



REALIZAÇÃO:



EFICÁCIA DE EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS NA FUNCIONALIDADE, QUALIDADE DE VIDA, DOR E FADIGA EM INDIVÍDUOS COM ARTRITE REUMATOIDE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Gabriela da Silva Santos¹; Thaynara do Nascimento Paes Barreto²; Maria Luiza Cordeiro dos Santos³; Isabelle Medeiros de Carvalho⁴; Angélica da Silva Tenório⁵; Andréa Tavares Dantas⁶

^{1,2} Programa de Pós-graduação em Fisioterapia, Universidade Federal de Pernambuco, Departamento de Fisioterapia, Recife, PE, Brasil

^{3,4} Universidade Federal de Pernambuco, Departamento de Fisioterapia, Recife, PE, Brasil

⁵ Programa de Pós-graduação em Fisioterapia, Universidade Federal de Pernambuco, Departamento de Fisioterapia, Recife, PE, Brasil

⁶ Programa de Pós-graduação em Fisioterapia, Universidade Federal de Pernambuco, Departamento de Medicina Clínica, Recife, PE, Brasil

E-mail: gabriela.ssantos@ufpe.br

Palavras-Chave: *Artrite Reumatoide; Dor; Qualidade de Vida.*

INTRODUÇÃO

A artrite reumatoide é uma condição que apresenta forte impacto nas atividades e participações do paciente. Levando em consideração os déficits musculoesqueléticos e suas implicações, as intervenções fisioterapêuticas têm sido apontadas como parte essencial para aumentar e manter a capacidade aeróbica e força muscular desses pacientes, impactando assim na melhora da função física, da dor, da fadiga e da qualidade de vida dos pacientes com AR. Desse modo, o objetivo deste estudo é avaliar a eficácia de exercícios terapêuticos na funcionalidade, qualidade de vida, dor e fadiga em indivíduos com AR.

MÉTODOS

Revisão sistemática. Os critérios de inclusão foram indivíduos ≥ 18 anos com diagnóstico de artrite reumatoide de acordo com os critérios do American College of Rheumatology; incluir um grupo que tenha como intervenção algum tipo de exercício

terapêutico; comparação com grupos sham, controle ou outras intervenções de fisioterapia; avaliar pelo menos um dos seguintes desfechos: capacidade funcional, qualidade de vida, dor ou fadiga; ensaios clínicos controlados e randomizados. A pesquisa foi conduzida nas seguintes bases de dados: MEDLINE/PubMed, Embase, Scopus, ScienceDirect, Lilacs, SciELO, PEDro e Cochrane. O risco de viés foi avaliado utilizando o *Revised Cochrane risk-of-bias tool for randomized trials (RoB 2)*. A qualidade metodológica foi medida pelo Grading of Recommendations Assessment, Development, and Evaluation System.

RESULTADOS

cinco estudos foram incluídos (372 participantes). O grau de evidencia variou de moderado a alto. O desfecho que apresentou maior grau de melhora segundo a análise foi a funcionalidade. A principal limitação da revisão foi o pequeno número de estudos e sua natureza heterogênea que impedem conclusões firmes e, portanto,



REALIZAÇÃO:



restringem a generalização dos achados. A evidencia atual de exercícios em pacientes com AR, baseada em uma qualidade de evidencia de moderada a alta, aponta que os exercícios podem ser considerados para fazer parte do tratamento de pacientes com a doença.

CONCLUSÃO

O pequeno número de estudos e sua heterogeneidade limitam uma conclusão firme, no entanto, há indicação que o exercício pode ter efeitos positivos no que se refere à funcionalidade e à qualidade de vida. Mais estudos são necessários para embasar esses achados.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a equipe do Laboratório de Aprendizagem e Controle Motor do Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal de Pernambuco pelo apoio nesta pesquisa.

REFERÊNCIAS

AZEEZ, M. et al. Benefits of exercise in patients with rheumatoid arthritis: a randomized controlled trial of a patient-

specific exercise programme. **Clinical Rheumatology**, v. 39, n. 6, p. 1783–1792, 1 jun. 2020.

DURCAN, L.; WILSON, F.; CUNNANE, G. The effect of exercise on sleep and fatigue in rheumatoid arthritis: A randomized controlled study. **Journal of Rheumatology**, v. 41, n. 10, p. 1966–1973, 1 out. 2014.

LANGE, E. et al. Effects of Aerobic and Resistance Exercise in Older Adults With Rheumatoid Arthritis: A Randomized Controlled Trial. **Arthritis Care and Research**, v. 71, n. 1, p. 61–70, 1 jan. 2019.

LOURENZI, F. M. et al. Effectiveness of an overall progressive resistance strength program for improving the functional capacity of patients with rheumatoid arthritis: A randomized controlled trial. **Clinical Rehabilitation**, v. 31, n. 11, p. 1482–1491, 1 nov. 2017.

MANNING, V. L. et al. Education, self-management, and upper extremity exercise training in people with rheumatoid arthritis: A randomized controlled trial. **Arthritis Care and Research**, v. 66, n. 2, p. 217–227, fev. 2014.