



# 44º CONGRESSO BRASILEIRO DE CIRURGIA DA MÃO

17º Congresso Brasileiro de Reabilitação da Mão

8 A 10 DE AGOSTO 2024

CENTRO DE CONVENÇÕES DE FLORIANÓPOLIS - SC

## TRATAMENTO CONSERVADOR DA RIZARTROSE BASEADO NA ESTABILIDADE DINÂMICA

**INTRODUÇÃO E OBJETIVO:** A Rizartrorse causa importante disfunção no polegar, afetando atividades diárias, trabalho e lazer. Seu tratamento conservador envolve imobilização com órtese e uso de analgésicos. Entretanto isso muitas vezes não é suficiente, e a fisioterapia direcionada para um reequilíbrio muscular parece ter efeito importante no processo de melhora. Este trabalho visa avaliar os resultados de um novo protocolo de fisioterapia focado na estabilidade dinâmica do polegar.

**MATERIAL E MÉTODOS:** Foram avaliados dez pacientes e quatorze polegares com diagnóstico isolado de Rizartrorse, no período entre Junho de 2016 a Janeiro de 2017. Todos foram submetidos ao protocolo de estabilidade dinâmica com exercícios prescritos e orientados inclusive com uma cartilha, com a finalidade de fortalecer o 1º interósseo dorsal e a musculatura tenar. Os pacientes receberam acompanhamento ambulatorial com intervalos de 0, 3 e 6 meses, e os resultados foram analisados através da escala visual analógica (EVA) e o questionário QuickDash.

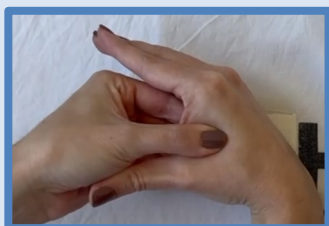
**RESULTADOS:** O uso do protocolo de reabilitação baseado na estabilidade dinâmica mostrou seu efeito positivo no escore EVA em dois períodos: O primeiro entre 1º e 2º consulta, e o segundo, entre 2º e 3º consulta. Os resultados foram a melhora de 40% no primeiro intervalo e 50% no segundo. A mesma análise foi feita com o QuickDash, evidenciando melhora de seu escore em 40% dos pacientes no primeiro período, e 50% no segundo período. Analisando a evolução entre a 1º e 3º consulta, houve uma redução de 21,53% do escore EVA, e redução de 41,31% no escore QuickDash.

**DISCUSSÃO:** A articulação trapézio-metacarpiana possui um suporte ósseo inerentemente instável, dependendo de um arcabouço muscular e ligamentar para sua ampla função. O 1º Interósseo dorsal estabiliza esta articulação, neutralizando o estresse dorsorradial durante as funções de pinça e a preensão do polegar. Além disso, o fortalecimento da musculatura tenar contribui para prevenir as forças de cisalhamento que podem levar à subluxação articular. Este protocolo propõe estabilizar a articulação e recuperar a força durante o arco de movimento, reduzindo a dor e melhorando a função.

**CONCLUSÃO:** O tratamento conservador baseado na estabilidade dinâmica mostrou-se eficiente na melhora da dor e da função, de acordo com os instrumentos utilizados para avaliação.

LIVIA PEREIRA PASQUA MELO  
CAROLINA FREIHOF  
BERNARDO COUTO NETO  
JOSE MAURICIO CARMO  
JULIEN DINES  
UERJ- UNIVERSIDADE  
DO ESTADO DO  
RIO DE JANEIRO

### RIZARTROSE: NOVA CARTILHA DE EXERCÍCIOS HUPE/ UERJ



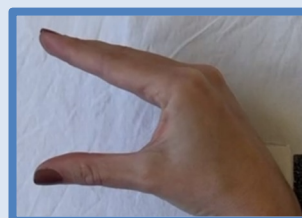
**1. Massagear o compartimento Adutor, liberando a contração muscular associada à deformidade.**



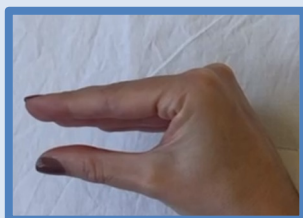
**2. Alongamento da 1ª comissura apoiando a mão sobre a mesa.**



**3. Escorregar a polpa do polegar pela bola de tênis, seguindo a linha- Abdução palmar + Oponência.**



**4. Posição do "C" - Reequilíbrio da musculatura Tenar com Abdução Palmar; Aproximar e afastar o Polegar dos dedos estendidos, sem tocá-los.**



**5. Fortalecimento do 1º Interósseo dorsal :Colocar o elástico nos dedos e realizar a abdução do indicador contra resistência .**

