

## FORTALECIMENTO DO GLÚTEO MÁXIMO EM SUJETOS COM DISFUNÇÃO SACROILÍACA: UMA SÉRIE DE CASOS

**Ms. Marco Aurélio Nemitalla Added (orientador)**, Caroline Added, Ms. José Renato Romero, Dr. Diego Galace de Freitas, Gislam Lutti Silva Batista.

Universidade Guarulhos – Curso Fisioterapia

### RESUMO

**Introdução:** embora a literatura tenha enfatizado o uso de exercícios no tratamento da dor lombar, há uma falta de informações para orientar os fisioterapeutas clínicos na seleção de exercícios específicos. A dor articular sacro-ilíaca (SI) pode estar relacionada à função alterada do glúteo máximo. **Objetivo:** avaliar a eficácia de um programa de exercícios voltado para aumentar a força do glúteo máximo em indivíduos com testes clínicos positivos para disfunção articular da SI. **Método:** trata-se de estudo com intervenção em 8 indivíduos que apresentaram evidência clínica de disfunção articular SI e foram submetidos a 10 sessões de fisioterapia, durante 5 semanas com 5 exercícios com foco no fortalecimento do glúteo máximo. Foram realizados exames radiológicos e testes especiais para descartar potenciais patologias concorrentes. O nível de dor usando a escala analógica visual, o nível de função foi utilizado o questionário Oswestry e para mensuração da força muscular, foi utilizado dinamometria manual pré e pós-intervenção. **Resultado:** foi observada uma fraqueza significativa ( $P < .001$ ) do glúteo máximo do lado ipsilateral a dor, ao comparar com o membro contralateral da dor. Após completar o protocolo de exercício de fortalecimento ao longo de 10 sessões, foi observado um aumento significativo ( $P = 0,002$ ) na força do glúteo máximo, diminuição da dor e aumento da função de todos os indivíduos. Todos os pacientes receberam alta da fisioterapia e foram capazes de retornar às suas atividades diárias normais. Os indivíduos com testes clínicos positivos para disfunção sacroilíaca apresentaram fraqueza do glúteo máximo na avaliação inicial. **Conclusão:** este estudo, portanto, apoia a inclusão de exercícios de fortalecimento do glúteo máximo para pacientes que apresentam dor e testes clínicos positivos para disfunção sacroilíaca.

**Descritores:** Articulação Sacroilíaca; Quadril; Dor Lombar; Reabilitação