



## FISIOTERAPIA E ESTRATÉGIAS NUTRICIONAIS NAS DOENÇAS REUMÁTICAS: REVISÃO INTEGRATIVA

<sup>1</sup>Ana Beatriz Menezes Cardoso Oliveira

<sup>1</sup>Laiane de Carvalho Gomes

<sup>1</sup>Silvania Moraes Costa

<sup>1</sup>Faculdade de Excelência (UNEX), Jequié, Bahia, Brasil.

**Eixo Temático:** C07- Especialidades Fisioterapêutica

**Modalidade:** Apresentação Oral

**Link do ORCID do 1º Autor:** <https://orcid.org/0009-0006-7373-3776>

**INTRODUÇÃO:** As doenças reumáticas são condições crônicas autoimunes e degenerativas que comprometem a funcionalidade, a autonomia e a qualidade de vida. Dor, inflamação e limitação articular estão entre os principais sintomas, tornando essas doenças uma causa frequente de incapacidade. Além do tratamento medicamentoso, estratégias não farmacológicas têm se mostrado importantes no cuidado de pacientes com essa patologia. Assim, surge como questão norteadora: como a fisioterapia e a nutrição atuam na sintomatologia de pacientes com doenças reumáticas? **OBJETIVO:** Descrever através de uma revisão integrativa da literatura como o acompanhamento fisioterapêutico e intervenções nutricionais podem interferir no controle de doenças crônicas reumatológicas. **MÉTODOS:** Foi realizada uma revisão integrativa da literatura utilizando as bases de dados SciELO, BVS (Medline e Lilacs) e Periódico CAPES, utilizando como palavras-chave Doenças Reumáticas, Fisioterapia e Nutrição, considerando um recorte temporal entre 2019 e 2024. Foram incluídos estudos completos em português, que abordassem a nutrição e/ou fisioterapia no manejo de doenças reumáticas, totalizando 08 artigos (SciELO: 01; BVS: 03; Capes:04). **RESULTADOS/DISCUSSÃO:** Os estudos descrevem como a intervenção fisioterapêutica e a terapia nutricional adequada potencializam os resultados terapêuticos, reforçando a importância do cuidado integral ao paciente. O acompanhamento fisioterapêutico bem como mudanças no estilo de vida, inserção de uma alimentação adequada atuam na redução dos sintomas e na qualidade de vida de portadores de doenças reumáticas. Quando se trata de condições que envolvem dores crônicas, o foco no alívio da dor é imprescindível no tratamento. Intervenções fisioterapêuticas como técnicas de terapia manual, exercícios terapêuticos, termoterapia, crioterapia e eletroterapia, contribuem para o relaxamento muscular, redução da rigidez articular e conseqüentemente o alívio da dor, agindo de forma direta na manutenção da capacidade físico-funcional, garantindo a autonomia e independência desses pacientes. O fisioterapeuta atua também na orientação do paciente e de seus familiares sobre práticas e cuidados posturais, bem como sugerindo adaptações funcionais adequadas no domicílio para prevenir complicações diversas. Dietas anti-inflamatórias, como o consumo de alimentos ricos em cúrcuma, ômega-3, controle da taxa das vitaminas C, D e E, zinco, contribuem para a redução do uso de fármacos, podendo provocar remissão do quadro sintomatológico. **CONCLUSÃO:** Os estudos mostraram que a integração do acompanhamento fisioterapêutico aliado a estratégias nutricionais e adoção de uma vida mais ativa são essenciais no manejo das doenças reumáticas, amenizando efeitos do processo inflamatório, auxiliando na redução da dor, na promoção da qualidade de vida, permitindo assim mais autonomia dos pacientes

reumatológicos. Cabe ressaltar, que o acompanhamento com um profissional especializado é de fundamental importância na orientação e direcionamento de atitudes e comportamentos que valorizem o autoconhecimento dos indivíduos em relação a seu estilo de vida e alimentação.

**Palavras-Chave:** Doenças Reumáticas; Fisioterapia; Nutrição.

## Referências

DE CARVALHO, Isabelly Kelen Andrade; GODOY, Amanda da Silva. **A atuação da fisioterapia nos cuidados paliativos em pacientes com doenças reumáticas, uma revisão narrativa.** Revista Científica Pro Homine, v. 5, n. 2, p. 27-39, 2023.

DE MELO, Mateus Augusto Felix et al. A relação entre **Artrite reumatóide e a microbiota intestinal: Uma revisão de literatura.** Research, Society and Development, v. 13, n. 4, p. e11913445662-e11913445662, 2024.

MELO, Orivaldo Pereira et al. **Fisioterapia aplicada à reabilitação de artrite reumatoide.** Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, v. 6, n. 5, p. 1880-1898, 2024.

NOGUEIRA, Gabriella do Nascimento et al. **Intervenção nutricional na remissão em pacientes com doenças crônicas reumatológicas.** Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 9, n. 6, p. 319-330, 2023.