de Incentivo ao Desporto, da Universidade Federal do Ceará no período de março a dezembro de 2020 através da Liga de Fisioterapia Esportiva (LIFE). **Relato de caso:** Paciente em PO de rompimento do tendão do calcâneo esquerdo. Na avaliação apresentou na goniometria: DF E: 5°, D: 25°, FP E: 10°, D: 35°. Lunge test D: 30°, E: 23°. Heel rise E: não conseguiu realizar mostrando um déficit de amplitude de movimento para dorsiflexão (DF) e flexão plantar (FP) e fraqueza de tríceps sural, além de dor e limitação das suas AVDS. Dentre os objetivos clínicos para o paciente, destacam-se: Restabelecer a ADM global do tornozelo esquerdo e fortalecer a musculatura do MIE. No plano de tratamento os objetivos apresentados tinham seus critérios de evolução descritos. Foram enviadas duas cartilhas para o paciente durante o período de quarentena, uma com exercícios de mobilidade e outra com exercícios de fortalecimento, ambas devendo ser realizadas de 3 a 4 vezes por semana. O paciente foi acompanhado pelos extensionistas da LIFE. Com o retorno dos atendimentos presenciais, o paciente foi reavaliado. Na reavaliação apresentou os seguintes resultados DF E: 20°, D: 19°, FP: E 29°, D: 30°. Lunge test D: 55°, E: 57°. Heel rise E: 20 repetições. **Conclusão:** Os resultados mostraram que a utilização desses instrumentos, ao cobrir os atendimentos presenciais, resultou positivamente no quadro do paciente.

Palavras-chave: Fisioterapia. Exercício Físico. Assistência Ambulatorial.