

# USO DE BANDAGEM FUNCIONAL NAS INSTABILIDADES DO TORNOZELO: UMA REVISÃO DE LITERATURA

<sup>1</sup>Maria Eduarda Lemos Santos

<sup>1</sup>Anderson Ney de Jesus Silva

<sup>1</sup>Ian Silva Mello

<sup>1</sup>Sara Letícia Amorim Barros

<sup>1</sup>Fhelicio Sampaio Viana

<sup>1</sup> Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Jequié, Bahia, Brasil.

**Eixo temático:** Fisioterapia Traumato-Ortopédica

**Modalidade:** Apresentação Oral

**Link do ORCID do 1º autor:** <https://orcid.org/0009-0008-9384-4072>

**INTRODUÇÃO:** O tornozelo é uma estrutura complexa do corpo humano e compreender suas estruturas é crucial para o tratamento de lesões, sendo as entorses as mais comuns. A recuperação pós-lesão, muitas vezes, negligencia a reabilitação adequada, o que pode levar a complicações crônicas como perda de propriocepção e atrofia muscular. Assim, a bandagem funcional (Kinesio Taping), emergiu como uma técnica utilizada para o tratamento e prevenção de lesões musculoesqueléticas, a fim de oferecer suporte sem limitar a amplitude de movimento, ativar receptores cutâneos para melhorar a propriocepção e facilitar a recuperação, além da correção de posicionamento articular e da função muscular. Nessa perspectiva, o estudo busca conhecer os efeitos e os benefícios do uso da bandagem funcional (KT) no tratamento e prevenção das instabilidades de tornozelo. **MÉTODOS:** A pesquisa trata-se de uma revisão de literatura, baseada nos dados obtidos pelo PEDro, PubMed e Scielo. Para conduzir a pesquisa, foram empregadas as palavras-chave “Bandagem funcional”, “Tornozelo”, “Entorses e Distensões” e “Instabilidade Articular”, com o auxílio dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS). A partir disso, a seleção foi feita por meio da leitura dos resumos presentes nos artigos, dentre os quais vinte com período de publicação entre os anos de 2007 - 2023 foram escolhidos para análise completa da elegibilidade. Após a investigação, apenas cinco estudos demonstraram associações com o tema relacionado ao uso de bandagem funcional nas instabilidades do tornozelo nos idiomas português ou inglês. O período de sua realização ocorreu entre os meses de abril - julho de 2024. **RESULTADOS:** Com base na análise dos artigos encontrados, identificou-se que a bandagem funcional é comumente empregada, a fim de evitar lesões, auxiliar na reabilitação e aprimorar o desempenho físico de seus usuários. Contudo, em uma revisão quanto ao seu uso, pode-se observar resultados distintos, visto que três estudos destacam a eficácia da KT. O primeiro demonstrou que a utilização da KT com exercícios traz melhoria dos índices de estabilidade postural e dinâmica, enquanto o segundo relata aumento do controle postural dinâmico após fadiga muscular do tornozelo, o que colabora para a redução dos riscos de lesões. Já o terceiro indicou melhoria do controle postural e da sensação de instabilidade em adultos com instabilidade crônica do tornozelo. No entanto, os outros dois achados trazem resultados contrários, nos quais não houveram relatos de melhorias significativas no desempenho funcional e na estabilidade articular, assim, surge também uma teoria alternativa pela qual a bandagem no tornozelo pode prevenir lesões se o paciente acreditar que ela irá prevenir. Portanto, o indivíduo poderá participar com maior confiança, ou seja, a utilização pode ter um efeito visual. **CONCLUSÃO:** Diante das evidências, o uso da bandagem funcional pode beneficiar o tratamento e a prevenção de instabilidades de tornozelo, mesmo que por meio dos efeitos visuais, atuando na potencialização da cooperação e do desempenho do paciente

durante a sua reabilitação. Portanto, é essencial alcançar um consenso sobre sua melhor forma de aplicação, materiais e técnicas adotadas, visando padronizar a intervenção e melhorar a saúde dos pacientes.

**Palavras-chave:** Bandagem Funcional; Tornozelo; Entorses e Distensões; Instabilidade Articular.



# XII SEMANA BAIANA DE FISIOTERAPIA

---

Jequié - BA