

EFICÁCIA DA TERAPIA MANUAL E DA CINESIOTERAPIA NO CONTROLE DA DOR EM LESÕES DE MANGUITO ROTADOR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

*, [Ciências da Saúde, Volume 28 – Edição 139/OUT 2024 / 25/10/2024](#)

REGISTRO DOI: 10.69849/revistaft/ni10202410251927

Amanda Duarte Viana¹; Taislany Borge da Silva¹; Ana Júlia dos Santos Monteiro¹; Joelnelinton Dias Miranda do Nascimento¹; José Ulisses Vasconcelos do Nascimento¹; Matheus Oliveira da Costa¹; Rafaela Dias Santos¹; Rita de Cássia de Sousa Furtuna¹; Sandra Virgínia Costa Santos¹; Samara Sousa Vasconcelos Gouveia²

RESUMO

INTRODUÇÃO: As lesões nos membros superiores são muito frequentes estando relacionadas tanto às causas traumáticas quanto às degenerativas. Devido à complexidade dessas lesões, o tratamento inicial corresponde ao uso de fármacos. No entanto, faz-se necessário o enfoque em abordagens terapêuticas que proporcionem benefícios além do simples alívio sintomático. **OBJETIVO:** Investigar a eficácia das condutas fisioterapêuticas com enfoque na terapia manual e na cinesioterapia, no controle do quadro algíco em pacientes com lesões no manguito rotador. **MÉTODOS:** Esse estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, tomando como ponto de partida e estruturação a estratégia PICOT de

pesquisa, seguindo com a pergunta norteadora, a busca ou amostragem da literatura, critérios de elegibilidade, coleta de dados, e os resultados encontrados na busca, finalizando com a discussão e conclusão sobre o assunto abordado. **RESULTADOS:** Foram incluídos um total de doze (12) artigos como amostra para esta revisão, utilizando como critérios de elegibilidade artigos nos quais incluíssem o uso de alguma técnica e/ou recurso manual fisioterapêutico para tratar a dor decorrente da lesão do manguito rotador, sendo selecionados estudos dos últimos 10 anos. Entre os artigos escolhidos estavam inclusos revisão sistemática, estudo de caso, meta-análise, relato de caso e ensaio clínico randomizado e controlado. **DISCUSSÃO:** A revisão mostrou que a terapia manual e a cinesioterapia são eficazes no controle da dor em lesões do manguito rotador, com a cinesioterapia apresentando benefícios mais duradouros. A combinação das terapias demonstrou resultados sinérgicos, mas a variabilidade dos estudos limita a generalização. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a terapia manual e a cinesioterapia são promissoras, porém novos estudos são necessários.

Palavras- chave: Manguito rotador, Dor, Terapia manual, Cinesioterapia.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Injuries to the upper limbs are very common and are related to both traumatic and degenerative causes. Due to the complexity of these injuries, the initial treatment involves the use of drugs. However, it is necessary to focus on therapeutic approaches that provide benefits beyond simple symptomatic relief. **OBJECTIVE:** To investigate the effectiveness of physiotherapeutic procedures with a focus on manual therapy and kinesiotherapy in controlling pain in patients with rotator cuff injuries. **METHODS:** This study consists of an integrative review of the literature, taking the PICOT research strategy as a starting point and structuring, followed by the guiding question, the search or sampling of literature, eligibility criteria, data collection, and the results found in the search, ending with a discussion and conclusion on the topic covered.

RESULTS: A total of twelve (12) articles were included as a sample for this review, using as eligibility criteria articles that included the use of some physical therapy technique and/or manual resource to treat pain resulting from rotator cuff injuries, with studies being selected of the last 10 years. The articles chosen included a systematic review, case study, meta-analysis, case report and randomized controlled clinical trial. **DISCUSSION:** The review showed that manual therapy and kinesiotherapy are effective in controlling pain in rotator cuff injuries, with kinesiotherapy showing longer-lasting benefits. The combination of therapies demonstrated synergistic results, but the variability of studies limits generalization. **CONCLUSION:** It is concluded that manual therapy and kinesiotherapy are promising, but further studies are needed.

KEYWORDS: Rotator cuff, Pain, Manual therapy, Kinesiotherapy.

1 INTRODUÇÃO

As lesões nos membros superiores tornam-se recorrentes devido à execução de movimentos com alta amplitude, gerando tanto causas traumáticas quanto degenerativas (SONG, 2023). Além disso, as alterações da cinemática escapular e desequilíbrios musculares podem estar relacionados às lesões e a quadros algícos (SCHWARTZ et al., 2021).

Devido à complexidade dessas lesões, o tratamento inicial corresponde ao uso de fármacos objetivando o controle da inflamação ou irritação estrutural. No entanto, faz-se necessário o enfoque em abordagens terapêuticas que proporcionem benefícios além do simples alívio sintomático.

O tratamento conservador é, com frequência, a primeira escolha terapêutica a depender de alguns fatores, como a idade do paciente e o tamanho dessa lesão. O tratamento não cirúrgico pode englobar exercícios de alongamento, fortalecimento, correção postural e de amplitude de movimento, sendo esta, parte importante da intervenção, mostrando melhorias como alívio da dor e aumento de amplitude do

movimento do ombro, além de melhora da força (FAHY et al., 2022). Embora alguns estudos sugiram efeitos positivos de condutas fisioterapêuticas na redução do quadro álgico (SCHWARTZ et al., 2021; FRANÇA et al., 2023), há ainda lacunas notáveis na literatura que precisam ser abordadas. Poucos estudos se aprofundaram na correlação favorável entre terapia manual, cinesioterapia e o controle da dor específica em lesões no manguito rotador. Esta revisão busca preencher essa lacuna, fornecendo uma análise abrangente e atualizada das evidências disponíveis.

Ressalta-se que, apesar do reconhecimento da fisioterapia como uma opção comum de tratamento não operatório para lesões maciças e irreparáveis do manguito rotador, há carência de pesquisas que explorem além das abordagens farmacológicas. A compreensão da eficácia da terapia manual e da cinesioterapia é vital para orientar a prática clínica e, assim, proporcionar melhores resultados na população afetada.

O objetivo desta revisão integrativa é, portanto, preencher as lacunas existentes na literatura, investigando de maneira sistemática a eficácia das condutas fisioterapêuticas, com enfoque específico na terapia manual e na cinesioterapia, no controle do quadro álgico em pacientes com lesões no manguito rotador.

2 METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de uma revisão do tipo integrativa, utilizando como fonte as bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e MEDLINE/PubMed.

A busca na literatura relacionada ao tema escolhido foi iniciada no mês de setembro de 2023, tomando como ponto de partida e estruturação a estratégia PICOT de pesquisa, direcionando cada ponto a ser devidamente abordado no decorrer da elaboração do trabalho.

A pesquisa teve como pergunta norteadora: quais técnicas ou combinações de técnicas apresentam eficácia no controle da dor e desconfortos nas articulações do ombro?

O estudo investiga e apresenta evidências relacionadas à eficácia da terapia manual e da cinesioterapia atuando no controle da dor decorrente da lesão de manguito rotador, com o intuito de direcionar os profissionais fisioterapeutas.

Busca ou amostragem da literatura

A busca pelos artigos foi realizada por meio de combinações dos descritores, dentre estes: 1- exercise in rotator cuff treatment, 2- shoulder injury and manual therapy.

Em meio a esses artigos foram selecionados os que apresentavam maior relação com o tema e forma de abordagem escolhidas para o tratamento dentro da fisioterapia.

Quadro 1: Seleção dos artigos.

SciELO	MEDLINE/PubMed
Encontrados na combinação 3: 2	Encontrados na combinação 3: 283
Encontrados na combinação 4: 2	Encontrados na combinação 4: 132
Selecionados: 3	Selecionados: 9

Critérios de elegibilidade

Foram selecionados artigos em dois idiomas, inglês e português, nos quais incluíssem o uso de alguma técnica e/ou recurso manual fisioterapêutico para tratar a dor decorrente da lesão do manguito rotador, tais técnicas como alongamentos, mobilizações, exercícios

resistidos, exercícios sensório-motores, fortalecimento, exercícios funcionais, todos com intuito de fazê-los retornar a suas atividades de vida funcional sem a presença de dores e desconfortos. Entre os artigos escolhidos estavam inclusos revisão sistemática, estudo de caso, meta-análise, relato de caso e ensaio clínico randomizado e controlado.

Coleta de dados

A coleta de dados foi realizada a partir da análise feita pelos autores de acordo com o ano de publicação sendo selecionados estudos dos últimos 10 anos, o objetivo que tal estudo vinha a trazer e o método aplicado por cada um deles, bem como a população envolvida.

3 RESULTADOS

Nesta revisão integrativa, foram analisados 12 artigos que se integraram aos critérios de inclusão estabelecidos. Desenvolveu-se o **Quadro 2**, que traz a categorização dos artigos considerando o ano, o título da pesquisa, o desenho da pesquisa, o objetivo, o protocolo utilizado, as patologias incluídas e os principais resultados obtidos. Esses dados foram determinados em ordem cronológica, de acordo com os dados publicados.

Quadro 2. Descrição dos artigos selecionados.

Nº	ANO DE PUBLICAÇÃO E TÍTULO	DESENHO DA PESQUISA	OBJETIVO DO ESTUDO	PROTOCOLO DE PESQUISA	PATOLOGIA	RESULTADOS
01	2019- O Efeito Da Mobilização De Mulligan Na Dor E Na Qualidade De Vida De Pacientes Com Síndrome Do Manguito Rotador: Um Ensaio Clínico Randomizado (Devrim; Tarakci; Algonquin, 2019).	Ensaio clínico randomizado	Investigar o efeito da mobilização de Mulligan na dor e na qualidade de vida em indivíduos com síndrome do manguito rotador.	Realizado em 30 pacientes com síndrome do manguito rotador. Os pacientes foram randomizados em Mulligan e grupo controle. Todos os pacientes participantes deste estudo foram tratados com fisioterapia convencional. Além disso, a técnica de Mobilização com Movimento (MWM) foi utilizada no grupo Mulligan. Escala Visual Analógica (EVA), Deficiências do Braço, Ombro e Mão (DASH), goniômetro para amplitude de movimento normal (ADM) e questionários Short Form-36 (SF-36) foram utilizados para avaliação.	Síndrome do manguito rotador.	Foi encontrada melhora estatisticamente significativa nos valores de VAS, DASH, SF-36 e ROM pós-tratamento, em ambos os grupos ($p < 0,05$). Porém, o grupo Mulligan apresentou resultados muito melhores quando comparado ao grupo controle em ROM, VAS, DASH ($p < 0,05$). No questionário SF-36 foram obtidos resultados significativos para ambos os grupos, exceto para o parâmetro função social. Para os parâmetros do SF-36, ambos os grupos tiveram desempenho igual.

02	2020- Eficácia Do Exercício Isométrico No Tratamento Da Tendinopatia: Uma Revisão Sistemática E Meta-Análise De Ensaaios Randomizados (Clifford et al., 2020).	Revisão sistemática e meta-análise.	Revisar sistematicamente e avaliar criticamente a literatura sobre a eficácia do exercício isométrico em comparação com outras estratégias de tratamento ou nenhum tratamento na tendinopatia.	Pesquisas eletrônicas no Medline, Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature, EMBASE e Cochrane foram realizadas desde o início até maio de 2020.	Tendinopatia	Dez estudos foram identificados e incluídos na revisão, incluindo participantes com lesões patelar (n=4), manguito rotador (n=2), lateral do cotovelo (n=2), tendão de Aquiles (n=1) e glúteo (n=1) tendinopatias. Três eram de boa qualidade e sete eram de baixa qualidade geral. Com base em evidências limitadas (nível 3), o exercício isométrico não foi superior ao exercício isotônico para tendinopatia crônica, imediatamente após o tratamento ou a curto prazo (≤ 12 semanas) para qualquer uma das medidas de resultados investigadas. Além disso, para a tendinopatia aguda do manguito rotador, o exercício isométrico parece não ser mais eficaz do que a terapia com gelo a curto prazo (evidência limitada; nível 3).
03	2020- Influência Dos Exercícios De	Ensaio clínico randomizado e	Avaliar a eficácia clínica dos	46 pacientes com lesão do manguito rotador após cirurgia	Lesão do manguito rotador	Após 6 semanas e 12 semanas de tratamento, todas as avaliações dos 2

	Treinamento Da Escápula Na Função Articular Do Ombro Após Cirurgia Para Lesão Do Manguito Rotador (Zhang et al., 2020).	controlado	exercícios de treinamento da escápula na função do ombro após cirurgia para lesão do manguito rotador.	foram randomizados em grupo experimental ou grupo controle. Ambos os grupos foram tratados com exercícios terapêuticos convencionais e fisioterapia, e exercícios de treinamento escapular foram adicionados ao grupo experimental. O estado do paciente foi avaliado pela escala Constant-Murley (CMS), escala visual analógica (VAS) e amplitude de movimento ativa (ADM) do ombro antes e após 6 semanas e 12 semanas de tratamento.		grupos melhoraram significativamente em comparação com aquelas antes do tratamento ($p < 0,05$). Além disso, após 6 semanas de tratamento, o CMS (dor, vida diária, amplitude de atividade, pontuação total), VAS e ADM (anteflexão) no grupo experimental foram significativamente melhores do que aqueles no grupo controle ($p < 0,05$). Entretanto, não houve diferença significativa no CMS (teste de força) e ADM (abdução, extensão posterior). Após 12 semanas de tratamento, todos os itens do grupo experimental melhoraram significativamente em comparação ao grupo controle ($p < 0,05$).
04	2022- Efeito Dos Componentes Da Dose De Exercício Resistido No Manejo Da Tendinopatia: Uma	Revisão sistemática e meta-análise	Investigar potenciais efeitos moderadores dos componentes da dose de exercício	Ensaio clínico randomizado e não randomizado que investigaram o exercício resistido como classe de tratamento dominante, relatando informações	Tendinopatia	Um total de 110 estudos foram incluídos nas meta-análises (148 braços de tratamento (TAs), 3.953 participantes), relatando cinco locais de tendinopatia (manguito rotador: 48

	Revisão Sistemática Com Meta-Análise (Pavlova et al., 2022).		resistido, incluindo intensidade, volume e frequência, para o tratamento de tendinopatias comuns.	suficientes sobre ≥ 2 componentes da dose de exercício.		TAs; Aquiles: 43 TAs; cotovelo lateral: 29 TAs; patelar: 24 TAs; glúteos: 4 TAs). As meta-regressões forneceram evidências consistentes de maiores tamanhos de efeito médios agrupados para terapias de maior intensidade compreendendo resistência externa adicional em comparação apenas com a massa corporal (grandes domínios de tamanho de efeito: β Massa Corporal: Externa = 0,50 (intervalo de credibilidade de 95% (CrI): 0,15 a 0,84; $p = 0,998$); domínios de tamanho de efeito pequenos (β BodyMass: Externo = 0,04 (95% CrI: -0,21 a 0,31; $p = 0,619$)) quando combinados entre locais de tendinopatia ou analisados separadamente também foram identificados para os tamanhos de efeito médios agrupados. Frequência mais baixa (menos que diária) em comparação com frequências médias (diárias) e altas (mais de uma vez por
--	---	--	---	--	--	---

						dia) para ambos os domínios de tamanho de efeito quando combinados ou analisados separadamente ($p \geq 0,976$) era mínimo e inconsistente.
05	2022- Eficácia do programa combinado de terapia manual e exercícios apenas em pacientes com dor no ombro relacionada ao manguito rotador: uma revisão sistemática e meta-análise (Paraskevopoulos et al., 2022).	Revisão sistemática e meta-análise	Avaliar os benefícios adicionais da terapia manual com exercício em comparação com o exercício isolado para o manejo do RCRSP (dor no ombro relacionado ao manguito rotador).	Uma pesquisa no PubMed, Scopus, PEDro e EBSCO desde a data de início de cada banco de dados até 20 de abril de 2022 foi realizada para ensaios randomizados comparando os efeitos adicionais da TM em intervenções de exercício em comparação com o exercício isolado para controle da dor e função em pacientes com RCRSP. As diferenças médias padronizadas (SMDs) e os IC95% foram calculados usando um modelo de variância inversa de efeitos aleatórios de acordo com o desfecho de interesse e grupo de comparação. A qualidade	Dor no ombro relacionada ao manguito rotador	Doze artigos foram considerados elegíveis e oito deles demonstraram alta qualidade metodológica. Onze artigos foram incluídos para análise quantitativa. A dor ao movimento não foi significativamente diferente entre MT e exercício versus exercício isolado (SMD [IC 95%] = -0,15 [-0,41 a 0,12]; $I^2 = 0\%$), enquanto a dor em repouso melhorou significativamente nos grupos que usaram exercício apenas com tamanho de efeito moderado (DMP [IC 95%] = 0,47 [0,04 a 0,89]; $I^2 = 75\%$). Além disso, a função do ombro não foi significativamente diferente entre MT e exercício versus exercício isolado no curto prazo (SMD [IC 95%] = 0,23 [-0,22 a 0,69]; $I^2 = 88\%$) ou no longo

				metodológica foi avaliada com o PEDro e a qualidade das evidências com a classificação da avaliação das recomendações, desenvolvimento e abordagem de avaliação.		prazo (SMD [95% IC] $IC J = -0,02 [-0,21 a 0,16]$.
06	2022- Exercícios De Força De Preensão Palmar Modulam A Dor No Ombro, A Função E A Força Dos Músculos Do Manguito Rotador De Pacientes Com Síndrome Do Impacto Subacromial Primário (Anazi; Alghadir; Gabr, 2022).	Ensaio clínico randomizado e controlado	Este estudo explora os efeitos relativos dos exercícios de fortalecimento de preensão manual na função do ombro, dor, força e amplitude de movimento ativa como parte do programa de tratamento para pacientes com síndrome do impacto subacromial	40 pacientes atenderam aos critérios de inclusão e foram aleatoriamente designados para um dos dois grupos para serem submetidos a um programa terapêutico padronizado que consiste em duas sessões por semana durante 8 semanas. O grupo controle prescreveu ultrassom, gelo e exercícios de alongamento, enquanto o grupo experimental seguiu o mesmo programa com adição de exercícios de fortalecimento de preensão manual (HGSE). Tanto os pacientes da terapia	Síndrome do impacto subacromial	Pacientes tratados com intervenções convencionais mais exercícios de fortalecimento de preensão manual mostraram melhora significativa ao longo do tempo na dor e função do ombro, força dos músculos do manguito rotador e amplitude de movimento sem dor de flexão para frente, abdução e rotação externa e interna durante oito semanas no grupo experimental em comparação com o grupo controle de pacientes tratados com intervenções convencionais. Além disso, os pacientes dos grupos controle e experimental não apresentaram diferença significativa na adesão aos

			primário.	convencional (controle) quanto dos exercícios de fortalecimento de preensão manual (grupo experimental) foram orientados a aderir também aos exercícios de alongamento e HGSE uma vez ao dia em casa durante oito semanas.		respectivos alongamentos domiciliares e exercícios HGSE uma vez ao dia em casa durante oito semanas.
07	2023- A adição de exercícios de controle motor ou de fortalecimento à educação resulta em melhores resultados para dores no ombro relacionadas ao manguito rotador? Um ensaio clínico randomizado e controlado com vários braços (Dubé et al., 2023).	Teste controlado e aleatório.	Comparar os efeitos de curto, médio e longo prazo entre três intervenções (apenas educação, exercícios de educação e fortalecimento, educação e exercícios de controle motor) para dor no ombro relacionada ao manguito rotador	123 adultos apresentando RCRSP participaram de uma intervenção de 12 semanas. Eles foram designados aleatoriamente para 1 de 3 grupos de intervenção. Os sintomas e a função foram avaliados no início do estudo e em 3 semanas, 6 semanas, 12 semanas e 24 semanas usando o Questionário de Incapacidade de Braço, Ombro e Mão (Quick DASH) (resultado primário) e o Western Ontario Rotator Cuff Index (WORC). A modelagem linear mista foi utilizada para	Dor no ombro relacionada à manguito rotador	Após 24 semanas, as diferenças entre os grupos foram de -2,1 (-7,7 a 3,5) (controle motor vs educação), 1,2 (-4,9 a 7,4) (fortalecimento vs educação) e -3,3 (-9,5 a 2,8) (controle motor vs. fortalecimento) para o Quick DASH e 9,3 (1,5 a 17,1) (controle motor vs educação), 1,3 (-7,6 a 10,2) (fortalecimento vs educação) e 8,0 (-0,5 a 16,5) (controle motor vs fortalecimento) para o WORC. Houve uma interação significativa grupo a tempo ($p = 0,04$) com o Quick DASH, mas as análises de acompanhamento não revelaram quaisquer diferenças

			(RCRSP) sobre sintomas e função.	comparar os efeitos dos três programas nos resultados.		cl clinicamente significativas entre os grupos. Não houve interação significativa grupo por tempo ($p=0,39$) para o WORC. As diferenças entre grupos nunca excederam a diferença mínima clinicamente importante do Quick DASH ou WORC.
08	2023- Avaliação De Pacientes Em Terapia Por Exercício No Manejo De Tendinopatias: Uma Revisão Sistemática Com Metanálise (Calço et al., 2023).	Revisão sistemática	Sintetizar dados de intervenção de terapia por exercício investigando os resultados da avaliação do paciente para o tratamento da tendinopatia.	Uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados que investigam intervenções de terapia por exercício e relatam os resultados da avaliação dos pacientes.	Tendinopatia	De um total de 124 estudos de terapia por exercício, 34 (Aquiles: 41%, manguito rotador: 32%, patelar: 15%, cotovelo: 9% e glúteo: 3%) forneceram informações suficientes para serem meta-analisados. Os dados foram obtidos em 48 braços de tratamento e 1.246 participantes. A estimativa combinada para a proporção de satisfação foi de 0,63 [CrI de 95%: 0,53–0,73], e a estimativa combinada para a porcentagem do GROC máximo foi de 53 [CrI de 95%: 38–69%]. A proporção de pacientes que relataram satisfação positiva e percepção de

						mudança aumentou com períodos de acompanhamento mais longos desde o início do tratamento.
09	2023- Eficácia Da Manipulação Do Ombro Em Cinco Etapas Para Dor No Ombro Relacionada Ao Manguito Rotador: Protocolo Para Um Ensaio Multicêntrico Randomizado E Controlado (Liu et al., 2023).	Ensaio randomizado e controlado	Avaliar a eficácia e segurança da manipulação do ombro em 5 etapas (FSM) no tratamento da dor no ombro relacionada ao manguito rotador (RCRSP).	Este estudo é um ensaio de grupo paralelo de dois braços, multicêntrico, participante, avaliador de resultados e analista de dados, cego, randomizado e controlado por placebo com superioridade, que inclui avaliações de resultados em 5 pontos de tempo (linha de base, 4, 12, 18 e 24 semanas) durante um período de 24 semanas. Todos os pacientes elegíveis serão inscritos na avaliação inicial e, em seguida, distribuídos aleatoriamente em dois grupos na proporção de 1:1. Um grupo será tratado com FSM e o outro com manipulação simulada (SM). Paralelamente, os pacientes de ambos os grupos	Dor no ombro	Avaliação de dor e incapacidade com queixa nos ombros (CMS) confirmado que tem boa reprodutibilidade (ICC = 0,827), confiabilidade (α de Cronbach = 0,739) e validade de construto.

				serão obrigados a realizar exercícios em casa como tratamento básico.		
10	2023- Exercício Para Tendinopatia Do Manguito Rotador (Queiroz et al., 2023).	Revisão sistemática e metanálise.	Sintetizar as evidências disponíveis sobre os benefícios e malefícios da terapia manual e do exercício, isoladamente ou em combinação, para o tratamento de pessoas com doença do manguito rotador.	As pesquisas foram realizadas no Cochrane Central Register of Controlled Trials, Ovid MEDLINE, Ovid EMBASE, CINAHL Plus, ClinicalTrials.gov e os registros de ensaios clínicos ICTRP da OMS até março de 2015, sem restrições de idioma, e revisaram as listas de referências de artigos de revisão e ensaios recuperados, para identificar ensaios potencialmente relevantes.	Adultos com doença do manguito rotador	Pessoas que fizeram terapia manual e exercícios avaliaram sua mudança na pontuação da dor em 24,8 pontos em uma escala de 0 a 100 pontos. As pessoas que receberam placebo avaliaram a sua alteração na pontuação da dor em 17,3 pontos numa escala de 0 a 100 pontos.
11	2023- Terapia Por Exercício Na Tendinopatia: Uma Síntese De Evidências De Métodos Mistos	Revisão de escopo	Verificar intervenções de exercícios, resultados, eficácia,	As buscas por estudos publicados a partir de 1998 foram realizadas em bases de dados de bibliotecas (n = 9), registros de ensaios (n = 6), bases de dados de literatura	Tendinopatia	204 estudos forneceram evidências de que a terapia com exercícios é segura e benéfica e que os pacientes estão geralmente satisfeitos com o resultado do tratamento e consideram a melhoria

	Explorando Viabilidade, Aceitabilidade E Eficácia (Cooper et al., 2023).		localização e covariáveis relacionadas na literatura para cada tendinopatia.	cinzenta (n = 5) e Google Scholar. As pesquisas de revisão de escopo foram concluídas em 28 de abril de 2020, com atualizações de pesquisa de eficácia e métodos mistos realizadas em 19 de janeiro de 2021 e 29 de março de 2021.		substancial. No contexto de evidências de qualidade geralmente baixa e muito baixa, os resultados identificaram que: (1) o ombro pode se beneficiar mais da flexibilidade (tamanho do efeito Resistência: Flexibilidade = 0,18 [95% CrI 0,07 a 0,29]) e da propriocepção (tamanho do efeito Resistência : Propriocepção = 0,16 [95% CrI -1,8 a 0,32]); (2) ao realizar exercícios de fortalecimento, pode ser mais benéfico combinar os modos concêntrico e excêntrico (tamanho do efeito Excêntrico Apenas: Concêntrico + Excêntrico = 0,48 [95% CrI -0,13 a 1,1]); e (3) o exercício pode ser mais benéfico quando combinado com outra modalidade conservadora (por exemplo, injeção ou eletroterapia aumentando o tamanho do efeito em ≈0,1 a 0,3).
--	---	--	--	---	--	--

12	2024- Eficácia Da Terapia Manual Na Dor E Função Do Ombro Em Pacientes Com Lesão Do Manguito Rotador: Uma Revisão Sistemática E Metanálise (Liu et al., 2024).	Revisão sistemática e meta-análise.	Avaliar criticamente os efeitos da terapia manual (TM) na dor e na melhora funcional em pacientes com lesão do manguito rotador (LM).	Ensaio clínico controlado foram encontrados nas seguintes bases de dados: PubMed, Cochrane Central Register of Controlled Trials, Embase, Web of Science, Physiotherapy Evidence Database, Chinese National Knowledge Infrastructure, Wanýfang Data, Chinese Scientific Journal Database e banco de dados de literatura biomédica chinesa desde o início até 28 de março de 2023. Um total de 1.110 participantes de 24 ECRs elegíveis foram incluídos na análise.	Lesão do manguito rotador	Em comparação com o placebo, a MT não conseguiu aliviar eficazmente a dor embora o seu impacto na melhora funcional pareça limitado. Combinar MT com exercício teve vantagens significativas sobre o exercício isolado, pois a terapia combinada contribuiu tanto para a redução da dor quanto para melhora funcional. Além disso, a TM combinada com fisioterapia multimodal mostrou benefícios adicionais na redução da dor (diferença média = 1,57; IC 95%: 0,18 a 2,96; P = 0,03) e melhora funcional (SMD = 0,77; IC 95%: 0,43 a 1,12; P <0,0001) em comparação com a fisioterapia multimodal isoladamente.
----	---	-------------------------------------	---	--	---------------------------	---

4 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como objetivo principal analisar os artigos dispostos na literatura sobre a eficácia da terapia manual e da cinesioterapia no controle da dor em lesões de manguito rotador.

Os principais achados indicam que, tanto a terapia manual quanto a cinesioterapia, apresentaram benefícios no manejo da dor, com destaque para a cinesioterapia, que mostrou eficácia na melhora funcional e na recuperação da amplitude de movimento. A terapia manual, por sua vez, foi eficaz no alívio imediato da dor, atuando diretamente nos tecidos moles e melhorando a mobilidade articular (LIU et al, 2024). Em diversos estudos, a combinação das duas abordagens resultou em melhores

desfechos, sugerindo que o efeito sinérgico entre mobilizações passivas e exercícios terapêuticos ativos pode ser uma estratégia promissora para a reabilitação de lesões no manguito rotador (PARASKEVOPOULOS et al., 2022QUEIROZ et al 2023).

Corroborando com esses achados, Santello et al. (2020) apontaram melhores resultados ao implementar um programa de exercícios domiciliares que incluía exercícios de autoalongamento, mobilidade articular e fortalecimento foram mais eficazes na redução da dor e incapacidade do ombro. Já o estudo de Land et al. (2019) expôs melhorias na dor e na funcionalidade ao associar exercícios com terapia manual no final do período de tratamento de 12 semanas, por meio da aplicação de técnicas de mobilidade da coluna torácica, massagem na região posterior do ombro e mobilizações posteriores da articulação glenoumeral.

Em contraposição, Dunning et al. (2021), discorre que não há conclusões significativas que a inclusão de um tipo de terapia manual ou outra no tratamento combinado com exercícios seja mais eficaz. Eles observaram ainda que melhorias mais significativas foram alcançadas no grupo que recebeu técnicas manipulativas nas articulações da coluna, combinadas com eletroacupuntura.

Como limitações dos estudos analisados é válido destacar a heterogeneidade nos métodos, o pequeno tamanho das amostras em alguns ensaios e a ausência de protocolos padronizados para a aplicação das terapias. A maioria dos estudos careceu de uma descrição detalhada sobre as técnicas de terapia manual utilizadas, dificultando a comparação entre os resultados e a replicação das intervenções em outros contextos clínicos. Além disso, a variabilidade dos tempos de seguimento entre os estudos limitou a análise dos efeitos a longo prazo dessas intervenções, uma vez que muitos não acompanharam os pacientes por períodos suficientemente longos para avaliar a durabilidade dos benefícios.

As implicações clínicas sugerem que tanto a terapia manual quanto a cinesioterapia podem ser incorporadas como parte integrante de programas de reabilitação para lesões do manguito rotador, com uma ênfase especial na cinesioterapia para promover a recuperação funcional a longo prazo. Contudo, é necessário cautela ao generalizar os resultados, dada a falta de uniformidade nos métodos de intervenção e nos tempos de acompanhamento. Futuras pesquisas devem priorizar ensaios clínicos randomizados com amostras maiores e protocolos bem delineados, além de incluir seguimentos mais longos para avaliar a manutenção dos efeitos das terapias ao longo do tempo.

5 CONCLUSÃO

Conclui-se que tanto a terapia manual quanto a cinesioterapia são estratégias eficazes no controle da dor e na reabilitação de lesões do manguito rotador. A cinesioterapia destacou-se por proporcionar ganhos duradouros em termos de funcionalidade e amplitude de movimento, sendo recomendada como abordagem de longo prazo para a recuperação plena dos pacientes. A terapia manual, por sua vez, mostrou eficácia imediata no alívio da dor, particularmente quando combinada com exercícios terapêuticos, sugerindo um efeito sinérgico entre as modalidades.

REFERÊNCIAS

Aguilar García M, González Muñoz A, Pérez Montilla JJ, Aguilar Nuñez D, Hamed Hamed D, Pruiomboom L, Navarro Ledesma S. Which Multimodal Physiotherapy Treatment Is the Most Effective in People with Shoulder Pain? A Systematic Review and Meta-Analyses. *Healthcare (Basel)*. 2024 Jun 20;12(12):1234. doi: 10.3390/healthcare12121234. PMID: 38921347; PMCID: PMC11203989.

Amal AlAnazi, Ahmad H. Alghadir, Sami A. Gabr, "Handgrip Strength Exercises Modulate Shoulder Pain, Function, and Strength of Rotator Cuff Muscles of Patients with Primary Subacromial Impingement Syndrome",

BioMed Research International, vol. 2022, ID do artigo 9151831, 17 páginas, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/9151831>

Cédric Schwartz, Jean-Louis Croisier, Olivier Brüls, Vincent Denoël e Bénédicte Forthomme (2021) **Tight shoulders: A clinical, kinematic and strength comparison of symptomatic and asymptomatic male overhead athletes before and after stretching**, European Journal of Sport Science, 21:5, 781-791, DOI: [10.1080/17461391.2020.1785015](https://doi.org/10.1080/17461391.2020.1785015)

Cooper K, Alexander L, Brandie D, Brown VT, Greig L, Harrison I, et al. Terapia por exercício para tendinopatia: uma síntese de evidências de métodos mistos explorando viabilidade, aceitabilidade e efetividade. Avaliação Tecnológica em Saúde 2023; 27(24)

Clifford C , Challoumas D , Paul L , e outros. Eficácia do exercício isométrico no tratamento da tendinopatia: uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios randomizados *BMJ Open Sport & Exercício Medicina* 2020; 6: e000760. doi: [10.1136/bmjsem-2020-000760](https://doi.org/10.1136/bmjsem-2020-000760)

Daiani Zanelato França , Mariana Viana Santos , Erica Leal Marcelino & Daniel Ferreira Moreira Lobato (2023) Physical therapy management of an athlete with a Kim lesion using physical agents, manual therapy, and therapeutic exercise: a case report, *Physiotherapy Theory and Practice*, 39:10, 2223-2233, DOI: [10.1080/09593985.2022.2063771](https://doi.org/10.1080/09593985.2022.2063771)

Dubé M, Desmeules F, Lewis JS, et al. A adição de exercícios de controle motor ou fortalecimento à educação resulta em melhores resultados para a dor no ombro relacionada ao manguito rotador? Um ensaio clínico randomizado controlado multibraço *British Journal of Sports Medicine* 2023;57:457-463.

Dunning J., Butts R., Fernández-De-Las-Peñas C., Walsh S., Goult C., Gillett B., Arias-Buría JL, Garcia J., Young IA Manipulação espinhal e agulhamento elétrico seco em pacientes com síndrome de dor

subacromial: um ensaio clínico randomizado multicêntrico. *J. Orthop. Esportes. Ther.* 2021; 51 :72–81. doi: 10.2519/JOSPT.2021.9785

FAHY, Kathryn *et al.* Exercício tão eficaz quanto a cirurgia na melhoria da qualidade de vida, incapacidade e dor em rupturas grandes a maciças do manguito rotador: uma revisão sistemática e meta-análise. **ELSEVIER**, Boston, 10 jul. 2022.

Hildo Medeiros de-Queiroz J, Marisa Barreto de-Medeiros , Rosângela Nascimento de-Lima , Queiroz Cerdeira D. Exercise for rotator cuff tendinopathy. *Rev Bras Med Trab.*2022;20(3) DOI:10.47626/1679-4435-2022-698:498-504.

KAMONSEKI, Danilo Harudy; HAIK, Melina Nevoeiro; CAMARGO, Paula Rezende. Scapular movement training versus standardized exercises for individuals with chronic shoulder pain: protocol for a randomized controlled trial. **ELSEVIER**, [s. l.], v. 5, p. 221-229, mar. 2021 DOI: <https://doi.org/10.1016/j.bjpt.2020.08.001>.

Land H., Gordon S., Watt K. Efeito da fisioterapia manual em indivíduos homogêneos com impacto subacromial do ombro: um ensaio clínico randomizado. *Physiother. Res. Int.* 2019; 24 :e1768. doi: 10.1002/pri.1768.

Liu S, Chen L, Shi Q, Fang Y, Da W, Xue C e Li X: Eficácia da terapia manual na dor e função do ombro em pacientes com lesão do manguito rotador: uma revisão sistemática e meta-análise. *Representante Biomédico* 20: 89, 2024

Liu, S., Liu, JT., Chen, L. *et al.* Eficácia da manipulação do ombro em cinco etapas para dor no ombro relacionada ao manguito rotador: protocolo para um ensaio clínico randomizado multicêntrico. *Ensaio* 24 , 498 (2023). <https://doi.org/10.1186/s13063-023-07540-5>

Menek, Burak, Tarakci, Devrim e Algun, Z. Candan. 'O efeito da mobilização de Mulligan na dor e na qualidade de vida de pacientes com

síndrome do manguito rotador: um ensaio clínico randomizado'. 1º de janeiro de 2019: 171 – 178.

Paraskevopoulos E, Plakoutsis G, Chronopoulos E, Maria P. Effectiveness of Combined Program of Manual Therapy and Exercise Vs Exercise Only in Patients With Rotator Cuff-related Shoulder Pain: A Systematic Review and Meta-analysis. *Sports Health*. 2023 Sep-Oct;15(5):727-735. doi: 10.1177/19417381221136104. Epub 2022 Dec 14. PMID: 36517977; PMCID: PMC10467476.

Pavlova AV, Shim JSC, Moss R, Maclean C, Brandie D, Mitchell L, Greig L, Parkinson E, Alexander L, Tzortziou Brown V, Morrissey D, Cooper K, Swinton PA. Effect of resistance exercise dose components for tendinopathy management: a systematic review with meta-analysis. *Br J Sports Med*. 2023 Oct;57(20):1327-1334. doi: 10.1136/bjsports-2022-105754. Epub 2023 May 11. PMID: 37169370; PMCID: PMC10579176.

Santello G, Rossi DM, Martins J, Libardoni TC, de Oliveira AS. Effects on shoulder pain and disability of teaching patients with shoulder pain a home-based exercise program: a randomized controlled trial. *Clin Rehabil*. 2020 Oct;34(10):1245-1255. doi: 10.1177/0269215520930790. Epub 2020 Jun 7. PMID: 32508129.

Song, Zhigang, Wang, Ran e Zheng, Hua. LESÃO ESPORTIVA E REABILITAÇÃO DA ARTICULAÇÃO DO OMBRO NO VOLEIBOL. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte* [online]. 2023, v. 29 [Acessado 20 Novembro 2023], e2022_0697. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0697>. Epub 10 Mar 2023. ISSN 1806-9940.

https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0697.

Shepet KH, Liechti DJ, Kuhn JE. Nonoperative treatment of chronic, massive irreparable rotator cuff tears: a systematic review with synthesis of a standardized rehabilitation protocol.

J Shoulder Elbow Surg. 2021 Jun;30(6):1431-1444. doi:

10.1016/j.jse.2020.11.002. Epub 2020 Dec 1. PMID: 33276163.

ZHANG, Ming. Influence of Scapula Training Exercises on Shoulder Joint Function After Surgery for Rotator Cuff Injury. **Medical Scienc Monitor**, [s. l.], 29 out. 2020 DOI: <https://doi.org/10.12659/MSM.925758>.

¹Graduandos em Fisioterapia pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba- UFDFPar

²Docente de Fisioterapia na Universidade Federal do Delta do Parnaíba- UFDFPar.

[← Post anterior](#)

[Post seguinte →](#)

RevistaFT

A RevistaFT têm 29 anos. É uma **Revista Científica Eletrônica Multidisciplinar Indexada de Alto Impacto e Qualis “B2”**.

Periodicidade mensal e de acesso livre. Leia gratuitamente todos os artigos e publique o seu também [clikando aqui](#),

Contato

Queremos te ouvir.

WhatsApp RJ:

(21) 99451-7530

WhatsApp SP:

(11) 98597-3405

e-Mail:

contato@revistaf
t.com.br

ISSN: 1678-0817

CNPJ:

48.728.404/0001-
22

Conselho Editorial

Editores

Fundadores:

Dr. Oston de
Lacerda Mendes.
Dr. João Marcelo
Gigliotti.

Editor

Científico:

Dr. Oston de
Lacerda Mendes

Jornalista

Responsável:



**Fator de
impacto FI=**
5.397 (muito alto)
**Turismo
Acadêmico**

Agência **ft**

Marcos Antônio
Alves MTB
6036DRT-MG
Orientadoras:
Dra. Hevellyn
Andrade
Monteiro
Dra. Chimene
Kuhn Nobre
Revisores:
Lista atualizada
periodicamente
em
revistaft.com.br/expresspediente Venha
fazer parte de
nosso time de
revisores
também!

Copyright © Revista ft Ltda. 1996 -
2025

Rua José Linhares, 134 - Leblon | Rio
de Janeiro-RJ | Brasil