

Resumo Número: 18076

## Terapia de ondas de choque associada a exercícios excêntricos para a tendinopatia insercional do tendão de Aquiles: estudo prospectivo

Tiago Soares Baumfeld<sup>1</sup>, Nacime Salomão Barbachan Mansur<sup>2</sup>, Fernando Villalon<sup>2</sup>, Paulo dos Santos<sup>2</sup>, Bruno Shiefer<sup>2</sup>, Marcel Tamaoki<sup>2</sup>

1. Hospital Felício Rocho, Belo Horizonte, MG, Brasil.

2. Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, SP, Brasil.

### RESUMO

**Introdução:** O tratamento conservador para a tendinopatia insercional do tendão de Aquiles (TA) não produziu resultados encorajadores nos últimos anos. A terapia por ondas de choque (TOC) tornou-se uma opção confiável na abordagem desta doença nos últimos anos. O objetivo deste estudo é relatar a eficácia da TOC de baixa energia associada a um protocolo de fortalecimento excêntrico em 19 pacientes consecutivos.

**Métodos:** Este é um estudo prospectivo com 19 pacientes com diagnóstico de tendinopatia insercional do TA. O protocolo consistiu em TOC associado a exercícios excêntricos por 12 semanas. Todos os pacientes foram avaliados no primeiro dia e após 24 semanas com os scores VISA-A, Escala Visual Analógica de dor (EVA), AOFAS e por algometria. Os pacientes também foram avaliados quanto à adesão ao protocolo, complicações e resultado final.

**Resultados:** Todos os pacientes completaram o estudo sem complicações. 15 (79%) pacientes foram totalmente aderentes ao protocolo de Alfredson e 13 (68%) pacientes consideraram o tratamento bem-sucedido. Na última avaliação, os pacientes exigiram maior pressão sobre o calcâneo para desencadear a dor (Algometria 1), relataram menos dor quando o algômetro foi aplicado com 3kg de força (Algometria 2), apresentaram menor dor global (EVA) e apresentaram maiores valores nos scores AOFAS e VISA- A Scores. Todas essas diferenças foram estatisticamente significativas.

**Conclusão:** Os exercícios excêntricos associados à TOC são eficazes no tratamento da tendinopatia insercional do TA. Mais estudos, com seguimento mais longo e controlado por placebo, são necessários para comprovar essa afirmativa.

**Palavras-chave:** Ondas de choque; Tendão de Aquiles; Tendinopatia insercional.

