



## TRATAMENTO CONSERVADOR DA CAPSULITE ADESIVA DO OMBRO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Suely A. de Oliveira<sup>1</sup>, Henrique Nogaroto<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Campus Maringá-PR, Universidade Cesumar - UniCesumar. [suelyoliveira@alunos.unicesumar.edu.br](mailto:suelyoliveira@alunos.unicesumar.edu.br). <sup>2</sup>Orientador, Docente no Curso de Fisioterapia, UniCesumar. Pesquisador do Instituto Cesumar de Tecnologias e Inovação - ICETI. [henriquenogaroto@gmail.com](mailto:henriquenogaroto@gmail.com)

**Introdução:** A Capsulite Adesiva, conhecida como ombro congelado, é uma condição dolorosa e incapacitante que impacta a mobilidade do ombro devido à inflamação e espessamento da cápsula articular. Caracterizada por uma dor difusa e iniciada de forma espontânea, muitas vezes sem histórico de trauma, a dor associada torna-se intensa mesmo em repouso, afetando o sono. Esta condição progrediu em três estágios distintos. Fase dolorosa, apresenta-se de forma insidiosa e gradual, com dor mal localizada no ombro, frequentemente acompanhada por intensa dor que pode interferir no sono do indivíduo. Fase de rigidez, surge uma limitação significativa na utilização do membro superior longe do tronco, restringindo movimentos básicos como vestir-se e comprometendo rotações externas e internas, abdução e elevação. E na Fase de 'descongelamento', ocorre uma gradual recuperação dos movimentos do ombro ao longo de meses, embora a dor possa persistir. Esta condição é mais prevalente em mulheres entre 40 e 60 anos, afetando principalmente o ombro não dominante e sendo bilateral em até 17% dos casos. Enquanto alguns casos considerados idiopáticos podem estar relacionados a alterações no alinhamento escapulo umeral, como na cifose torácica, acredita-se que a Capsulite Adesiva possa ser uma progressão de lesões do manguito rotador, evoluindo para um processo inflamatório generalizado envolvendo a cápsula articular, culminando em fibrose. No exame clínico, a restrição da amplitude de movimentos passivos, em especial na flexão, rotação externa e interna, e abdução, é uma característica proeminente, sendo a presença de limitação assimétrica fundamental para o diagnóstico. A fisioterapia desempenha um papel crucial no tratamento visando melhorar a qualidade de vida e a funcionalidade do ombro. Estudar esta patologia é de suma importância, uma vez que ela impacta significativamente a vida dos pacientes e amplia o conhecimento na busca por estratégias terapêuticas mais eficazes na prática clínica. **Objetivo:** O propósito deste estudo é avaliar a eficácia do tratamento conservador na capsulite adesiva do ombro, examinando a variedade de técnicas terapêuticas utilizadas e seu impacto na qualidade de vida dos pacientes afetados por essa condição. Busca-se, assim, contribuir com evidências sólidas sobre a eficácia das abordagens conservadoras no manejo dessa patologia ortopédica debilitante. **Metodologia:** A pesquisa foi realizada através de uma revisão da literatura focada em artigos científicos sobre a capsulite adesiva ou ombro congelado. Foram utilizadas as palavras-chave: Fisioterapia, capsulite adesiva, tratamento conservador e ombro congelado para buscas nas bases de dados online PEDro, Scielo e PubMed. Inicialmente, foram encontrados 43 artigos. Após análise de relevância, 16 artigos foram selecionados para o estudo. A seleção considerou a pertinência e a similaridade com a pesquisa proposta, garantindo que os artigos abordassem de maneira abrangente e atual o tema investigado. Para assegurar a atualização das informações, foram considerados apenas artigos publicados nos últimos dez anos. Esta abordagem também permitiu cobrir os avanços mais recentes no campo da Fisioterapia, especialmente em relação ao tratamento



conservador da capsulite adesiva do ombro. A revisão sistemática dos artigos selecionados proporcionou uma base sólida para discutir as técnicas de fisioterapia mais eficazes e os resultados obtidos no tratamento dessa condição. **Resultados Esperados:** Espera-se que os resultados do estudo revelem: Eficácia de Diferentes Intervenções Fisioterapêuticas: Avaliar a eficácia de técnicas como mobilização articular, exercícios de alongamento, fortalecimento muscular, e modalidades físicas como ultrassom e eletroterapia. Comparar os efeitos de intervenções combinadas versus intervenções isoladas no alívio da dor e na restauração da amplitude de movimento. Impacto na Qualidade de Vida dos Pacientes: Examinar a influência das técnicas de fisioterapia na qualidade de vida dos pacientes, considerando aspectos como a redução da dor, melhoria do sono e capacidade de realizar atividades diárias. Avaliar a satisfação dos pacientes com os tratamentos recebidos e seu impacto no bem-estar geral. Progresso em Diferentes Estágios da Condição: Analisar a eficácia das intervenções em cada estágio da capsulite adesiva (fase dolorosa, fase de rigidez e fase de descongelamento), identificando quais técnicas são mais apropriadas para cada fase. Investigar o tempo necessário para observar melhorias significativas em cada estágio da condição. Identificação de Fatores Prognósticos: Identificar fatores que podem influenciar a resposta ao tratamento conservador, como idade, sexo, grau de severidade inicial e presença de comorbidades. Avaliar a possibilidade de personalizar as intervenções fisioterapêuticas com base nesses fatores prognósticos para maximizar os resultados. Recomendações para a Prática Clínica: Fornecer diretrizes baseadas em evidências para fisioterapeutas que tratam pacientes com capsulite adesiva do ombro. Sugerir protocolos de tratamento otimizados que possam ser incorporados na prática clínica diária. Em resumo, espera-se que este estudo amplie o conhecimento sobre as melhores práticas no tratamento conservador da capsulite adesiva do ombro, proporcionando uma base sólida para futuras pesquisas e aprimorando a qualidade do atendimento aos pacientes. Ao identificar as técnicas terapêuticas mais eficazes, o estudo visa não apenas melhorar os resultados clínicos, mas também promover uma recuperação mais rápida e eficiente, reduzindo o impacto dessa condição debilitante na vida dos pacientes.

**Palavras-chave:** Fisioterapia; Capsulite Adesiva; Tratamento conservador, Ombro Congelado.