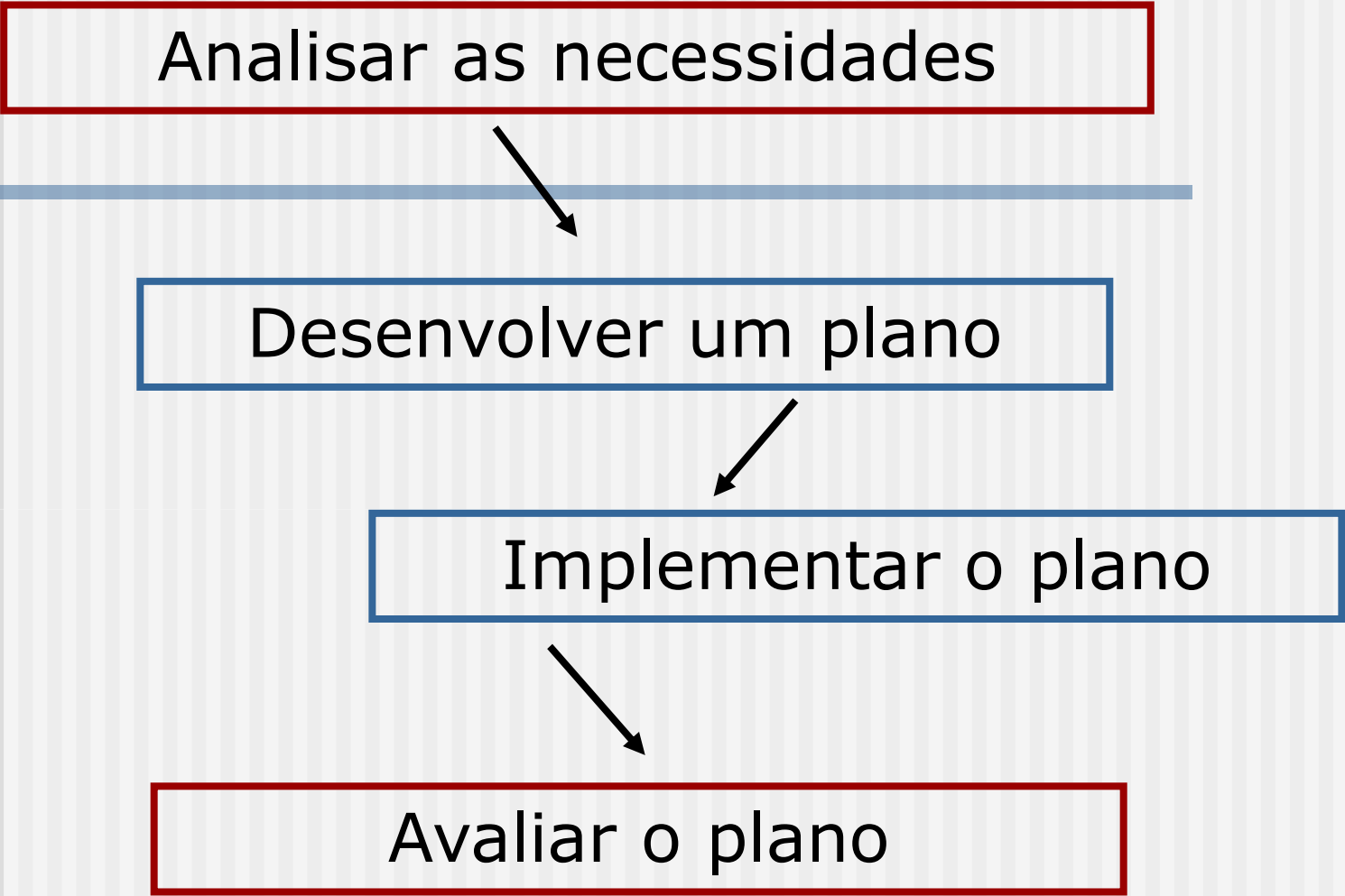


Definições de exercícios na amplitude de movimento

Kisner & Colby
Exercícios Terapêuticos
Capítulo 2

Analisar as necessidades



```
graph TD; A[Analisar as necessidades] --> B[Desenvolver um plano]; B --> C[Implementar o plano]; C --> D[Avaliar o plano];
```

A flowchart illustrating a four-step process. The first step, 'Analisar as necessidades', is in a red-bordered box. A horizontal blue line is positioned below it. An arrow points from the first box to the second box, 'Desenvolver um plano', which has a blue border. Another arrow points from the second box to the third box, 'Implementar o plano', also with a blue border. A final arrow points from the third box to the fourth box, 'Avaliar o plano', which has a red border.

Desenvolver um plano

Implementar o plano

Avaliar o plano

Analisar as necessidades

- Informação subjetiva
 - a história do caso
- Dados objetivos (avaliação clínica)
 - Inspeção
 - Órteses
 - Postura
 - Pele do membro acometido

Dados objetivos

■ Testes específicos

- Integridade articular / testes resistidos
- Provocar ou recriar os sintomas
 - Através de movimento ativo / passivo
 - Sensação do movimento
 - Paciente
 - Terapeuta (espasmo, espasticidade, contratura, retração)

Dados objetivos

■ Palpação

- Pele e subcutâneo
- Músculos
- Bainhas e tendões
- Articulação
- Nervos e vasos

Dados objetivos

- Testes neurológicos
 - Habilidade motora
 - Teste sensorial
 - Reações e reflexos,...
- Testes funcionais
 - Específico de cada região
 - Condição cardiovascular
 - Capacidade respiratória
 - Desempenho da marcha,....

Analisar as necessidades

....continuação

- Para definir um plano de tratamento:
 - Identificação do diagnóstico
 - Ex. AVE
 - Identificação do comprometimento clínico
 - Ex. marcha
 - Identificação das limitações funcionais
 - Ex. musculares, articulares, neuromotoras
 - Identificação das deficiências/sequelas
 - Ex. órteses/ CR/ outros dispositivos

Desenvolvimento e Implementação do plano

- Estabelecimento de metas
- Identificação de metas a curto-prazo
- Identificação de metas a longo-prazo
- Desenvolvimento do plano
- Como avaliar resultado funcional esperado
- Programa domiciliar

Metas do exercício terapêutico

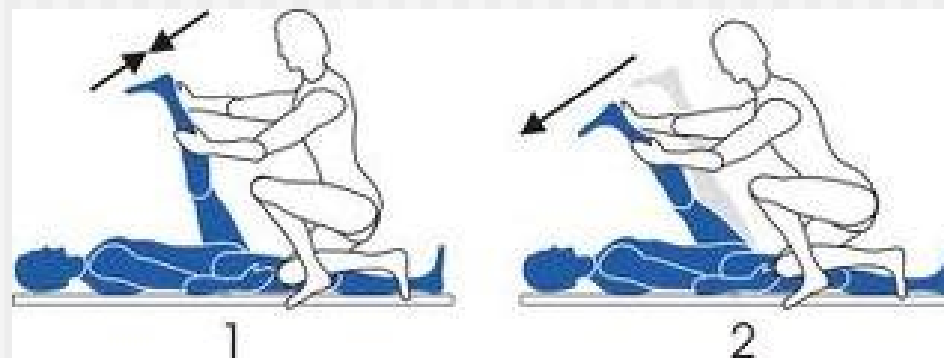
- Força
- Resistência à fadiga
- Mobilidade e flexibilidade
- Estabilidade
- Relaxamento
- Coordenação, equilíbrio e habilidades funcionais

....Exercícios Terapêuticos

PASSIVO

- Movimento dentro de uma ADM
- Produzido totalmente por força externa
 - Aparelho, gravidade, outra pessoa,...
- Não há contração voluntária
- Não é sinônimo exclusivo de alongamento passivo

Movimento passivo



Indicações e metas

PASSIVO

- Paciente não apto (ou qdo não se acha apto – dor, inflamação,...)
 - Mantém integridade da articulação
 - ↓ formação de encurtamentos
 - Mantém elasticidade mecânica do m.
 - ↑ a dinâmica vascular
 - ↓ ou inibe a dor
 - Mantém a consciência do movimento

Indicações e metas PASSIVO

- Avaliar ADM do paciente
- Flexibilidade
- Para demonstrar o movimento almejado ao paciente (qdo o paciente irá realizar o movimento ativamente)
- Na preparação de um alongamento passivo

Limitações

- Movimento passivo:
 - Não previne atrofia
 - Não aumenta força
 - Não aumenta resistência à fadiga
 - Não melhora circulação como a contração ativa

Mobilização passiva contínua

- Durante o processo de cicatrização...
 - Imobilização completa gera adesões, ↓ da circulação e ↑ tempo de recuperação
 - MPC, no arco não doloroso, beneficia cicatrização e acelera recuperação
 - Utiliza-se
 - amplitude controlada (arco não doloroso)
 - Velocidade ↓
 - Monitora-se a tolerância do paciente

MPC (ou CPM continuous passive motion)



ATIVO

- Movimento dentro da ADM livre do segmento
- Contração ativa dos músculos

Movimento ativo



ATIVO-ASSISTIDO

- Tipo de ADM ativa
- Assistência feita por força externa
 - Manual
 - Mecânica
- Músculos precisam de assistência para completá-los

Indicações e metas ATIVO E ATIVO-ASSITIDO

- qdo paciente tem força muscular
FRACA (2) OU REGULAR INFERIOR
(3-) – usar exerc. ativo-assistido

Indicações e metas

ATIVO E ATIVO-ASSISTIDO

- Paciente apto a contrair e mover um segmento, com ou sem assistência
 - Mantém contratilidade e elasticidade muscular
 - Mantém Feedback sensorial
 - Estimula a integridade óssea e articular
 - ↑ circulação e previne formação de trombos
 - Desenvolve coordenação

Movimento ativo-assistido





Fim...da 1ª parte