

REABILITAÇÃO PÓS-PRÓTESE DE JOELHO: CONTRIBUIÇÕES DO EXERCÍCIO FÍSICO PARA A RECUPERAÇÃO FUNCIONAL E QUALIDADE DE VIDA

MOCELLIN, Nataly de Lima

MACAGNAN, Andressa

Resumo

O estudo aborda a importância do exercício físico no processo de reabilitação de pacientes submetidos à prótese de joelho, destacando sua relevância para a recuperação funcional, autonomia e qualidade de vida. Teve como objetivo observar, acompanhar e aplicar atividades voltadas ao fortalecimento, mobilidade e equilíbrio em idosos em diferentes fases de reabilitação. A metodologia baseou-se em estágio supervisionado realizado no Studio Bem Me Quero e no Grupo eMulti, envolvendo observação, participação nas intervenções e aplicação de exercícios terapêuticos como pilates, treino funcional, mobilidade e fortalecimento muscular, com adaptações individuais conforme as necessidades dos pacientes. Os resultados evidenciaram melhora progressiva na força, mobilidade e segurança durante atividades diárias, além de maior autonomia e redução de limitações funcionais. Observou-se também a importância do acompanhamento individualizado, da progressão gradativa dos exercícios e do trabalho multiprofissional no contexto da reabilitação. Conclui-se que o exercício físico orientado desempenha um importante papel na reabilitação após prótese de joelho, favorecendo a recuperação funcional, a autonomia e a redução de limitações no cotidiano. A vivência prática demonstrou que

RESUMO

a adaptação individualizada dos exercícios e o acompanhamento contínuo são fundamentais para a evolução segura e eficiente dos pacientes, reforçando o exercício físico como um recurso indispensável na promoção da saúde e da qualidade de vida.

Palavras-chave: Reabilitação. Exercício físico. Prótese de joelho. Mobilidade. Saúde.

E-mails:

natalymocellin1@gmail.com

andressamacagnan8@gmail.com