



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA**  
**CAMPUS I – CAMPINA GRANDE**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE**  
**DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA**  
**CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA**

**JOSÉ WESLEY LIMA SANTOS**

**MODALIDADES FISIOTERAPÊUTICAS NA MELHORA DA**  
**QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM ARTRITE REUMATOIDE:**  
**UMA REVISÃO NARRATIVA**

**CAMPINA GRANDE – PB**

**2022**

JOSÉ WESLEY LIMA SANTOS

MODALIDADES FISIOTERAPÊUTICAS NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA  
EM PACIENTES COM ARTRITE REUMATOIDE: UMA REVISÃO NARRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado ao curso de Graduação de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel no Curso de Fisioterapia.

**Área de concentração:** Fisioterapia em reumatologia

**Orientadora:** Prof. Dra. Alessandra Ferreira Tomaz

CAMPINA GRANDE – PB

2022

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S237m Santos, Jose Wesley Lima.

Modalidades fisioterapêuticas na melhora da qualidade de vida em pacientes com artrite reumatoide [manuscrito] : uma revisão narrativa / Jose Wesley Lima Santos. - 2022.

17 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde , 2022.

"Orientação : Profa. Dra. Alecsandra Ferreira Tomaz , Departamento de Fisioterapia - CCBS."

1. Artrite reumatóide. 2. Modalidades fisioterapêuticas. 3. Doença crônica. I. Título

21. ed. CDD 616.722 7

JOSÉ WESLEY LIMA SANTOS

MODALIDADES FISIOTERAPÊUTICAS NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA  
EM PACIENTES COM ARTRITE REUMATOIDE: UMA REVISÃO NARRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso (artigo)  
apresentado ao curso de Graduação de Fisioterapia  
da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB),  
como requisito parcial para obtenção do grau de  
Bacharel no Curso de Fisioterapia

**Área de concentração:** Fisioterapia em  
reumatologia

Aprovado em: 29 / 11 / 2022

**BANCA EXAMINADORA**

Alexsandra Ferreira Tomaz  
Prof. Dra. Alecsandra Ferreira Tomaz (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Dásio José de A. Pereira  
Prof. Dr. Dásio José de Araújo Pereira  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Bruno Felipe de Lucena Hambro  
Prof. Dr. Bruno Felipe de Lucena  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

CAMPINA GRANDE – PB

2022

## LISTA DE FIGURAS E QUADROS

<b>FIGURA 1</b> - Fluxograma da busca e seleção dos artigos.....	8
<b>Quadro 1</b> - Características dos estudos selecionados.....	9
<b>Quadro 2</b> – Características acerca dos resultados, conclusão, metodologia e instrumentos.....	10

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>7</b>
<b>2</b>	<b>METODOLOGIA .....</b>	<b>7</b>
<b>3</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>8</b>
<b>3.1</b>	<b>Seleção de estudos.....</b>	<b>8</b>
<b>3.2</b>	<b>Características dos estudos .....</b>	<b>9</b>
<b>4</b>	<b>DISCUSSÃO.....</b>	<b>12</b>
<b>4.1</b>	<b>Revisões sistemáticas .....</b>	<b>12</b>
<b>4.2</b>	<b>Estudos experimentais.....</b>	<b>13</b>
<b>5</b>	<b>CONCLUSÃO .....</b>	<b>14</b>
	<b>REFERÊNCIAS .....</b>	<b>15</b>

## MODALIDADES FISIOTERAPÊUTICAS NA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES COM ARTRITE REUMATOIDE: UMA REVISÃO NARRATIVA

José Wesley Lima Santos<sup>1</sup>

### RESUMO

**INTRODUÇÃO:** A artrite reumatoide é uma doença inflamatória no qual o próprio sistema imune do corpo ataca os próprios tecidos saudáveis que pode gerar inchaço e rigidez articular, além de vermelhidão, dor e calor ao redor das articulações. Trata-se de uma enfermidade crônica e sistêmica, o que pode prejudicar gravemente a qualidade de vida dos acometidos. **OBJETIVO:** Analisar as principais modalidades fisioterapêuticas na melhora da qualidade de vida de pacientes com artrite reumatoide. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica do tipo narrativa, cuja análise foi realizada de forma descritiva e a busca foi feita nas seguintes bases de dados: PubMed, ScieLO, LILACS e Periódicos CAPES, considerando artigos que estivessem nos idiomas inglês e português, publicados entre os anos de 2017 a 2022, utilizando os uniternos “Arthritis Rheumatoid”, “Artrite Reumatoide”, “Physical Therapy Modalities”, “Modalidades de fisioterapia”, “Quality of Life” e “Qualidade de vida”, combinados e isolados, associados pelos operadores booleanos “OR” e “AND”. **RESULTADOS:** A seleção foi realizada entre setembro e novembro de 2022 e obteve-se 144 artigos, sendo 132 artigos excluídos por leitura de título e resumo. Após exclusão por duplicatas, indisponibilidade de texto na íntegra, não ter relação direta com o tema e leitura completa, a amostra final foi composta por 6 estudos. Todos artigos obtiveram resultados positivos quanto à qualidade de vida, entretanto, todos os autores buscaram modalidades fisioterapêuticas diferentes. **CONCLUSÃO:** Os achados evidenciaram o importante papel da fisioterapia na melhora da qualidade de vida dos portadores de artrite reumatoide, visto que todas as modalidades fisioterapêuticas estudadas no presente artigo foram consideradas benéficas à essa população.

**Palavras-chave:** Artrite reumatoide. Modalidades fisioterapêuticas. Qualidade de Vida.

### ABSTRACT

**INTRODUCTION:** Rheumatoid arthritis is an inflammatory disease in which the body's own immune system attacks its own healthy tissues, which can lead to joint swelling and stiffness, in

---

<sup>1</sup> Discente de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). E-mail: josewesley0807@gmail.com

addition to redness, pain and heat around the joints. It is a chronic and systemic disease, which can seriously impair the quality of life of those affected. **OBJECTIVE:** To analyze the main physiotherapeutic modalities in improving the quality of life of patients with rheumatoid arthritis. **METHODOLOGY:** This is a narrative-type bibliographic research, whose analysis was carried out in a descriptive way and the search was carried out in the following databases: PubMed, ScieLO, LILACS and Periodicals CAPES, considering articles that were in English and Portuguese, published between the years 2017 to 2022, using the uniterms “Arthritis Rheumatoid”, “Artrite Reumatoide”, “Physical Therapy Modalities”, “Physical Therapy Modalities”, “Quality of Life” and “Quality of life”, combined and isolated, associated by the Boolean operators “OR” and “AND”. **RESULTS:** The selection was carried out between September and November 2022 and 144 articles were obtained, 132 of which were excluded by reading the title and abstract. After exclusion due to duplicates, unavailability of the full text, not being directly related to the theme and complete reading, the final sample consisted of 6 studies. All articles obtained positive results regarding quality of life, however, all authors sought different physiotherapeutic modalities. **CONCLUSION:** The findings showed the important role of physiotherapy in improving the quality of life of patients with rheumatoid arthritis, since all the physiotherapy modalities studied in this article were considered beneficial to this population.

**Keywords:** Rheumatoid Arthritis. Physiotherapeutic Modalities. Quality of Life.



## 1 INTRODUÇÃO

Segundo Mudano *et al.* (2019), a Artrite Reumatoide (AR) trata-se de um problema que o sistema imune do corpo ataca seus próprios tecidos saudáveis, gerando vermelhidão, dor e calor ao redor das articulações, especialmente nas mãos e nos pés e além de ser crônica e sistêmica, infelizmente, a AR ainda não possui cura. Ademais, de acordo com Sparks (2019), a Artrite Reumatoide (AR) é uma doença inflamatória que além de tudo pode gerar inchaço nas articulações e rigidez, principalmente pela manhã. Devido a isso pode prejudicar gravemente a função física e a qualidade de vida das pessoas acometidas.

Globalmente, a proporção de prevalência, apesar da variedade de acordo com os países, é de 1,3% (FERNANDEZ-GONZALEZ, *et al.* 2021), e no Brasil segundo Ogawa (2017), 2 milhões de pessoas sofrem com essa doença. Além disso, atinge duas vezes mais mulheres do que homens e apesar de geralmente surgirem os sintomas entre 40 e 60 anos, existem alguns casos que fogem a “regra” e surgem em indivíduos bem mais jovens.

Com isso, diversas modalidades de terapia têm sido consideradas a fim de amenizar os sintomas de quem convive com a AR e, conseqüentemente, melhorar sua qualidade de vida. A partir disso, surgiu a dúvida: Quais modalidades fisioterapêuticas são, de fato, eficazes na melhora da qualidade de vida dos pacientes com artrite reumatóide?

Por isso, esse estudo teve como objetivo buscar referências bibliográficas que fornecessem informações sobre os efeitos de modalidades fisioterapêuticas que vem sendo utilizadas como tratamento em pacientes com AR e se as mesmas contribuem para melhorar a qualidade de vida destes. Dessa forma, é possível unir dados acerca de diversas modalidades e seus efeitos, ou sua ineficácia, quando aplicadas nesse tipo de amostra escolhida e incentivar aos profissionais que busquem sempre aplicar técnicas que sejam comprovadas para aquele intuito.

## 2 METODOLOGIA

Visando reunir conteúdos acerca do tema apresentado, o presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica do tipo narrativa. A pesquisa foi realizada nas bases de dados PubMed, ScieLO, LILACS e Periódicos CAPES, considerando artigos que estivessem nos idiomas inglês e português, publicados entre os anos de 2017 a 2022. Para a busca, foram utilizados os seguintes descritores: “Arthritis Rheumatoid”, “Artrite Reumatoide”, “Physical Therapy Modalities”, “Modalidades de fisioterapia”, “Quality of Life” e “Qualidade de vida”, combinados e isolados, utilizando os operadores booleanos “OR” e “AND”.

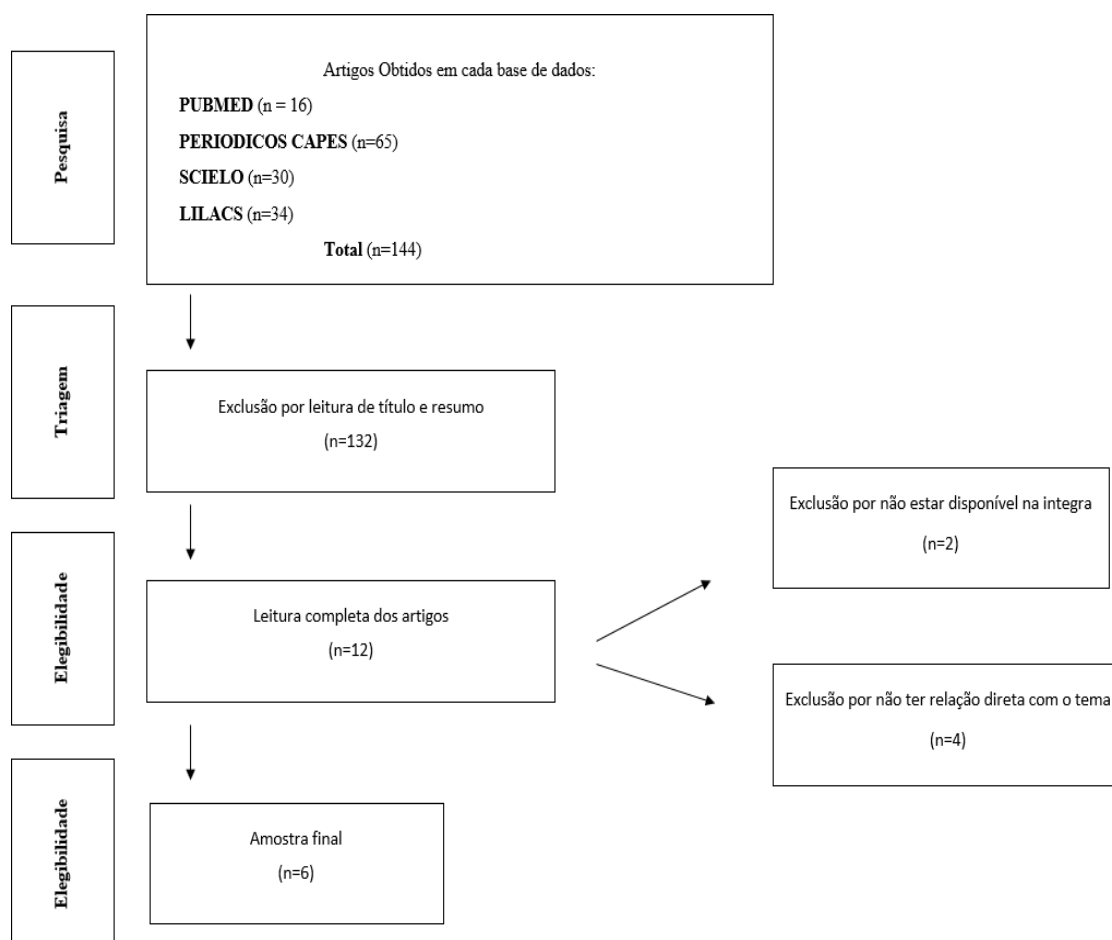
Incluiu-se no estudo artigos que abordassem modalidades fisioterapêuticas que pudessem

ser utilizadas no objetivo de melhorar a qualidade de vida em pacientes com artrite reumatoide. Foram excluídos da revisão os artigos que abordassem apenas tratamento medicamentoso.

### 3 RESULTADOS

#### 3.1 Seleção de estudos

Para compor esta revisão narrativa foram selecionados 12 artigos que abordassem modalidades fisioterapêuticas com o objetivo de melhoria de parâmetros indicadores de qualidade de vida de pacientes com artrite reumatoide. 2 artigos foram excluídos por não estarem disponíveis para leitura na íntegra. Após leitura do artigo na íntegra, foram excluídos 4 artigos por não apresentarem amostra e metodologia consoante aos critérios de inclusão. Dessa forma, foram elegidos 6 artigos, sendo 2 da PubMed, 1 da ScieLO, 1 da LILACS e 2 dos Periódicos CAPES. Segue a Figura 1, que ilustra o fluxograma a fim de facilitar o entendimento dos achados da busca dos artigos.



**FIGURA 1** - Fluxograma da busca e seleção dos artigos

Fonte: elaboração própria, 2022

Os estudos foram selecionados a partir de pesquisas nas bases de dados PubMed, ScieLO, LILACS e Periódicos CAPES com os descritores escolhidos. Os artigos incluídos nesta revisão foram publicados entre os anos de 2017 e 2022, sendo dois de 2017, um de 2019, um de 2021 e dois do ano de 2022.

Não foram utilizados critérios de elegibilidade em relação ao tipo de estudo dos artigos, dessa forma, conseguiu-se selecionar artigos variados quanto ao seu tipo. Foram escolhidos dois artigos do tipo estudo experimental (HAGLO et al.2022; CALDERÓN et al 2021), duas revisões sistemáticas (SOBUE et al.2022; SECA et al. 2019), um estudo clínico randomizado controlado (KIRÁL et al 2017) e um relato de caso (SCHNORNBERGER 2017). Mesmo diferindo em relação a suas características, os artigos objetivam testar, provar ou estudar uma modalidade fisioterapêutica como ferramenta eficiente na melhora da qualidade de vida em pacientes com artrite reumatoide.

### 3.2 Características dos estudos

**Quadro 1 - Características dos estudos selecionados**

<b>AUTOR/ANO</b>	<b>TIPO DE ESTUDO</b>	<b>OBJETIVO</b>	<b>AMOSTRA</b>
SOBUE, Yasumori et al. (2022)	Revisão sistemática e metanálise	Avaliar o impacto da terapia de exercício nos desfechos relatados pelo paciente (PROs) na artrite reumatóide (RA).	Os autores pesquisaram no PubMed, Japana Centra Revuo Medicina Web e na Cochrane Library (de 2009 a 2018) para identificar artigos que avaliaram os PROs da terapia por exercícios e a atividade da doença deAR.
HAGLO, Havard et al. (2022)	Estudo experimental	Avaliar se o treinamento de força máxima (TFM) foi uma terapia viável para pacientes com doença reumática inflamatória.	Foram selecionados 23 pacientes com idade entre 36 e 62 anos, sendo 20 do sexo feminino e 3 do sexo masculino.
SECA, Susana, et al. (2019)	Revisão sistemática	Analisar se a acupuntura é eficaz no alívio da dor, da função física e melhora da qualidade de vida em pacientes com AR.	Os autores consideraram ensaios clínicos randomizados com pacientes com artrite reumatóide classificada pela American College of Rheumatology (ACR).
SCHNORNBERGER, Caroline et al(2017)	Relato de Caso	Verificar os efeitos de um programa de intervenção fisioterapêutica na dor e na qualidade de vida de mulheres com artrite reumatoide.	Estudo de uma série de casos de cinco pacientes do sexo feminino, com média de idade de $\pm 54$ anos.
CALDERÓ, J Menezes et al. (2021)	Estudo longitudinal quase experimental	Verificar se um tratamento complementar com fototerapia melhoraria as alterações nas escalas funcionais em pacientes com AR.	Sete mulheres com AR foram inscritas neste estudo.

KIRÁLY, Márta et al (2017)	Estudo clínico randomizado controlado.	Investigar os efeitos da terapia de ultrassom subaquático (EUA)	48 pessoas acometidas pela artrite reumatóide.
----------------------------	--	---	--

Fonte: Elaboração própria, 2022; Legenda: AR: artrite reumatoide;

O quadro 2 a seguir destrincha os artigos apresentando mais algumas partes relevantes para o estudo, sendo elas os resultados, conclusão, metodologia e o instrumento utilizado em cada artigo

**Quadro 2** – Características acerca dos resultados, conclusão, metodologia e instrumentos

AUTOR/ ANO	METODOLOGIA	INSTRUMENTO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
SOBUE, Yasumori et al. (2022)	Foram pesquisados artigos nas plataformas (de 2009 a 2018)	Índice de Incapacidade do Questionário de Avaliação de Saúde	Foram observadas melhorias significativas no Índice de Incapacidade do Questionário de Avaliação de Saúde, na dor e no SF-36 (Questionário de Qualidade de Vida).	A terapia de exercícios sistêmicos e de membros superiores no tratamento de AR melhora a avaliação subjetiva do paciente sobre dor, função física e qualidade de vida.
HAGLO, Havard et al. (2022)	A amostra foi randomizada em dois grupos: grupo para treinamento de força máxima e grupo controle.	Protocolo incremental em esteira e QVRS (qualidade de vida relacionada à saúde)	Resultou em melhorias de HRQoL nas dimensões; funcionamento físico, saúde geral e vitalidade ( $p < 0,05$ ). O funcionamento físico foi associado ao 1RM	Apesar de relatarem dor, rigidez e inchaço nas articulações, os pacientes toleram bem o TFM. Ademais, o grupo TFM apresentou melhoria na qualidade de vida e função física.

SECA, Susana, et al. (2019)	Foram selecionados artigos em que os pacientes tenham sido tratados com acupuntura em acupontos específicos combinados ou não com estimulação elétrica ou moxacombustão.	EVA (Escala visual analógica). VAS (Questionário de Avaliação de Saúde Específica para Doenças, HRQoL (escala de qualidade de vida)	Os estudos selecionados, mostraram-se favoráveis. Houveram efeitos significativos da acupuntura no alívio dos sintomas de AR em comparação com os controles.	Observou-se muita heterogeneidade nos estudos. Portanto, seriam necessários mais estudos para fortalecer a base de evidência sobre tratamentos de acupuntura e entender melhor os efeitos a longo prazo na AR.
SCHNORN BERGER, Caroline et al (2017)	Foi feita uma avaliação inicial sobre dor e qualidade de vida nas participantes. Após isso os pacientes foram submetidos a um programa de intervenção fisioterapêutica baseado em cinesioterapia, que foi realizado em grupos, composto por duas sessões por semana e duração de 50 minutos por sessão, totalizando 10 sessões.	Escala visual analógica de dor e avaliação da QV por meio do Questionário de Qualidade de Vida	A dor não apresentou resultados estatisticamente significativos quando analisada pela escala analógica visual. Entretanto, ao avaliarmos a qualidade de vida relacionada à dor e vitalidade, houve resultados estatisticamente significativos ( $p \leq 0,05$ ) no pós-intervenção.	O programa de intervenção proposto foi eficaz na melhoria dos domínios dor e vitalidade referentes à análise da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide.
CALDERÓN, J Menezes et al (2021)	As pacientes foram submetidas a sessões de fototerapia com uma lâmpada de 425-650 nm	Escala de Karnofsky, escala de qualidade de vida - artrite reumatoide (QoL-RA), qualidade de vida específica para artrite reumatoide (RA-QoL), classificação da capacidade funcional de Steinbrocker, EVA.	Houve uma melhoria significativa em várias variáveis	As escalas avaliadas mostram claramente um benefício da fototerapia com lâmpada de 425-650 nm em pacientes com AR. Assim, a fototerapia parece ser uma opção complementar plausível para reduzir os sintomas da AR

KIRÁLY, Márta et al (2017)	Os participantes foram aleatoriamente divididos em um grupo experimental com 25 pessoas, as quais receberam o tratamento subaquático para pulsos e mãos durante 7 minutos por sessão com intensidade de 0,7 W/cm <sup>2</sup> para 10 sessões e 23 pessoas no grupo controle que receberam um tratamento placebo.	Atividade da doença (velocidade de hemossedimentação [ESR], proteína Creativa [PCR], contagens de articulações sensíveis e inchadas, EVA, DAS28, função da mão e Questionário de Avaliação de Saúde [HAQ])	Houve um significativo alívio da dor, melhora na extensão de punho esquerdo e uma diminuição considerável da proteína C-reativa, na segunda semana eem comparação ao grupo controle.	A ultrassonografia subaquática foi melhor do que o tratamento placebo do grupo de controle no final de 2 semanas de tratamento, mas não a longo prazo (14 semanas) em pacientes com artrite reumatoide.
----------------------------	---	--	--	---

**Fonte:** Elaboração própria, 2022. Legenda: AR: Artrite reumatóide; QV: Qualidade de Vida

## 4 DISCUSSÃO

### 4.1 Revisões sistemáticas.

No que se refere a revisões sistemáticas dois artigos foram encontrados e selecionados para compor esta revisão Um deles objetivou avaliar a melhora da qualidade de vida de pacientes acometidos com a artrite reumatóide através de terapia de exercícios nos desfechos relatados pelo paciente (SOBUE et al.2022), e o outro que buscou avaliar, além da melhora na qualidade de vida, o alívio da dor e da função física através do uso da acupuntura em paciente com artrite reumatóide (SECA et al. 2019).

O artigo elaborado por Seca et al. (2019) reuniu estudos em relação a dor, função física e consequentemente qualidade de vida dos pacientes com AR. Em relação a dor, esta foi baseada na EVA (Escala Visual Analógica) comparando o tratamento com acupuntura auricular e um tratamento convencional. A acupuntura mostrou-se muito mais efetiva a partir da quarta semana de tratamento, além disso em relação a função física foi notável a menor quantidade de articulações afetadas em pacientes tratados com acupuntura quando comparado a pacientes com tratamento ocidental convencional.

No estudo desenvolvido por Sobue et al. (2022) foi buscado nas bases de dados selecionadas artigos que dissertassem a relação de exercícios tanto sistêmicos quanto exercícios focados em membros superiores. Foi constatada uma melhora nos desfechos relatados pelos pacientes com foco na melhora da dor em exercícios sistêmicos (não especificados pelo autor) e na função física para exercícios de membros superiores, mas de modo geral, o impacto em relação a terapia de exercício em PROs foi considerada moderada.

Entretanto, é importante ressaltar que, tanto o primeiro estudo (SOBUE et al.2022) quanto o segundo (SECA et al. 2019), os autores encontraram artigos controversos e ainda afirmaram que o fato de se tratarem de revisões sistemáticas pode dificultar o achado de dados mais concretos, visto que não é possível implementar um protocolo único para todos os artigos e que a técnica, mesmo que seja igual e aplicada em casos clínicos praticamente idênticos, se for realizada de uma forma diferente ou com tempos de aplicações diferentes pode chegar a resultados bem diferentes.

## **4.2 Estudos experimentais**

Dentre os estudos incluídos tem-se dois estudos experimentais (HAGLO et al., 2022; CALDERÓN et al., 2021), um estudo clínico randomizado controlado (KIRÁLY et al 2017) e um relato de caso (SCHNORNBERGER, 2017).

Em relação ao artigo sobre fototerapia (CALDERÓN et al., 2021), o estudo apesar da pequena população conseguiu, mediante cinco escalas de avaliação, comparar o antes e depois de sete mulheres. Todas as escalas revelaram melhoras e mostraram que a fototerapia pode ser um tratamento eficaz na luta contra a artrite reumatoide, mas não foi mencionada qual a modalidade da fototerapia utilizada. No outro estudo experimental (HAGLO et al., 2022) conseguiu-se reunir uma população maior e realizar um tratamento um pouco mais prolongado (entre 12 e 16 semanas) e protocolou 10 semanas de atendimento, assim como os autores do relato de casos (SCHNORNBERGER et al., 2017) e do estudo clínico randomizado controlado (KIRÁLY et al 2017), que também aplicaram exatamente 10 sessões.

No estudo sobre força máxima (HAGLO et al., 2022), além de monitorar a situação da qualidade de vida dos pacientes que estavam realizando o tratamento, buscou-se saber se era viável o uso da leg press com uma carga máxima de cerca de 90% de 1RM para o tratamento de doenças reumática inflamatórias e por isso alguns tópicos a mais foram avaliados como o teste de consumo máximo de oxigênio e um teste de resistência.

Como resultado, notou-se que além da melhora da qualidade de vida dos pacientes, da melhora da dor e da rigidez matinal – quando comparado ao grupo controle – os pacientes compareceram e realizaram conforme o protocolo em 95% das consultas e sem intercorrências maiores, portanto além de se apresentar como tratamento viável, mostrou-se ser uma modalidade bastante eficaz. É válido mencionar que por possuir dor, rigidez e outros sintomas muitas vezes os pacientes possuem receio de praticar uma atividade de maior intensidade, porém o estudo conseguiu mostrar que além de ser viável gerou benefícios significativos para

os pacientes em questão e por isso merece ser considerada.

O ultrassom subaquático foi a técnica utilizada em um dos estudos selecionados (KIRÁL et al 2017). O ultrassom foi aplicado durante 7 minutos e em cada lado da mão e do punho igualmente, enquanto o grupo controle passava pela mesma experiência, porém com o equipamento desligado. Os parâmetros inflamatórios do grupo que recebeu o tratamento com

ultrassom diminuíram em cada sessão, sendo acompanhados através de dos testes de medição de resultados e alguns movimentos de mão e punho, que apresentaram melhora, como flexão e extensão de punho, porém o grau de fechamento de punho e a sensação de dor manteve-se bem semelhante em ambos os grupos. Dessa forma, essa técnica mostrou-se eficaz na melhora da qualidade de vida apenas em curto prazo, ao se observar um prazo maior, não houve muita diferença entre os grupos.

As pacientes do estudo de relato de caso (SCHNORNBERGER et al., 2017) passaram por um protocolo de cinesioterapia com dez sessões que incluíam alongamentos, fortalecimento, motricidade entre outras atividades, com o objetivo de verificar o impacto sobre a qualidade de vida e na dor dos pacientes. As cinco pacientes reagiram cada uma com suas particularidades ao processo de tratamento, algumas desenvolveram melhor a capacidade funcional, outras tiveram uma melhora na dor, porém, quando se trata de qualidade de vida todos os pacientes melhoraram em pelo menos um aspecto que afeta positivamente sua vida e, mesmo possuindo uma amostra pequena, como o estudo anteriormente citado (CALDERÓN et al., 2021) , esse programa de intervenção estabeleceu uma conduta adequada no tratamento da artrite reumatoide.

Apesar de nenhum dos autores ter estudado a mesma modalidade, todos eles utilizaram como instrumento de avaliação questionários de qualidade de vida, nos quais as diversas modalidades fisioterapêuticas se mostraram favoráveis onde, principalmente nos estudos experimentais, foram apresentadas com um melhor embasamento científico, mencionando as técnicas e seus efeitos nas amostras estudadas.

## **5 CONCLUSÃO**

Os achados desse estudo sugerem que a intervenção fisioterapia possui um papel importante no tratamento e na melhora da qualidade de vida de pessoas acometidas com artrite reumatoide, atuando no alívio da dor, melhora da função física e melhora da rigidez matinal, fatores contribuintes para a qualidade de vida. O exercício terapêutico, ultrassom subaquático, fototerapia, além da acupuntura, uma técnica da Medicina Tradicional Chinesa podem ser



alternativas viáveis na programação terapêutica para os indivíduos que sofrem de AR.

E, embora os resultados indiquem que as técnicas são eficientes na melhora da qualidade de vida dos pacientes com AR, foi observado que estudos sobre a temática são escassos. Portanto, pesquisas futuras com maior amostra e rigor metodológico precisam continuar a serem desenvolvidas. Deve-se aprofundar os estudos nas técnicas já mencionadas e estudar técnicas que ainda não se encontram nas bases de dados. Dessa forma, evidências mais concretas estarão disponíveis, fortalecendo os achados dessa revisão e possibilitando a determinação de um protocolo ideal para a população acometida pela doença.

### REFERÊNCIAS

FERNANDEZ-GONZALEZ, et al. Therapeutic Benefits of Balneotherapy on Quality of Life of Patients with Rheumatoid Arthritis: A Systematic Review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v.18. n.24. 2021.

GOATS, et al. Low intensity Laser and Phototherapy for Rheumatoid Arthritis. **Research Report**, v.82, n.5, p.311-320, 1996

HAGLO, H. et al. Maximal strength training in patients with inflammatory rheumatic disease: implications for physical function and quality of life. **European Journal of Applied Physiology**, v. 122, n. 7, p. 1671–1681, 1 jul. 2022.

HAGLO, H. et al. Maximal strength training in patients with inflammatory rheumatic disease: implications for physical function and quality of life. **European Journal of Applied Physiology**, v. 122, n. 7, p. 1671–1681, 1 jul. 2022.

HERNÁNDEZ-HERNÁNDEZ, María Vanesa. DÍAZ-GONZÁLEZ, Federico. Role of physical activity in the management and assessment of rheumatoid arthritis patients. **Reumatología Clínica**, v.13. n.4. p.214-220. 2017

HIRNOVEN, et al. Effectiveness of diferente cryotherapues on pain and disead activity in active rheumatoid arthritis. A randomised single blinded controlled trial. **Clin Exp Rheumatol**, v.24, n.3, p.295-301, 2006

IMOTO, et al. Evidence for the efficacy of Tai Chi for treating rheumatoid arthritis: anoverview of systematic reviews. **Sao Paulo Medical Journal**, v.139, p.91-97, 2021.

KIRÁLY, M. et al. Effects of underwater ultrasound therapy on pain, inflammation, hand function and quality of life in patients with rheumatoid arthritis – a randomized controlled trial. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 21, n. 3, p. 199–205, 1 maio 2017.

KIRÁLY, M. et al. Effects of underwater ultrasound therapy on pain, inflammation, hand function and quality of life in patients with rheumatoid arthritis – a randomized controlled trial. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 21, n. 3, p. 199–205, 1 maio 2017.

MENESES CALDERÓN, J. et al. Phototherapy induces an improvement in clinical and biochemical scores in patients with rheumatoid arthritis. **West Indian Medical Journal**, v. 69, n. 1, p. 21–25, 2021.

MENESES CALDERÓN, J. et al. Phototherapy induces an improvement in clinical and biochemical scores in patients with rheumatoid arthritis. **West Indian Medical Journal**, v. 69, n. 1, p. 21–25, 2021.

MUDANO, et al. Tai chi for rheumatoid arthritis. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, v.9. 2019.

SCHNORNBERGER, C. DE M.; JORGE, M. S. G.; WIBELINGER, L. M. Physiotherapeutic intervention in pain and quality of life of women with rheumatoid arthritis. Case reports. **Revista Dor**, v. 18, n. 4, 2017.

SECA, S. et al. Effectiveness of Acupuncture on Pain, Physical Function and Health-Related Quality of Life in Patients with Rheumatoid Arthritis: A Systematic Review of Quantitative Evidence. **Chinese Journal of Integrative Medicine**, v. 25, n. 9, p. 704–709, 1 set. 2019.

SOBUE, Y. et al. Does exercise therapy improve patient-reported outcomes in rheumatoid arthritis? A systematic review and meta-analysis for the update of the 2020 JCR guidelines for the management of rheumatoid arthritis. **Modern Rheumatology**, v. 32, n.1, p. 96-104, 2021.

Sociedade Brasileira de Reumatologia. **Artrite Reumatoide**. Disponível em:  
<<https://www.reumatologia.org.br/doencas-reumaticas/artrite-reumatoide/>>

SWARDH, Emma. OPAVA, Christina. BRODIN, Nina. Physical activity in patients with rheumatoid arthritis – an agile lifelong behaviour: a qualitative meta-synthesis. **RMD Open**, v.7, c.2, 2021

The effectiveness of hydrotherapy in the management of rheumatoid arthritis: a systematic review. **Musculoskeletal care**, v.11, n.1, p.3-18, 2012

WILLIAMSON, et al. Hand exercises for patients with rheumatoid arthritis: an extended follow-up of the SARAH randomised controlled trial. **BMJ open**, v.7, n.4, 2017