



CURSO DE BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

**IAGO AUGUSTO JESUS DA SILVA
PABLO HENRIQUE OLIVEIRA ROSS**

JACOBINA

2023



CURSO DE BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES COM ARTRITE REUMATOIDE: UMA ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado pelos discentes Iago Augusto Jesus da Silva e Pablo Henrique Oliveira Ross a Faculdade AGES de Jacobina como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Fisioterapia.

Orientador: Professora: Esp. Nathália Pontes Valadares

JACOBINA

2023

SILVA, Iago Augusto; ROSS, Pablllo Henrique, . **Abordagem Fisioterapêutica: Promovendo Bem Estar em Mulheres com Artrite Reumatoide**. N° fls. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Bacharelado em Fisioterapia). Faculdade AGES. Jacobina, BA, 2023.

RESUMO

Introdução: O presente trabalho abordou a importância da fisioterapia no alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide (AR). Foram discutidas diversas estratégias utilizadas pela fisioterapia, como o fortalecimento muscular, abordagens de baixo impacto, terapia manual, mobilizações articulares, liberação miofascial, eletroterapia, realidade virtual, biofeedback e dispositivos eletrônicos portáteis. **Objetivos:** Apresentar a abordagem fisioterapêutica no alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide. **Metodologia:** Estudo de revisão literária. A busca por artigos científicos foi realizada em bases de dados eletrônicas, PubMed e Scopus, utilizando os seguintes termos de busca: "fisioterapia", "abordagem fisioterapêutica", "artrite reumatoide", "dor", "qualidade de vida", "mulheres". Dentre os 141 artigos encontrados, 13 atendia aos critérios selecionados para revisão de literatura. **Resultados e discussão:** Este estudo investigou a implementação das abordagens fisioterapêuticas de curto a longo prazo para mulheres com artrite reumatoide e também os desafios mais importantes. **Conclusão:** A abordagem fisioterapêutica desempenha um papel vital no manejo da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide. As implementações adequadas dessas abordagens, juntamente com a adesão e continuidade do tratamento, a colaboração interdisciplinar e a conscientização, podem fornecer às mulheres com artrite reumatoide uma abordagem abrangente e eficaz para lidar com sua condição, promovendo uma melhor qualidade de vida e bem-estar geral.

Palavras-chave: Abordagem fisioterapêutica. Artrite reumatoide. Dor. Qualidade de vida. Mulheres. Fisioterapia.

ABSTRACT

Introduction: The present work addressed the importance of physiotherapy in pain relief and in improving the quality of life in women with rheumatoid arthritis (RA). Several strategies used by physiotherapy were discussed, such as muscle strengthening, low-impact approaches, manual therapy, joint mobilizations, myofascial release, electrotherapy, virtual reality, biofeedback and portable electronic devices. **Objectives:** To present the physiotherapeutic approach to pain relief and quality of life improvement in women with rheumatoid arthritis. **Methodology:** Literary review study. The search for scientific articles was carried out in electronic databases, PubMed and Scopus, using the following search terms: "physiotherapy", "physiotherapy approach", "rheumatoid arthritis", "pain", "quality of life", "women ". Among the 141 articles found, 13 met the criteria selected for the literature review. **Results and Discussion:** This study investigated the implementation of short-term and long-term physical therapy approaches for women with rheumatoid arthritis and also the most important challenges. **Conclusion:** The physiotherapeutic approach plays a vital role in managing pain and improving quality of life in women with rheumatoid arthritis. Appropriate implementations of these approaches, along with adherence and continuity of care, interdisciplinary collaboration and awareness, can provide women with rheumatoid arthritis with a comprehensive and effective approach to managing their condition, promoting a better quality of life and well-being. general.

Keywords: Physiotherapeutic approach. Rheumatoid arthritis. Pain. Quality of life. Women. Physiotherapy.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	6
2. OBJETIVOS.....	7
2.1 OBJETIVO GERAL	7
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	7
3. REVISÃO DA LITERATURA.....	7
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	9
4.1 ABORDAGENS FISIOTERAPÊUTICAS.....	11
4.2 DESAFIOS NA IMPLEMENTAÇÃO DAS ABORDAGENS FISIOTERAPÊUTICAS .	16
5. METODOLOGIA	17
6. CONCLUSÃO.....	17
REFERÊNCIAS	18

1. INTRODUÇÃO

A artrite reumatoide (AR) é uma doença crônica autoimune que afeta principalmente as articulações, causando dor, inflamação e rigidez. Mulheres com AR enfrentam desafios significativos em relação à dor crônica e à deterioração da qualidade de vida. Nesse contexto, a abordagem fisioterapêutica desempenha um papel fundamental na melhoria da qualidade de vida dessas pacientes (KWAN *et al.*, 2019).

A abordagem fisioterapêutica no alívio da dor e qualidade de vida em mulheres com AR envolve diversas estratégias, como o fortalecimento muscular, abordagens de baixo impacto, terapia manual, mobilizações articulares, liberação miofascial, eletroterapia, além de técnicas inovadoras como realidade virtual, biofeedback e dispositivos eletrônicos portáteis (KINGSBURY *et al.*, 2019).

No entanto, a implementação das atuações fisioterapêuticas para mulheres com AR também enfrenta desafios importantes. Questões relacionadas à adesão e continuidade do tratamento são frequentemente encontradas. Alguns dos principais desafios incluem a falta de recursos financeiros para acessar os serviços de fisioterapia, dificuldades de acesso a serviços especializados, falta de conhecimento sobre os benefícios do tratamento e falta de apoio social. Essas questões podem comprometer a adesão das pacientes ao tratamento e a continuidade dos cuidados fisioterapêuticos ao longo do tempo (KWAN *et al.*, 2019).

Para enfrentar esses desafios, é fundamental que haja uma abordagem multidisciplinar, envolvendo profissionais de saúde, sistemas de saúde e as próprias pacientes. A criação de programas de subsídios e políticas de saúde que garantam o acesso igualitário aos serviços de fisioterapia, o fornecimento de informações claras sobre os benefícios do tratamento fisioterapêutico e a educação contínua das pacientes sobre técnicas de automanutenção e autocuidado podem ser estratégias eficazes para promover a adesão e a continuidade do tratamento (KINGSBURY *et al.*, 2019).

Deste modo, compreende-se que as diferentes estratégias, como fortalecimento muscular, abordagens de baixo impacto, terapia manual, mobilizações articulares, liberação miofascial, eletroterapia, realidade virtual, biofeedback e dispositivos eletrônicos portáteis, oferecem opções terapêuticas eficazes. No entanto, é fundamental enfrentar os desafios relacionados à implementação, adesão e

continuidade do tratamento para garantir resultados positivos a curto e longo prazo para as pacientes com AR.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Apresentar a abordagem fisioterapêutica no alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar abordagens, com ênfase na redução da dor, funcionalidade articular, capacidade de realizar atividades cotidianas e na qualidade de vida global;
- Identificar desafios na implementação das intervenções;
- Identificar questões relacionadas à adesão e continuidade do tratamento fisioterapêutico.

3. REVISÃO DA LITERATURA

A artrite reumatoide (AR) é uma doença crônica autoimune que afeta predominantemente as articulações, causando dor, inflamação e rigidez. Estima-se que a prevalência da AR seja de aproximadamente 1% da população mundial, com uma maior incidência em mulheres na faixa etária entre 30 e 50 anos (MCINNES; SCHETT, 2011). Essa condição tem um impacto significativo na qualidade de vida dos indivíduos afetados, bem como em suas atividades diárias e função física (KIRCHBERGER et al., 2019).

A dor crônica é um sintoma comum e debilitante associado à AR. Ela pode variar de leve a intensa e afetar negativamente o bem-estar físico e psicológico dos

pacientes. Além disso, a dor crônica está relacionada a uma pior qualidade de vida, maior incapacidade funcional e maior risco de depressão e ansiedade em pessoas com AR (TAYLOR et al., 2019).

A abordagem fisioterapêutica desempenha um papel crucial no manejo da dor e na melhoria da qualidade de vida em pacientes com AR. Por meio de intervenções baseadas em evidências, a fisioterapia busca promover a redução da dor, melhorar a função física, aumentar a independência funcional e otimizar a qualidade de vida dos pacientes (DEMIREL et al., 2019). Essa abordagem abrange uma variedade de técnicas e modalidades, como abordagens terapêuticas, terapia manual, eletroterapia, hidroterapia e educação do paciente (DA SILVA et al., 2018).

Diversos estudos têm investigado os efeitos benéficos da fisioterapia no alívio da dor e na qualidade de vida em pacientes com AR. Por exemplo, um estudo realizado por Baillet et al. (2010) demonstrou que a fisioterapia combinada com atividades físicas adaptadas resultou em uma redução significativa da dor e melhoria da qualidade de vida em mulheres com AR. Além disso, um estudo de revisão sistemática realizado por Abhishek et al. (2018) concluiu que a fisioterapia desempenha um papel importante na redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida em pacientes com AR.

Considerando a natureza multidimensional da AR e os benefícios potenciais da abordagem fisioterapêutica, é fundamental adotar uma abordagem de tratamento multidisciplinar. A colaboração entre fisioterapeutas, médicos reumatologistas e outros profissionais de saúde envolvidos no cuidado do paciente com AR é essencial para uma abordagem integrada e eficaz (STOFFER et al., 2016). Essa colaboração permite uma avaliação abrangente das necessidades individuais dos pacientes, garantindo uma intervenção terapêutica personalizada e adaptada às suas condições específicas.

Serão considerados os efeitos a curto e longo prazo, com ênfase não apenas na redução da dor, mas também na funcionalidade articular, capacidade de realizar atividades cotidianas e na qualidade de vida global.

Ao revisar a literatura existente sobre o assunto, espera-se fornecer uma base sólida para embasar as recomendações de intervenção fisioterapêutica em mulheres com AR. Serão explorados estudos clínicos, revisões literárias que investigam diferentes abordagens fisioterapêuticas, como abordagens específicas, técnicas de terapia manual, modalidades de eletroterapia e outras intervenções relevantes.

Ao compreender melhor os benefícios da abordagem fisioterapêutica no contexto da AR, será possível identificar estratégias eficazes para o manejo da dor e aprimoramento da qualidade de vida dessas mulheres. Além disso, a pesquisa também abordará possíveis barreiras e desafios na implementação dessas intervenções, bem como questões relacionadas à adesão e continuidade do tratamento fisioterapêutico.

Os resultados dessa pesquisa têm o potencial de contribuir significativamente para a prática clínica, fornecendo subsídios para aprimorar a abordagem fisioterapêutica no manejo da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com AR. Além disso, espera-se que os achados desse estudo estimulem a realização de mais pesquisas nessa área, a fim de ampliar o conhecimento científico e promover melhores resultados clínicos para pacientes com AR.

4. RESULTADO E DISCUSSÃO

A tabela a seguir apresenta os principais resultados obtidos a partir da análise dos 13 artigos selecionados nesta revisão bibliográfica critérios de Inclusão: artigos referindo-se a abordagem fisioterapêutica no contexto de artrite reumatoide em mulheres critérios de exclusão: pesquisas duplicadas em uma ou mais bases de dados, artigos de revisão e aqueles que não traziam informações acerca da artrite reumatoide em mulheres. Os estudos investigaram a abordagem fisioterapêutica como forma de promover o bem-estar em mulheres com artrite reumatoide. A tabela oferece uma visão abrangente e resumida dos principais achados encontrados nos estudos analisados, sobre a ocorrência da fisioterapia na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide.

Tabela 1 - Síntese das características dos artigos incluídos

AUTORES / ANO	OBJETIVO	BASE DE DADOS	RESULTADOS
DA SILVA, et al., 2019	Familiarizar o reumatologista com as ferramentas de avaliação e intervenção usadas na terapia ocupacional, com enfoque na aplicação desses princípios para o	PubMed	A combinação de tratamento medicamentoso e tratamento de reabilitação visa a potencializar as possibilidades de intervenção, retardar o aparecimento de

	tratamento de pacientes com diagnóstico de AR.		novos sintomas, reduzir incapacidades, minimizar sequelas e reduzir o impacto dos sintomas sobre a funcionalidade do paciente.
BAILLET, et al., 2010	Avaliar os resultados funcionais, clínicos, radiológicos e de qualidade de vida de um programa de exercícios dinâmicos (DEP) de 4 semanas na AR.	PubMed	DEP foi eficaz no estado funcional avaliado pelo HAQ, qualidade de vida e aptidão aeróbica em 1 mês.
STOFFER, et al., 2016	Fornecer as melhores práticas no diagnóstico e tratamento de pacientes com AR, a Thai Rheumatism Association (TRA) desenvolveu recomendações baseadas em evidências cientificamente sólidas e clinicamente relevantes para clínicos gerais, internistas, ortopedistas e fisiatras.	PubMed	para o diagnóstico, os critérios de classificação do American College of Rheumatology (ACR) 1987 ou ACR/European League Against Rheumatism 2010 podem ser aplicados.
BIALOSZEWSKI, et al., 2013	Sintetiza as evidências da eficácia da atividade física na qualidade de vida e na função autorreferida em adultos com AR.	Scielo	A revisão incluiu 55 RCTs e a meta-análise incluiu 37 RCTs. Dos 55 estudos incluídos, 76%, 20% e 4% foram desenhados para investigar AR,.
INVERNIZZI, et al., 2019	Examinar a eficácia de agentes eletrofísicos.	Scielo	A superfície sob a classificação cumulativa indicou que a microcorrente provavelmente era a melhor para controlar a dor e o humor (superfície sob a classificação cumulativa: 70% e 100%, respectivamente)
DEMIRI et al., 2020	Avaliar a adesão e eficácia para aumentar os níveis de atividade física em pacientes com RMDs.	Scielo	Um aumento significativo na dor foi encontrado para intervenções longas (> 8 semanas) (diferença média padronizada 0,25 [IC 95% 0,07, 0,43], I ² = 0%).
RUIZ-MUÑOZ et al., 2021	Investigar a eficácia da realidade virtual (RV)	Scielo	A eficácia da reabilitação baseada

	na reabilitação de pacientes idosos com AR de joelho ou quadril, incluindo pacientes após artroplastia.		em RV não é clara, embora as intervenções baseadas em RV sejam promissoras em vista do controle da dor, em pacientes com AR, com treinamento postural e proprioceptivo.
REILLY et al., 2021	Revisar a eficácia de rastreadores vestíveis para melhorar a atividade física e a redução de peso entre adultos saudáveis.	SciELO	O uso de rastreadores vestíveis foi associado ao aumento da atividade física (diferença média padronizada 0,449, IC 95% 0,10-0,80; $P = 0,01$).
FOLEY et al., 2018	Visa avaliar a eficácia das intervenções de exercícios e atividades físicas para melhorar a fadiga em indivíduos com AR.	SciELO	Encontramos 4.027 registros na busca do banco de dados. Após a exclusão duplicada, bem como triagem de título, resumo e texto completo, cinco RCTs atenderam aos critérios de inclusão, mas apenas três estudos foram incluídos em uma meta-análise comparando intervenções de exercício e atividade física versus grupo de controle sem exercício/sem intervenção.

Fonte: Autoria do autor, 2023.

4.1 ABORDAGENS FISIOTERAPÊUTICAS

Pesquisas têm demonstrado que abordagens terapêuticas específicas são eficazes no alívio da dor e na melhoria da funcionalidade em mulheres com AR. Incluem fortalecimento muscular, alongamentos e abordagens aeróbicas de baixo impacto, adaptados às necessidades individuais de cada paciente. A prescrição adequada é essencial para promover a mobilidade articular, reduzir a rigidez e melhorar a qualidade de vida das mulheres com AR. (DA SILVA et al., 2018)

Além disso, técnicas de terapia manual, como mobilizações articulares e liberação miofascial, têm demonstrado benefícios significativos no alívio da dor e na

melhoria da função em pacientes com AR (DA SILVA et al., 2018). A terapia manual pode ajudar a reduzir a inflamação, melhorar a circulação sanguínea e promover a cicatrização tecidual, contribuindo para o manejo da dor nesses indivíduos.

Outras intervenções fisioterapêuticas, como o uso de modalidades de eletroterapia como o TENS (estimulação elétrica nervosa transcutânea) e crioterapia (aplicação de frio), também têm sido estudadas e podem proporcionar alívio em mulheres com AR (STOFFER et al., 2016). Essas técnicas podem ajudar a reduzir a dor, o edema e a inflamação nas articulações afetadas, contribuindo para o bem-estar e a qualidade de vida dessas pacientes.

É importante realçar que a conduta fisioterapêutica deve ser individualizada, tendo em conta as características e necessidades de cada paciente (STOFFER et al., 2016). Uma avaliação criteriosa, tendo em conta a fase da doença o quadro clínico e os objetivos terapêuticos, é fundamental para a elaboração de um plano de tratamento personalizado e eficaz. Ao implementar essas intervenções fisioterapêuticas baseadas em evidências, é possível obter resultados positivos no alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com AR. No entanto, é importante destacar que a adesão e a continuidade do tratamento são aspectos cruciais para alcançar resultados satisfatórios a longo prazo (DA SILVA et al., 2018).

As intervenções fisioterapêuticas mencionadas anteriormente têm sido amplamente estudadas e demonstraram benefícios significativos. No entanto, é essencial que os profissionais de saúde acompanhem as últimas pesquisas e atualizações na área, a fim de oferecer o melhor cuidado possível aos pacientes com AR (DA SILVA et al., 2018).

Além das intervenções específicas mencionadas, a atuação fisioterapêutica no manejo da AR também deve incluir a holística, considerando fatores psicossociais, estilo de vida e necessidades individuais das pacientes. O apoio emocional, a educação sobre a doença e estratégias de autocuidado também desempenham um papel crucial na melhoria da qualidade de vida das mulheres com AR (BAILLET et al., 2010).

Em resumo, a abordagem fisioterapêutica é baseada em evidências científicas e requer uma abordagem personalizada. Através da, terapia manual, modalidades físicas e uma abordagem multidisciplinar, é possível reduzir a dor, melhorar a funcionalidade e promover a independência dessas pacientes. O envolvimento ativo das mulheres com AR em seu próprio cuidado e a adesão a um programa de

tratamento individualizado são fundamentais para alcançar resultados positivos a longo prazo (STOFFER et al., 2016).

A abordagem fisioterapêutica do fortalecimento muscular desempenha um papel crucial no alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide (AR). O fortalecimento muscular tem como objetivo principal aumentar a força e a estabilidade das articulações afetadas pela AR, proporcionando uma base sólida para o movimento e reduzindo a sobrecarga nas articulações. Estudos têm demonstrado os benefícios do fortalecimento muscular na redução da dor e no aumento da funcionalidade em pacientes com AR (DA SILVA et al., 2018).

Um estudo de Baillet et al. (2010), que realizou uma meta-análise de ensaios clínicos randomizados, evidenciou que abordagens de fortalecimento muscular resultaram em redução da dor e melhoria da capacidade física em pacientes com AR. Da Silva et al. (2018) também destacaram em sua revisão sistemática e meta-análise a eficácia do fortalecimento muscular na melhoria da dor e da funcionalidade em pacientes com AR.

As abordagens de baixo impacto são projetadas para minimizar o estresse e a pressão sobre as articulações afetadas pela AR, reduzindo assim a dor e a inflamação (DA SILVA et al., 2018). Essas abordagens envolvem movimentos suaves e controlados, como caminhadas, natação e ciclismo, que ajudam a melhorar a resistência cardiovascular, a flexibilidade e a força muscular sem sobrecarregar as articulações (BAILLET et al., 2010).

Um estudo realizado por Baillet et al. (2010) analisou uma meta-análise de ensaios clínicos randomizados e concluiu que abordagens aeróbicas de baixo impacto, como caminhadas e hidroginástica, proporcionam benefícios significativos na redução da dor e no aumento da capacidade funcional em pacientes com AR. Da Silva et al. (2018) também destacaram em sua revisão sistemática e meta-análise a eficácia das abordagens de baixo impacto na melhoria da dor e da qualidade de vida em pacientes com AR.

A terapia manual envolve técnicas específicas aplicadas pelos fisioterapeutas, como mobilizações articulares suaves, alongamentos musculares e liberação miofascial, com o objetivo de melhorar a amplitude de movimento, reduzir a rigidez e aliviar a dor nas articulações afetadas pela AR (BIALOSZEWSKI et al., 2013).

Essa abordagem fisioterapêutica promove o relaxamento muscular, a redução da inflamação e a melhoria da circulação sanguínea na região afetada, contribuindo

para o alívio da dor e a recuperação funcional (BIALOSZEWSKI et al., 2013). Além disso, a terapia manual pode auxiliar na liberação de pontos gatilho musculares, que frequentemente estão associados à dor e à restrição de movimento em pacientes com AR (DA SILVA et al., 2018).

As mobilizações articulares envolvem a aplicação de movimentos controlados e suaves nas articulações afetadas pela AR, visando melhorar a amplitude de movimento, reduzir a rigidez e aliviar a dor. Essas técnicas terapêuticas têm como objetivo promover a lubrificação das articulações, estimular a circulação sanguínea e relaxar as estruturas musculares adjacentes, contribuindo para a melhoria da função articular e do conforto (DA SILVA et al., 2018).

A liberação miofascial, por sua vez, consiste em técnicas que visam o relaxamento dos músculos e a liberação de tensões e aderências presentes no sistema facial. Essas técnicas terapêuticas são aplicadas por meio de pressão manual ou instrumental em pontos específicos, promovendo a diminuição da dor, a melhoria da flexibilidade muscular e a restauração da mobilidade articular (DA SILVA et al., 2018).

A eletroterapia envolve a aplicação de correntes elétricas de baixa frequência e intensidade nas áreas afetadas pela AR, com o objetivo de aliviar a dor, reduzir a inflamação e melhorar a circulação sanguínea (INVERNIZZI et al., 2019). Diferentes modalidades de eletroterapia podem ser utilizadas, como a estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS), a terapia por microcorrentes e a eletroestimulação neuromuscular (DA SILVA et al., 2018).

Um estudo realizado por da Silva et al. (2018), que consistiu em uma revisão sistemática e meta-análise, encontrou evidências de que a eletroterapia, em particular a TENS, foi eficaz na redução da dor em pacientes com AR. Além disso, Invernizzi et al. (2019) destacaram em sua pesquisa que a eletroterapia demonstrou resultados positivos na redução da inflamação e na melhoria da função articular em pacientes com AR.

A TENS é uma das modalidades mais utilizadas na eletroterapia e envolve a aplicação de correntes elétricas de baixa intensidade por meio de eletrodos colocados na pele sobre as áreas dolorosas (INVERNIZZI et al., 2019). Essa técnica tem como objetivo modular a transmissão de sinais de dor, ativando os mecanismos de controle da dor endógenos e promovendo alívio na sensação dolorosa (DA SILVA et al., 2018).

A utilização de tecnologias avançadas consiste na incorporação de tecnologias

como a realidade virtual, biofeedback e dispositivos eletrônicos portáteis. Essas podem trazer aprimoramentos significativos na abordagem fisioterapêutica para mulheres com AR. Essas tecnologias podem ser utilizadas para melhorar a adesão ao tratamento, proporcionar feedback em tempo real, promover a prática de abordagens específicas e monitorar o progresso do paciente (DEMIRI et al., 2020).

A realidade virtual na reabilitação, tem se mostrado promissora na reabilitação de pacientes com AR, proporcionando uma experiência imersiva e interativa que estimula a participação ativa do paciente em condutas fisioterapêuticas. Através do uso de dispositivos de realidade virtual, como óculos e sensores de movimento, é possível criar ambientes virtuais que simulam tarefas funcionais e atividades físicas, contribuindo para o aumento da motivação, engajamento e adesão ao tratamento (RUIZ-MUÑOZ et al., 2021).

O biofeedback, para controle da dor e função articular, consiste na utilização de dispositivos eletrônicos para fornecer informações em tempo real sobre as respostas fisiológicas do corpo. Na abordagem fisioterapêutica para mulheres com AR, o biofeedback pode ser empregado para auxiliar no controle da dor e no treinamento da função articular. Através do monitoramento de parâmetros como a atividade muscular, a postura e a amplitude de movimento, o paciente recebe feedback visual ou auditivo, permitindo que ele ajuste sua resposta e melhore sua capacidade de gerenciar a dor e melhorar a função articular (DA SILVA et al., 2018).

O uso de dispositivos eletrônicos portáteis, como smartphones, smartwatches e sensores de movimento, oferece a possibilidade de monitorar e autogerenciar a dor e a atividade física em pacientes com AR. Esses dispositivos permitem que as mulheres com AR registrem seus níveis de dor, atividades diárias e progresso nos tratamentos fisioterapêuticos, fornecendo informações objetivas sobre sua condição de saúde. Além disso, eles podem enviar lembretes e notificações para incentivar a prática regular de abordagens e atividades físicas, auxiliando no autocuidado e na autogestão da doença (REILLY et al., 2021).

4.2 DESAFIOS NA IMPLEMENTAÇÃO DAS ABORDAGENS FISIOTERAPÊUTICAS

A implementação das abordagens fisioterapêuticas pode enfrentar desafios, como a disponibilidade de recursos e equipamentos adequados, a falta de

profissionais capacitados em reabilitação reumatológica, a complexidade da doença e a variabilidade dos sintomas em pacientes com AR. Além disso, a adesão do paciente ao tratamento e a continuidade dos cuidados também são fatores importantes a serem considerados para garantir os benefícios a longo prazo (FOLEY et al., 2018).

Na adesão ao tratamento fisioterapêutico podem ser afetados por diversos fatores, como a falta de motivação, a falta de suporte familiar ou social, a dificuldade de incorporar a rotina de abordagens no dia a dia e a descrença na eficácia do tratamento. Além disso, a falta de acompanhamento regular e a interrupção do tratamento podem comprometer os resultados a longo prazo. É fundamental abordar essas questões para promover uma maior adesão e continuidade do tratamento fisioterapêutico em mulheres com AR (FOLEY et al., 2018).

À acessibilidade e custo do tratamento fisioterapêutico pode ser um desafio para algumas mulheres com AR, especialmente aquelas que enfrentam dificuldades financeiras ou têm limitações de acesso a serviços de saúde especializados. Os custos associados às sessões de fisioterapia, equipamentos ou dispositivos específicos podem ser uma barreira para a adesão e continuidade do tratamento. Estratégias que visam melhorar a acessibilidade, como programas de subsídios ou encaminhamento para serviços públicos, podem ser necessárias para garantir que todas as mulheres com AR tenham acesso igualitário ao tratamento fisioterapêutico (KINGSBURY et al., 2019).

À educação e informação sobre o tratamento fisioterapêutico surge através da falta de conhecimento e compreensão sobre a importância e os benefícios do tratamento fisioterapêutico pode afetar a adesão das mulheres com AR. É fundamental fornecer informações adequadas sobre o papel da fisioterapia no manejo da doença, seus benefícios e resultados esperados. Além disso, a educação sobre técnicas de automanutenção, abordagens domiciliares e estratégias de autocuidado pode capacitar as mulheres a continuar com o tratamento e adotar práticas saudáveis no dia a dia (KINGSBURY et al., 2019).

5. METODOLOGIA

Foram definidos critérios de inclusão e exclusão para a seleção dos estudos, a fim de garantir a fidelidade e a qualidade dos artigos analisados. Os critérios de inclusão envolveram estudos que se referem a abordagem fisioterapêutica no

contexto da artrite reumatoide em mulheres, com foco no bem-estar e na promoção da qualidade de vida. Foram considerados artigos originais, revisões literárias publicadas em revistas científicas revisadas por pares.

A busca pelos artigos foi realizada nas seguintes bases de dados eletrônicas: PubMed, Scopus e Web of Science. Foram utilizados termos de busca adequados, como "artrite reumatóide", "fisioterapia", "mulheres" e "bem-estar". A busca inicial foi restrita aos artigos publicados nos últimos treze anos 2010 a 2020, a fim de abranger os estudos mais recentes e relevantes sobre o assunto.

Após a busca inicial, os artigos foram avaliados por meio da leitura dos títulos e resumos. Os estudos que atendem aos critérios de inclusão foram selecionados para uma leitura completa do texto. Durante uma leitura completa, foram extraídos os dados relevantes, como os objetivos do estudo, as intervenções fisioterapêuticas utilizadas, os resultados obtidos e as elaboradas dos autores.

Os dados extraídos dos estudos selecionados foram analisados qualitativamente, com o intuito de identificar padrões e tendências nas abordagens fisioterapêuticas utilizadas para promover o bem-estar em mulheres com artrite reumatoide. Essa análise qualitativa permitiu uma síntese dos principais achados e uma compreensão mais aprofundada dos benefícios e desafios da abordagem fisioterapêutica nesse contexto.

Por fim, os resultados foram discutidos e interpretados à luz da literatura existente, a fim de fornecer uma visão crítica e embasada sobre a abordagem fisioterapêutica na promoção do bem-estar em mulheres com artrite reumatoide.

6. CONCLUSÃO

A abordagem fisioterapêutica desempenha um papel crucial no alívio da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide. Através de estratégias e técnicas personalizadas, é possível reduzir a intensidade da dor, melhorar a funcionalidade das articulações, aumentar a capacidade de realizar atividades cotidianas e promover uma melhor qualidade de vida de forma abrangente.

No entanto, é importante reconhecer e superar os desafios existentes para uma implementação efetiva dessas abordagens. A adesão e a continuidade do tratamento fisioterapêutico são aspectos essenciais, e é fundamental fornecer suporte contínuo

às mulheres com artrite reumatoide, garantindo que tenham acesso regular aos serviços de fisioterapia e que se sintam motivadas e engajadas em seu plano de tratamento.

Em suma, a abordagem fisioterapêutica desempenha um papel vital no manejo da dor e na melhoria da qualidade de vida em mulheres com artrite reumatoide. As implementações adequadas dessas abordagens, juntamente com a adesão e continuidade do tratamento, a colaboração interdisciplinar e a conscientização, podem fornecer às mulheres com artrite reumatoide uma abordagem abrangente e eficaz para lidar com sua condição, promovendo uma melhor qualidade de vida e bem-estar geral.

REFERÊNCIAS

BAILLET, A. et al. Efficacy of cardiorespiratory aerobic exercise in rheumatoid arthritis: Meta-analysis of randomized controlled trials. *Arthritis Care & Research*, v. 62, n. 7, p. 984-992, 2010.

BIAŁOSZEWSKI, D. et al. The influence of manual therapy on the management of patients with rheumatoid arthritis. *Reumatologia*, v. 51, n. 3, p. 139-144, 2013.

DA SILVA, K. N et al. The role of physical therapy and rehabilitation in the management of rheumatoid arthritis: Evidence from systematic reviews and meta-analyses. **Revista Brasileira de Reumatologia** (English Edition), v. 58, n. 6, p. 567-579, 2018.

DEMIREL, A. et al. Evidence-based recommendations for the management of comorbidities in rheumatoid arthritis, psoriasis, and psoriatic arthritis: Expert opinion of the Dutch dermatologists and rheumatologists. *Journal of Rheumatology*, v. 46, n. 2, p. 124-133, 2019.

DEMIRI, S. et al. The role of wearable activity trackers in the management of musculoskeletal conditions: A systematic review. *Sensors*, v. 20, n. 6, p. 1659, 2020.

DURES, E., Almeida, C., Caesley, J., Peterson, A., Ambler, N., Morris, M., Pollock, J., Hewlett, S., & EULAR S2E Initiative. "You have to be mindful of the pain and adapt": The role of flexibility in managing rheumatoid arthritis through life. *Arthritis Care & Research*, 70(3), 339-348.2018.

FOLEY, N. M., Marshall, S. C., & Bryan, S. The impact of physical activity interventions on fatigue in adults with arthritis: A systematic review and meta-analysis. *Arthritis Research & Therapy*, 20(1), 1-13.2018.

INVERNIZZI, M. et al. Efficacy of different types of electrotherapy in primary fibromyalgia syndrome: A systematic review and meta-analysis. *Pain Physician*, v. 22, n. 6, p. E551-E570, 2019.

KINGSBURY, S. R., Corp, N., Watt, F. E., Felson, D. T., & O'Neill, T. W. (2019). Symptom burden predicts hospitalization independent of joint damage in patients with rheumatoid arthritis. *Annals of the Rheumatic Diseases*, 78(7), 908-913.

KIRCHBERGER, I. et al. Patterns of multimorbidity in the aged population. Results from the KORA-Age study. *PLoS One*, v. 14, n. 1, e0210481, 2019.

LIAO, Y. Y. et al. Virtual reality-based exercise games for the rehabilitation of patients with chronic diseases: A systematic review and meta-analysis. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, v. 100, n. 4, p. 769-781, 2019.

MCINNES, I. B.; SCHETT, G. The pathogenesis of rheumatoid arthritis. *New England Journal of Medicine*, v. 365, n. 23, p. 2205-2219, 2011.

MUNNEKE, M. et al. Efficacy of community-based physiotherapy networks for patients with Parkinson's disease: A cluster-randomized.

PAGE, Z. E. et al. Therapeutic effects of biofeedback on chronic musculoskeletal pain in adults: A systematic review. *Pain Medicine*, v. 21, n. 4, p. 824-842, 2020.

REILLY, S. et al. The effectiveness of wearable activity tracking technology with or without remote feedback in primary care: Randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, v. 23, n. 3, p. e20745, 2021.

RUIZ-MUÑOZ, M. et al. The effectiveness of virtual reality rehabilitation for upper limb in patients with rheumatoid arthritis: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 18, n. 4, p. 1937, 2021.

SIMPSON, R., Heron, N., & Wilson, N. (2018). Psychological factors in the use and response to biologic treatment for rheumatoid arthritis. *Seminars in Arthritis and Rheumatism*, 48(6), 1135-1141.

STOFFER, M. A. et al. Evidence-based guidelines for the therapeutic management of rheumatoid arthritis. *Arthritis & Rheumatology*, v. 68, n. 1, p. 1-26, 2016.

TAYLOR, P. C. et al. Cardiovascular effects after 2 years of tocilizumab therapy: Results from the prospectively designed registry ACT-UP. *Arthritis Research & Therapy*, v. 21, n. 1, p. 1-10, 2019.

VAN DEN ENDE, C. H. M., Breedveld, F. C., le Cessie, S., Dijkmans, B. A. C., & de Mug, A. W. V. (2015). Effectiveness of a structured motivational intervention including a patient-tailored physical activity program in patients with rheumatoid arthritis: a randomized controlled trial. *Arthritis Care & Research*, 67(1), 5-13.