

CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO CURSO DE PÓS-  
GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA TRAUMATO ORTOPÉDICA  
MANIPULATIVA MODERNA

GRAZIELLY OLIVEIRA PEREIRA

**RECURSOS CINESIOTERAPÊUTICOS NA FRATURA DO COLO DO  
FÊMUR.: Uma revisão integrativa**

ICÓ-CE

2024

**RECURSOS CINESIOTERAPÊUTICOS NA FRATURA DO COLO DO  
FÊMUR: Uma revisão integrativa**

Trabalho de conclusão de curso,  
apresentado a coordenação do curso de  
pós graduação em Fisioterapia Traumatologia  
Ortopedia Manipulativa Moderna do  
Centro Universitário Vale Do Salgado  
(UNIVS) a ser apresentado como requisito  
para obtenção de nota

**Orientador:** Prof. Esp. Francisco Dyego  
Bezerra

GRAZIELLY OLIVEIRA PEREIRA

**RECURSOS CINESIOTERAPÊUTICOS NA FRATURA DO COLO DO  
FÊMUR: Uma revisão integrativa**

Esse exemplar corresponde a redação final aprovada do trabalho de conclusão de curso de pós graduação em Fisioterapia Traumatologia Ortopedia Manipulativa Moderna do Centro Universitário Vale Do Salgado (UNIVS) em cumprimento as exigências para obtenção de Especialista.

Aprovado em \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Esp. Francisco Dyego Bezerra  
Centro universitário Vale do Salgado  
*Orientador*

---

Prof. Esp. Marcos Raí da Silva Tavares  
Centro universitário Vale do Salgado

ICÓ-CE  
2024

## RECURSOS CINESIOTERAPÊUTICOS NA FRATURA DO COLO DO FÊMUR.: Uma revisão integrativa

Grazielly Oliveira Pereira<sup>1</sup>;

Francisco Dyego Bezerra<sup>2</sup>

### RESUMO

**Introdução:** Pode-se definir fratura como qualquer lesão de tecidos moles acompanhado de falha óssea, a qual sofre uma tensão superior à que possa suportar. As fraturas na região proximal de fêmur são consideradas problema de saúde mundial, tendo uma associação a alta taxa de morbimortalidade, sendo que 50% dos pacientes que sofrem essa lesão proximal de fêmur são na região do colo do femoral, (RAMALHO et al., 2018) alguns fatores que podem influenciar para a fratura de colo do fêmur (FCF) são a osteoporose, desnutrição, diminuição das atividades da vida diária, e musculatura enfraquecida. (DOS SANTOS et al., 2020).

**Objetivo:** Analisar os efeitos dos recursos cinesioterapêuticos na fratura do colo do fêmur através de uma revisão integrativa. **Metodologia:** O presente estudo corresponde a uma Revisão Integrativa, consiste na exploratória descritiva, tipo qualitativa, a busca dos estudos se dá através das bases de dados eletrônicas Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo, PubMed, LILACS, PEDro. **Resultados e Discussão:** Segundo FERREIRA e GOLIAS (2018) em um relato de caso, foi utilizado em um paciente com FCF um programa de reabilitação contendo exercícios da cinesioterapia do 6º ao 10º atendimento, de um total de 16, com técnicas de exercícios resistidos para fortalecimento muscular de flexores, extensores, abdutores, adutores, e rotadores de quadril; flexores e extensores de joelho; dorsiflexores e plantiflexores de tornozelo; e flexores e extensores de tronco, durante 3 séries de 10 repetições cada, durante 25 minutos em média. Finalizando com 5 minutos de alongamento de tronco e MMII. Tais resultados mostraram que devido ao fortalecimento muscular o grau de força do paciente na escala de Oxford passou de 4 para 5 em todos os músculos mencionados depois da reavaliação, mostrando também uma diminuição no encurtamento muscular dos mesmos. **Considerações finais:** Diante do exposto, é de extrema importância o estudo sobre os recursos cinesioterapêuticos em pacientes com fratura do colo do fêmur, visando que, a mesma é considerada uma patologia bem comum entre os idosos, por isso a importância dos profissionais

---

<sup>1</sup> Fisioterapeuta pós graduanda em Fisioterapia Traumatologia Ortopedia pelo Centro Universitário Vale do Salgado. E-mail: [graziellypereira69@gmail.com](mailto:graziellypereira69@gmail.com)

<sup>2</sup> Fisioterapeuta docente do Centro Universitário do Vale do Salgado, Especialização em Osteopatia pela Faculdade de Ciências Médicas de Minas Gerais. E-mail: [dyegofrancisco@univs.edu.br](mailto:dyegofrancisco@univs.edu.br)

e acadêmicos estarem sempre em busca das técnicas baseadas em evidências, para que assim, esses pacientes possam retornar a sua funcionalidade do dia a dia na sociedade

## **PALAVRAS-CHAVE**

Fisioterapia AND Fratura do Colo do Femoral. Exercícios. Fraturas do Quadril.

## **ABSTRACT**

**Introduction:** A fracture can be defined as any soft tissue injury accompanied by bone failure, which suffers greater tension than it can withstand. Fractures in the proximal region of the femur are considered a global health problem, associated with a high rate of morbidity and mortality, with 50% of patients who suffer this proximal femoral injury occurring in the region of the femoral neck, (RAMALHO et al., 2018) some factors that can influence femoral neck fracture (FHR) are osteoporosis, malnutrition, decreased activities of daily living and weakened muscles. (DOS SANTOS et al., 2020). **Objective:** To analyze the effects of kinesiotherapy resources on femoral neck fractures through an integrative review. **Methodology:** The present study corresponds to an Integrative Review, consisting of a descriptive exploratory, qualitative type, the search for studies takes place through the electronic databases Biblioteca Virtual em Saúde (VHL), Scielo, PubMed, LILACS, PEDro. **Results and Discussion:** According to FERREIRA and GOLIAS (2018), in a case report, a rehabilitation program containing kinesiotherapy exercises from the 6th to the 10th session, out of a total of 16, with exercise techniques was used on a patient with FHR. resisted for muscle strengthening of hip flexors, extensors, abductors, adductors and rotators; knee flexors and extensors; ankle dorsiflexors and plantarflexors; and trunk flexors and extensors, for 3 sets of 10 repetitions each, for 25 minutes on average. Finishing with 5 minutes of trunk and lower limb stretching. These results showed that due to muscle strengthening, the patient's degree of strength on the Oxford scale increased from 4 to 5 in all the muscles mentioned after reassessment, also showing muscle shortening. **Final considerations:** In view of the above, it is extremely important to study kinesiotherapy resources in patients with femoral neck fractures, considering that this is considered a very common pathology among the elderly, hence the importance of professionals and academics who are always present in search of evidence-based techniques, so that these patients can return to their daily functioning in society.

## **KEYWORDS**

“Physiotherapy” AND “Femoral Neck Fracture”; “Exercises”, “Hip Fractures”.

## **INTRODUÇÃO**

Segundo Barreira (2015) pode-se definir fratura como qualquer lesão de tecidos moles acompanhado de falha óssea, a qual sofre uma tensão superior à que possa suportar. As fraturas na região proximal de fêmur são consideradas problema de saúde mundial, tendo uma associação a alta taxa de morbimortalidade, sendo que 50% dos pacientes que sofrem essa lesão proximal de fêmur são na região do colo do femoral, (RAMALHO et al., 2018) alguns fatores que podem influenciar para a fratura de colo do fêmur (FCF) são a osteoporose, desnutrição,

diminuição das atividades da vida diária, e musculatura enfraquecida. (DOS SANTOS et al., 2020)

Segundo Giordano et al (2019) ainda que essas lesões sejam mais relacionadas a idosos, decorrente das quedas, traumas de baixa energia e diminuição de massa óssea, hoje em dia, após traumas diversos, ocorre em pacientes de toda faixa etária, relacionados traumas de alta energia. Segundo Tonini (2020) no Brasil, essa lesão acomete mais mulheres com faixa etária acima de 69 anos de idade, tendo uma diminuição da perspectiva de vida.

A Artroplastia Total de Quadril (ATQ) é um método cirúrgico para reconstrução dessa articulação, com objetivo de aliviar a dor e melhorar as funções do paciente, tendo uma substituição dos componentes articulares por uma prótese. (LIMA et al., 2017) As abordagens terapêuticas visam restaurar a mobilidade do paciente, como a ATQ, sendo indicada mais para idosos, e métodos conservadores para indivíduos mais jovens (GIODANO et al., 2019)

Entre as áreas de saúde a fisioterapia é uma profissão que desenvolve ações tanto na parte de prevenção, promoção e preservação de doenças e reabilitação da saúde do indivíduo (DE AQUINO et al., 2017) A fisioterapia é de grande relevância no tratamento de pacientes com fraturas, a eficácia de resultados significativos nesse tratamento dependem de uma boa reabilitação (ZAGO; GRASEL; PADILHA, 2017)

Entre os métodos fisioterapêuticos existentes, a cinesioterapia consiste em um conjunto de exercícios que visam restaurar a funcionalidade do paciente, melhorando assim o condicionamento físico, redução de incapacidades, relaxamento, alívio de dor e melhora da qualidade de vida. (VILELA; SOARES; MACIEL, 2017) Segundo os autores Prado & Graefling (2019) esse método consiste na arte de curar, baseado nessas técnicas de movimentos articulares, flexibilidade, força muscular, além dos que já foram mencionados anteriormente.

Diante do exposto, é de extrema importância o estudo dos recursos cinesioterapêuticos utilizados nesses pacientes com fratura do colo do fêmur, tendo em vista uma alta ocorrência dessas lesões, portanto, o presente trabalho buscou os resultados das principais técnicas fisioterapêuticas, baseados em recursos da cinesioterapia para o tratamento da patologia, atuando na reabilitação, fazendo com que retornem à produtividade em menor tempo, além de ofertar uma maior qualidade de vida.

Deste modo, justifica-se a relevância desse tema por contribuir ao expor uma reflexão acerca dos principais recursos fisioterapêuticos existentes atualmente, dentre eles a cinesioterapia, para tratamento da fratura do colo do fêmur, pois, existe um grande predomínio

dessas fraturas na sociedade, fazendo com que tenha uma contribuição para os pacientes acometidos com essa patologia, além de ser de extrema importância para acadêmicos da área da saúde, agregando maior conhecimento.

Nessa perspectiva o presente estudo teve como objetivo geral analisar os efeitos dos recursos cinesioterapêuticos na fratura do colo do fêmur através de uma revisão integrativa

## **METODOLOGIA**

O presente estudo corresponde a uma Revisão Integrativa, que para De Sousa et al (2017) consiste em um método que resume o passado da literatura empírica, disponibilizando uma compreensão mais abrangente de um determinado acontecimento, permitindo assim, um agrupamento dos apanhados de resultados da determinada pesquisa, contribuindo para um maior aperfeiçoamento de determinado tema.

Quanto aos objetivos dessa pesquisa, consiste na exploratória descritiva, onde a mesma possibilita uma aproximação entre o problema, aumentando o conhecimento do pesquisador referente ao tema, proporcionando explicações das causas e consequências, sendo descritivas, pois, não focam somente nos fatos, e sim, a classificação e interpretação dos mesmos, sendo observações mais minuciosas (BRUCHÉZ et al., 2018)

O tipo de pesquisa é a qualitativa, onde esse método busca evidenciar o interpretativismo, estudando o todo de forma relevante, investigando de forma compreensiva o conteúdo em questão, uma forma de questionamento social, como os indivíduos irão interpretar acontecimentos de tal fenômeno. (RESENDE 2016)

A busca dos estudos se dá através das bases de dados eletrônicas Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scielo, PubMed, LILACS, PEDro. A pesquisa será realizada no período de janeiro a abril de 2024. O intervalo de tempo que os estudos foram publicados será de 12 anos, isto é, estudos publicados no período de 2012 a 2024, tendo como descritores da pesquisa: “Fisioterapia” AND “Fratura do Colo do Femoral”; “Exercícios”, “Fraturas do Quadril”.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES**

### **Tab 1**

Descrição dos artigos inclusos na pesquisa em relação a origem, idioma e ano de publicação

<b>Características</b>	<b>Número de artigos</b>	<b>Porcentagem</b>
<b>Fonte</b>		
Lilacs	17	14,28%
BVS	39	32,77%
Scielo	34	28,57%
Pubmed	29	24,37%
<b>Idioma</b>		
Português	119	100%
Inglês	0	
<b>Ano</b>		
2012	2	1,6 %
2013	1	0,8 %
2015	10	8,40%
2016	21	17,64%
2017	24	20,16%
2018	23	19,32%
2019	18	15,12%
2020	14	11,76%
2021	6	5,04%

De acordo com a tabela 1, o ano de publicação dos artigos variou entre 2015 a 2021, os mesmos foram encontrados através das fontes Lilacs 17 artigos correspondendo 14,28%, PubMed 29 artigos 24,37%, BVS 39 artigos 32,77% e Scielo com 34 artigos correspondendo 28,57%, sendo todos de idioma português.

## **Tab 2**

Características dos estudos: autor, ano, tipo de estudo e base de dados

<b>Título</b>	<b>Autor</b>	<b>Ano</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Base de dados</b>
Análise comparativa do nível de dependência	Jefferson Carlos Araújo Silva, Tamires Barradas Cavalcante,	2018	Estudo transversal, de abordagem quantitativa	Enfermaria traumato-ortopédica do Hospital



funcional de idosos submetidos a artroplastia de quadril: estudo transversal	Neusa Machado Cabral dos Santos, Rosane Karine Gonçalves Nascimento, Anna Clara Lopes Freitas da Costa, Jeferson Santos Miranda			Universitário da Universidade Federal do Maranhão, em São Luís do Maranhão.
Complicações perioperatórias e mortalidade em pacientes idosos após cirurgia para fratura de fêmur: estudo observacional prospectivo	Barbosa TA, Souza AMF, Leme FCO, Grassi LDV, Cintra FB, Lima RME, Gumieiro DN, Lima LHNE.	2020	Estudo prospectivo e observacional	pacientes de ambos os sexos, com igual ou superior a 60 anos, internados no Hospital das Clínicas (HC) da Faculdade de Medicina de Botucatu (FMB), da Unesp
Fratura bilateral do colo do fêmur secundária a crise convulsiva: Tratamento com artroplastia total do quadril pelo acesso anterior direto	Osamu de Sandes Kimura, Rui Felipe Pache de Moraes, Marco Bernardo Cury Fernandes, Emílio Henrique Carvalho Freitas, Alexandre Seabra, George Kalif Lima,	2020	Relato de caso	Paciente de 36 anos, masculino, branco, e trabalhava como motoboy. História prévia de traumatismo crânio encefálico havia 4 anos, submetido a procedimentos neurocirúrgicos.
Tratamento de	Carlos Roberto	2018	Estudo de caso	53 pacientes foram

<p>fraturas deslocadas do colo femoral em pacientes jovens com DHS e associação com a osteonecrose</p>	<p>Schwartsmanna,b, Henrique Marquardt Lammerhirt, Leandro de Freitas Spinelli b e Ary da Silva Ungaretti Neto</p>			<p>selecionados retrospectivamente com base nos registros hospitalares. Os critérios de inclusão foram: idade abaixo de 55 anos e fratura do colo femoral deslocada (Garden III ou IV) no momento da admissão ao hospital</p>
<p>Tratamento fisioterapêutico tardio em indivíduo submetido a cirurgia de fixação de fêmur, pós-fratura: um estudo de caso</p>	<p>DO PRADO FERREIRA, Letícia Salete; GOLIAS, Andrey Rogério Campos.</p>	<p>2018</p>	<p>Relato de caso</p>	<p>O estudo foi realizado na Clínica Escola de Fisioterapia do Centro Universitário Ingá, Uningá, de Maringá/PR, em 2018.</p>
<p>Reabilitação após artroplastia total do quadril: um ensaio clínico randomizado</p>	<p>Carolina Sant´anna Umpierres</p>	<p>2012</p>	<p>Estudo Randomizado</p>	<p>A amostra foi composta por 106 pacientes submetidos à cirurgia de ATQ sendo 57 (53,8%) do sexo feminino e 49 (46,2%) do</p>

				sexo masculino, no HCPA de julho de 2009 a outubro de 2011.
Resultado funcional após hemiartroplastia de quadril para tratamento de fraturas do colo femoral	Ademir Schuroff, Mark Deeke, Marco Pedroni, Josiano Valério, Fernando Mielke, Renato Locks	2013	Estudo Observacional	54 pacientes entre 64 e 101 anos submetidos a ATQ no Hospital Universitário Cajuru, na cidade de Curitiba, entre agosto de 2006 e maio de 2009
Perfil de idosos internados por fratura de fêmur em um hospital de referência	Greicy Pinheiro; Janesca Mansur Guedes	2018	Estudo Retrospectivo	Estudo retrospectivo de prontuários de um hospital de grande porte na cidade de Passo Fundo no estado do Rio Grande do Sul, via Sistema Tasy. 56 pacientes acima de 60 anos que deram entrada no hospital por fratura de fêmur, no período de janeiro a junho de 2016.
Treinamento de força prolongado em pacientes idosos	Hilde Syllias, Teresa Brovold, Torgeir Bruun Wyller, Astrid	2012	Estudo randomizado, controlado, simples-cego,	Pacientes de ambos os sexos, com 65 anos ou mais, admitidos no

após fratura de quadril: um estudo controlado randomizado	Bergland		de grupos paralelos	Ullevål University em Oslo, Noruega, com fratura do colo do fêmur ou fratura trocantérica entre junho de 2007 e dezembro de 2008
Estudo comparativo da funcionalidade do paciente submetido à artroplastia total de quadril	Bruna Luiza Tadeu Santos Lima; Joquebede do Nascimento Nogueira Santos; Marina Laurindo Coutinho; Tania Clarete Fonseca Vieira Sampaio	2017	Estudo comparativo	A amostra foi constituída de 14 pacientes que foram submetidos à ATQ, entre agosto e outubro de 2016 no Hospital Universitário Ciências Médicas de Minas Gerais

Através do estudo transversal de análise comparativa do nível de dependência funcional de idosos submetidos a artroplastia de quadril em uma enfermaria traumato-ortopedica no hospital de maranhão, publicado em 2018, os pacientes idosos com quadro de fratura do colo do fêmur sofrem uma perda significativa da funcionalidade através da realização da ATQ, porém, também tem uma diminuição do quadro algico no decorrer do PO.

Além disso, esses pacientes submetidos a ATQ podem sofrer complicações mais graves, segundo BARBOSA et al (2020), estes, após a realização do procedimento, têm uma significativa taxa de mortalidade de 7,7% até 30 dias e de 30,8% em um ano, através do estudo em pacientes internados no Hospital das Clínicas (HC) da Faculdade de Medicina de Botucatu (FMB), da Unesp.

Já em pacientes com idade abaixo de 60 anos, segundo KIMURA et al (2020), é indicado a fixação da fratura do colo do fêmur, levando em consideração fatores ósseos e comorbidades, pois, foi observado no estudo que pacientes acima de 40anos que apresentaram

alguma complicação ou alteração na qualidade óssea seriam candidatos a realização da ATQ, devido a dificuldade e um grande risco de falha na fixação.

Nesses pacientes mais jovens, o objetivo do tratamento é a preservação da biomecânica da articulação do quadril, segundo SCHWARTSMANN et al (2018), esses pacientes jovens em uma grande reserva fisiológica, qualidade óssea e ausência de comorbidades, o estudo observou 53 pacientes com média de 41 anos de idade, onde foram observados após uso de pino DHS (dynamic hip screw), no qual a incidência necrose avascular após o uso em pacientes com menos de 55 anos foi de 24,6%.

Segundo FERREIRA e GOLIAS (2018) em um relato de caso, foi utilizado em um paciente com FCF um programa de reabilitação contendo exercícios da cinesioterapia do 6° ao 10° atendimento, de um total de 16, com técnicas de exercícios resistidos para fortalecimento muscular de flexores, extensores, abdutores, adutores, e rotadores de quadril; flexores e extensores de joelho; dorsiflexores e plantiflexores de tornozelo; e flexores e extensores de tronco, durante 3 séries de 10 repetições cada, durante 25 minutos em média. Finalizando com 5 minutos de alongamento de tronco e MMII. Tais resultados mostraram que devido ao fortalecimento muscular o grau de força do paciente na escala de Oxford passou de 4 para 5 em todos os músculos mencionados depois da reavaliação, mostrando também uma diminuição no encurtamento muscular dos mesmos.

Além de melhorar as funções já citadas, segundo UMPIERRES (2012) um protocolo de exercícios cinesioterapêuticos para pacientes com FCF pós ATQ pode ajudar a prevenir uma trombose venosa profunda (TVP), além de proporcionar uma independência funcional pro paciente, nesse estudo, foram avaliados 106 pacientes a partir do Sistema Nacional de Saúde pós operatório de ATQ no HCPA de julho de 2009 a outubro de 2011, onde 54 participaram de um protocolo fisioterapêutico, no qual foi avaliado a força muscular de todos os movimentos compostos pela articulação do quadril e joelho, sendo incluído treino de marcha, exercícios resistidos, alongamentos, e, após 15 dias foi obtido resultados de maior ADM em adução e abdução de quadril, melhora estatística em força muscular através do teste de Oxford em todos os movimentos do quadril, tendo assim, um rápido retorno a suas atividades.

Porém, em um estudo de SCHUROFF et al (2013) com 54 pacientes entre 64 e 101 anos submetidos a ATQ no Hospital Universitário Cajuru, na cidade de Curitiba, entre agosto de 2006 e maio de 2009, onde foi realizado um protocolo de fisioterapia pré e pós operatório, onde 70% dos pacientes já conseguiram deambular no hospital durante a internação, ao avaliar o impacto do efeito da fisioterapia no grau de deambulação pos operatório em comparação do pre operatório, os pacientes tiveram uma diferença na deambulação, onde, somente 1 paciente

conseguiu retornar seu grau de deambulação e 13 pioraram seu quadro, mostrando assim, não tendo efeito significativo da fisioterapia.

Já para PINHEIRO; GUEDES (2018) em um estudo retrospectivo de prontuários de um hospital de grande porte na cidade de Passo Fundo no estado do Rio Grande do Sul, via Sistema Tasy. Participaram da pesquisa, todos os pacientes acima de 60 anos que deram entrada no hospital por fratura de fêmur, no período de janeiro a junho de 2016, tendo um total de 56 pacientes. Do total geral, 55 (61,80%) realizaram o protocolo fisioterapêutico no ambiente hospitalar, com treino de marcha, orientações domiciliares e exercícios cinesioterapêuticos, proporcionando um melhor retorno a suas atividades de vida diárias, já 34 (38, 20%) não realizaram o protocolo. O atendimento era realizado 1 vez ao dia, variando de 1 a 63 sessões por pacientes, ao final do estudo, comprovaram que pacientes que obtiveram mais de 5 sessões de fisioterapia por semana conseguiram uma alta hospitalar mais precoce.

Em um estudo de SYLLIAAS et al (2012) na Ullevål University Hospital em Oslo, Noruega, com pacientes de ambos os sexos com mais de 65 anos com fratura do colo do fêmur ou fratura trocantérica entre junho de 2007 e dezembro de 2008, continha um protocolo de exercícios físicos individuais e em grupo repassados pelo fisioterapeuta uma vez por semana durante 36 semanas. Foi utilizado a força de repetição máxima (1-RM) como parâmetro para os exercícios, fazendo com que tenha um aumento progressivo da carga. Os pacientes realizavam um aquecimento de 10-15 minutos em esteira ou bicicleta ergométrica, depois, realizavam três séries de 10 repetições de cada exercício conforme o 1-RM, realizando: flexão de joelho em pé, afundo, extensão de joelho sentado e exercício de leg press, todos realizados com cargas. Após esse período, os pacientes apresentaram uma melhora significativa na marcha, força, mobilidade e AVD.

Porém, foi observado que o exercício uma vez por semana é insuficiente como treinamento básico para proporcionar benefícios para o paciente em relação a sua funcionalidade, mas, é suficiente para manutenção, portanto, esses pacientes com fratura de colo do fêmur domiciliar consistem em um grupo que precisa de acompanhamento prolongado para alcançar as melhorias que são importantes para o funcionamento independente.

Segundo LIMA et al (2017) em um estudo composto por 14 pacientes pós ATQ, entre 65 a 84 anos de ambos os sexos no Hospital Universitário Ciências Médicas de Minas Gerais, os mesmos foram divididos por sorteios em dois grupos, um recebeu o “Manual de Orientações Fisioterapêuticas pós ATQ” e o outro grupo só foi orientado verbalmente e por meio de vídeos sobre os exercícios. As orientações referentes no manual continham: execução de exercícios isométricos para evitar atrofia muscular; orientações quanto ao uso do andador.; além de

orientação para não cruzar as pernas enquanto estiver assentado ou deitado, não assentar em lugares baixos, evitando realizar uma angulação superior a 90 graus no quadril, para reduzir assim as chances de luxação da prótese do quadril.

Foi observado que, os pacientes que receberam o manual indicaram menor dificuldade em realizar suas atividades diárias, em deambular mais de 500 m sem relatar dor, por isso, a fisioterapia é importante logo após a ATQ, para que o paciente crie confiança ao se movimentar. Os exercícios de fortalecimento muscular aumentam a força proporcionam assim, ampliam a massa e a flexibilidade muscular desse paciente, favorecendo uma velocidade maior na marcha e uma coordenação dos movimentos.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante do exposto, é de extrema importância o estudo sobre os recursos cinesioterapeúticos em pacientes com fratura do colo do fêmur, visando que, a mesma é considerada uma patologia bem comum entre os idosos, por isso a importância dos profissionais e acadêmicos estarem sempre em busca das técnicas baseadas em evidências, para que assim, esses pacientes possam retornar a sua funcionalidade do dia a dia na sociedade.

Com base nos artigos estudados, foi observado que os exercícios cinesioterapeúticos tem como objetivo o retorno gradual da funcionalidade, a preservação das articulações do quadril e joelho, com técnicas de exercícios resistidos para fortalecimento muscular de flexores, extensores, abdutores, adutores, e rotadores de quadril; flexores e extensores de joelho; dorsiflexores e plantiflexores de tornozelo; e flexores e extensores de tronco, durante 3 séries de 10 repetições cada, durante 25 minutos em média. Finalizando com 5 minutos de alongamento de tronco e MMII. Evidenciando melhora significativa na força, marcha desses pacientes. (FERREIRA&GOLIAS, 2018).

Porém, a procura pelos artigos foi um grande desafio, visto que ainda não temos uma base avançada de estudos sobre esses recursos cinesioterapeúticos na fratura do colo do fêmur, foi necessário aumentar os anos das publicações, para que assim, pudesse concluir o estudo, desse modo, a importância de estudos com abordagens mais atuais.

## **REFERÊNCIAS**

BARBOSA, Talita de Almeida et al. Complicações perioperatórias e mortalidade em

pacientes selecionados a cirurgia para correção de fratura de fêmur: estudo prospectivo observacional. **Revista Brasileira de Anestesiologia**, v. 69, p. 569-579, 2020.

BARREIRA, Elisabete Maria Gomes. **Idosos com fratura proximal do fêmur. Análise das quedas e alterações funcionais**. 2015. Tese de Doutorado.

DOS SANTOS, Neusa Machado Cabral et al. AVALIAÇÃO FUNCIONAL DE IDOSOS COM FRATURA DO COLO DO FÊMUR SUBMETIDOS À ARTROPLASTIA DE QUADRIL. **Revista de Pesquisa em Saúde**, v. 19, n. 3, 2020.

DE AQUINO, Cecília Ferreira et al. Avaliação da qualidade de vida de indivíduos que utilizam o serviço de fisioterapia em unidades básicas de saúde. **Fisioterapia em Movimento**, v. 22, n. 2, 2017.

DO PRADO FERREIRA, Letícia Salete; GOLIAS, Andrey Rogério Campos. Tratamento fisioterapêutico tardio em indivíduo submetido a cirurgia de fixação de fêmur, pós-fratura: um estudo de caso, 2018.

PRADO, Luana; GRAEFLING, Bárbara Camila Flissak. EFEITO DA CINESIOTERAPIA NO EQUILÍBRIO E NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSOS. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, v. 24, n. 2, 2019.

GIORDANO, Vincenzo et al. Como os cirurgiões ortopédicos tratam a fratura desviada do colo do fêmur no paciente de meia idade? Pesquisa brasileira com 78 cirurgiões ortopédicos. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 54, n. 3, p. 288-294, 2019

KIMURA, Osamu de Sandes et al. Fratura bilateral do colo do fêmur secundário a crise convulsiva: Tratamento com artroplastia total do quadril pelo acesso anterior direto. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 55, p. 254-257, 2020.

LIMA, Bruna Luiza Tadeu Santos et al. Estudo comparativo da funcionalidade do paciente submetido à artroplastia total de quadril. **Revista interdisciplinar ciências médicas**, v. 1, n. 1, p. 96-109, 2017.

PINHEIRO, Greicy. **Perfil de idosos internados por fratura de fêmur em um hospital de referência**. 2018.

RAMALLO, Daniel Alves et al. Fatores que influenciam o resultado da osteossíntese na fratura do colo do fêmur em paciente adulto jovem. **Revista Brasileira de Ortopedia**, 2018.  
PINHEIRO, Greicy. **Perfil de idosos internados por fratura de fêmur em um hospital de referência**. 2018.

SCHWARTSMANN, Carlos Roberto et al. Tratamento de fraturas deslocadas do colo femoral em pacientes jovens com DHS e associação com osteonecrose. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 53, p. 82-87, 2018.

VILELA-JUNIO, Juscelino Francisco; SOARES, Vitor Marcilio Gomes; MACIEL, Ana Maria Sá Barreto. A importância prática da cinesioterapia em grupo na qualidade de vida de idosos. **Acta fisiátrica**, v. 24, n. 3, p. 133-137, 2017



ZAGO, Ana Paula Vergani; GRASEL, Cláudia Elisa; PADILHA, Joice Aparecida. Incidência de atendimentos fisioterapêuticos em vítimas de fraturas em um hospital universitário. **Fisioterapia em Movimento**, v. 22, n. 4, 2017.

TONINI, Sandy Figueiró. Perfil epidemiológico de fratura proximal de fêmur em idosos atendidos em um hospital geral da Grande Florianópolis e sua associação com sexo e idade. **Medicina-Pedra Branca**, 2020.