

INTERVENÇÕES EM INDIVÍDUOS FISICAMENTE ATIVOS COM TENDINOPATIA PATELAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

VII Encontro de Iniciação Acadêmica

Josivan Sabino Silva Dias, Lucas Marçal Rocha da Silva, Shalimá Figueiredo Chaves Coelho Ferreira, Rodrigo, Pedro Olavo de Paula Lima

Introdução: A tendinopatia patelar (TP) é uma condição de saúde relacionada com o desequilíbrio entre capacidade e demanda da estrutura extensora de joelho, caracterizada por dor e disfunção do tendão patelar. O tratamento conservador é a principal linha de reabilitação desta condição, e é centrado em exercícios de carga progressiva para o tendão patelar. **Objetivos:** Relatar a experiência das intervenções realizadas em indivíduos diagnosticados com tendinopatia patelar no Laboratório de Cinesioterapia e Mecanoterapia da Universidade Federal do Ceará. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência do acompanhamento do tratamento de indivíduos, de ambos os sexos, diagnosticados com tendinopatia patelar, que participavam de um ensaio controlado aleatorizado. As intervenções eram realizadas três vezes por semana e ocorreram durante o período de maio a julho de 2022. **Resultados:** 48 indivíduos faziam parte do estudo. Os sujeitos foram aleatorizados em dois grupos: Controle, que recebeu bandagem placebo, e experimental, que recebeu bandagem Dynamic Tape. Os participantes receberam intervenções de exercícios progressivos e bandagem durante 12 semanas. Após a execução dos exercícios, dor e esforço eram medidos através da Escala Numérica de Dor e da Escala de esforço de Borg, respectivamente. Os desfechos eram registrados a cada dia de atendimento. **Conclusão:** A experiência foi significativa para o desenvolvimento de habilidades essenciais para o aluno de graduação em Fisioterapia, além de poder contribuir com os indivíduos no retorno às suas atividades, visto que os feedbacks positivos demonstraram essa considerável melhora.

Palavras-chave: Tendinopatia. Tendão Patelar. Bandagem Funcional.