

INFLUÊNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA E FISIOTERAPIA NA ARTRITE REUMATOIDE

Gabriel Sanches Silva; Nathália Fernandes Silva; Mayara Bernardo Albuquerque; Erika Veiga Araújo; Ruan Kaique de Oliveira; Wesley dos Santos Costa.

Centro Universitário de Anápolis - UniEVANGÉLICA, Goiás, Brasil.

Introdução: A artrite reumatoide (AR) é uma doença inflamatória sistêmica, autoimune, crônica caracterizada por envolvimento articular causando inchaço, rigidez e dores nas articulações. Indivíduos com AR podem adquirir hipotrofia e fraqueza muscular ocasionando dificuldades para atividades de vida diária (AVD's), além de riscos para formação de doenças cardiovasculares e outras autoimunes. **Objetivos:** Verificar a influência efetiva de exercícios físicos e da fisioterapia na qualidade de vida (QV) de pacientes com artrite reumatóide através de uma revisão de literatura. **Método:** Foi efetuada uma busca nas bases de dados: Pubmed, Scielo e Cochrane com os descritores: artrite reumatoide, exercício e fisioterapia, foram selecionados ensaios clínicos no idioma inglês, publicados entre os anos de 2014 a 2019. **Resultados:** Obteve-se 22 artigos, após análise foram retiradas 3 duplicatas e excluídos 4 estudos: por não correlacionarem a Fisioterapia e AR, permanecendo 15 artigos. Dentre os tipos de tratamento utilizados nestes artigos encontram-se: crioterapia e cinesioterapia combinadas; exercícios de alta intensidade, exercícios de mobilização nervosa, exercícios de ROM, mobilização articular diária com fortalecimento combinado (intervenção SARAH), exercícios domiciliares com auxílio do console Wii e técnica de vibração do corpo inteiro (WBV). **Conclusão:** Exercícios físicos e fisioterapia são de grande importância para a manutenção da função articular mantendo AVD em pacientes com artrite reumatóide. Apresentam-se como recursos benéficos que podem ser utilizados em todas as fases da doença com objetivo de melhorar a mobilidade articular, força e coordenação muscular, flexibilidade, resistência à fadiga, capacidade aeróbia, atenuar perda óssea e por fim, preservar e/ou restaurar a habilidade funcional geral, garantindo QV.

PALAVRAS-CHAVE: artrite Reumatóide. Fisioterapia. Exercício.