



EXERCÍCIO FÍSICO NA REABILITAÇÃO PÓS CIRÚRGICA DE LCA

Jhonatan Alexandre
Marcelo Pereira
Ricardo Souza

Resumo

As lesões do ligamento cruzado anterior (LCA) são uma ocorrência frequente principalmente no meio esportivo, e a reconstrução deste ligamento é de fundamental importância para a restauração da estabilidade articular do joelho. Quando necessária a reconstrução do LCA pode ser realizada por diferentes técnicas que diferem entre si quanto ao local de retirada do enxerto, cuidados na reabilitação, tempo de recuperação e risco de reincidência. Cabe ao médico a decisão de qual técnica adotar, entretanto essa escolha impacta no processo de reabilitação. As duas principais técnicas de reconstrução envolvem a retirada do enxerto do tendão do quadríceps ou do tendão do grácil e semitendíneo. Sendo assim, como é de suma importância para o processo de reabilitação compreender as diferenças entre as técnicas é fundamental que o profissional de Educação Física compreenda os processos de reabilitação e tenha a capacidade de identificar as diferenças na intervenção e na recuperação em ambos os casos. O objetivo deste estudo é realizar uma revisão narrativa para compreender o papel do exercício físico no processo de reabilitação pós cirúrgica de reconstrução de LCA, fornecendo uma análise atualizada das evidências. A metodologia utilizada se trata de uma pesquisa bibliográfica em artigos mais recentes (últimos 3 anos) tendo como base de dados as plataformas Scielo e PubMed, com a inclusão de documentos tanto em português quanto em inglês. O mecanismo de triagem adotado envolve a análise dos títulos, resumos e artigos na íntegra, mantendo aqueles que ao final de tal processo atenderem os critérios de inclusão. Os resultados serão analisados considerando a natureza quali-quantitativa da presente revisão, com uma discussão qualitativa dos principais pontos, destacando as informações mais importantes presentes em cada um dos estudos analisados. Mesmo sem a conclusão da presente revisão é possível sugerir que não exista uma técnica ideal, apesar da maioria dos cirurgiões atualmente preferirem aquela que utiliza os músculos posteriores da coxa como doadores do enxerto.

Palavras-chave: Tendões patelares. tendões posteriores de coxa. Reabilitação lca. Reabilitação de lesão lca.