

PROTOCOLOS DE REABILITAÇÃO EM PACIENTES COM LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

César Henrique de Miranda Lana Rios¹, Ludmila Guimarães Gomes², Elisa Barros Campos³,
Elvis Bezerra de Souza Sales⁴

Introdução: Lesões musculoesqueléticas são condições comuns que afetam a qualidade de vida, funcionalidade e capacidade de trabalho dos pacientes. Os protocolos de reabilitação desempenham um papel crucial no processo de recuperação, promovendo a regeneração tecidual, restaurando a mobilidade e minimizando o risco de complicações. No entanto, há uma variedade de abordagens terapêuticas disponíveis, tornando necessário um entendimento claro sobre quais estratégias são mais eficazes para diferentes tipos de lesões. **Objetivo:** Esta revisão integrativa teve como objetivo identificar e analisar os protocolos de reabilitação mais eficazes aplicados em pacientes com lesões musculoesqueléticas, destacando as intervenções que promovem melhores desfechos funcionais. **Metodologia:** A pesquisa foi realizada em bases de dados eletrônicas, incluindo PubMed, Scielo e BVS, para artigos publicados entre 2015 e 2023. Foram incluídos estudos que abordaram intervenções de reabilitação para lesões musculoesqueléticas em adultos. Os critérios de inclusão envolveram estudos clínicos randomizados, ensaios controlados e revisões sistemáticas. A análise dos resultados seguiu o método de síntese narrativa, com a categorização das diferentes abordagens terapêuticas, como fisioterapia, exercícios terapêuticos e uso de recursos eletroterapêuticos. **Resultados e Discussão:** Foram incluídos 25 estudos, que demonstraram que protocolos combinando exercícios de fortalecimento, alongamento e mobilização articular produzem os melhores resultados em termos de recuperação funcional e redução de dor. A fisioterapia manual, associada a exercícios supervisionados, foi eficaz para lesões de tecidos moles, como tendinites e entorses, enquanto o uso de eletroterapia e terapia por ondas de choque mostrou benefícios em lesões crônicas, como tendinopatias. No entanto, a individualização do protocolo com base na condição específica de

¹ Centro Universitário Governador Ozanam Coelho.

² Fundação Universidade Dom André Arcoverde.

³ Faculdade de Medicina de Barbacena.

⁴ Universidad Privada Abierta Latioamericana.

cada paciente foi apontada como essencial para otimizar os resultados. **Conclusão:** A revisão integrativa indica que não há um único protocolo de reabilitação que seja universalmente eficaz para todas as lesões musculoesqueléticas. Abordagens combinadas, ajustadas à natureza e à gravidade da lesão, são fundamentais para o sucesso do tratamento. Recomenda-se que os profissionais de saúde personalizem os programas de reabilitação para cada paciente, levando em consideração fatores como tipo de lesão, estágio de recuperação e resposta individual às intervenções.

Palavras- Chave: Reabilitação musculoesquelética. Protocolos de tratamento, Fisioterapia.