

# EFEITO DO TREINAMENTO DE RESISTÊNCIA DE BAIXA INTENSIDADE COMBINADO A RESTRIÇÃO PARCIAL DE FLUXO SANGUÍNEO NA DOR E FUNÇÃO EM INDIVÍDUOS COM OSTEOARTRITE DE JOELHO: UM PROTOCOLO DE ENSAIO CONTROLADO ALEATORIZADO

Carlos Riccelli Gouveira Medeiros, Sara Vasconcelos de Oliveira, Gabriel Peixoto Leao Almeida

**INTRODUÇÃO:** A osteoartrite (OA) é uma afecção crônica degenerativa com características clínicas como dor, limitação da amplitude de movimento e diminuição da capacidade funcional. O treinamento de resistência muscular (TRM) é utilizado como opção no tratamento dessa condição. A utilização da restrição parcial de fluxo sanguíneo (RPFS) associada ao TRM é uma técnica que proporciona melhora da condição clínica utilizando cargas mais baixas comparadas a protocolos de TRM convencional, porém não se sabe se a causa de melhora dos pacientes é a alta quantidade de repetições ou o auxílio da RPFS. **OBJETIVO:** Elaborar um protocolo de ensaio controlado aleatorizado (ECA) para avaliar os efeitos do treinamento de resistência de baixa intensidade em combinação a RPFS na dor e função em pacientes com OA sintomática de joelho. **METODOLOGIA:** Foi realizado uma pesquisa na base de dados PEDro e PUBMED utilizando as palavras chaves: Osteoarthritis AND Knee AND Blood Flow Resistance Training e analisado a metodologia dos ECA encontrados. **RESULTADOS:** 5 ECA exibiam volume de treino maior para os exercícios de alta intensidade em relação à baixa intensidade, tempo insuficiente de intervenção e/ou na falta de grupo controle. Construímos um protocolo de ECA com dois grupos paralelos e duplo-cego que será realizado até dezembro/2023 no Departamento de Fisioterapia da UFC. Os desfechos primários serão Dor e Função na oitava semana de intervenção. Desfechos secundários serão medidos por meio de testes funcionais, escala de percepção do efeito global, avaliação da força de quadríceps e o uso de medicamentos. Serão realizados 16 atendimentos, durante 8 semanas. O protocolo de intervenção terá o volume de treino pareado dividido em aquecimento, alongamentos e fortalecimento. **CONCLUSÃO:** Este protocolo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UFC e Clinical Trials. Reuniões de treinamento para avaliação e tratamento da pesquisa iniciaram, porém coleta ainda não iniciada por conta da pandemia.

**Palavras-chave:** Osteoartrite do Joelho. Exercício. Restrição do Fluxo Sanguíneo. Reabilitação.