

THE ROLE OF PHYSICAL THERAPY IN THE REHABILITATION OF ROTATOR CUFF INJURIES

ROLUL KINETOTERAPIEI ÎN RECUPERAREA RUPTURII COIFULUI ROTATORILOR

Fieroiu Emil¹

Key words: rehabilitation, strength, flexibility, pain,

Cuvinte cheie: recuperare, forță, mobilitate, coiful rotatorilor, durere

Abstract: Nowadays, young of all ages practice sports and their wish of achieving competitive performances leads to a permanent growth of the number of injured and traumatologically affected sportsmen.

Shoulder injuries have very often as a result local patho-morpho-functional alterations by involving the various structures of the affected area.

Rezumat: În zilele noastre, tinerii practică sport iar dorința lor de a obține performanțe în competiții duc la creșterea permanentă a numărului de sportivi accidentați.

Accidentele la nivelul umărului au adesea ca rezultat alterarea morfo-funcțională prin implicarea diferitelor structuri din zona afectată.

Introducere

În prezent, tineri de toate vârstele, practică sportul, iar dorința lor de a realiza performanțe sportive competitive, conduce la o creștere permanentă a numărului sportivilor accidentați sau afectați traumatologic. Articulația umărului este cea mai mobilă articulație a corpului uman.

Traumatismele umărului determină de multe ori ca sechele modificări patomorfofuncționale locale prin interesarea variatelor structuri din zonă afectată.

Ipoteze

1. Realizarea programului kinetic propus determină scăderea durerii la nivelul umărului.
2. În urma acestor exerciții crește mobilitatea în toate gradele la nivelul articulației umărului.
3. În urma efectuării exercițiilor se crește forța musculară a articulației umărului.

Metode de cercetare

1. Experimentul.
2. Observația.
3. Convorbirea.

Conținutul experimentului

Experimentul s-a desfășurat la Centrul de Diagnostic și Tratament Pitești.

Cercetarea a debutat cu o perioadă de documentare care a vizat modalitățile de recuperare posttraumatică a umărului. Mai întâi a fost realizată construcția grupurilor implicate în experiment.

¹ asist.univ.drd., Universitatea din Pitești
fiero_emilius@yahoo.com

Subiecții grupului experimental sunt persoane care au fost incluși într-un program de recuperare posttraumatică la umăr. Subiecții lotului martor sunt persoane care au suferit leziuni traumatice la umăr, dar au urmat un alt program kinetic.

În construcția celor două loturi s-a pornit mai întâi de la caracteristicile lotului experimental care să semene cât mai mult din punct de vedere al vârstei, antropometric și funcțional cu subiecții lotului experimental.

Din ambele loturi au fost excluși subiecții care relatau antecedente patologice heredocolaterale și personale, existența altor probleme curente de sănătate au fost acceptate numai cele care fac referire la traumatologia umărului. Toate aceste criterii de selecție a subiecților experimentului au fost utilizate cu scopul de a scădea cât mai mult acțiunea variabilelor parazite, nedorite și pentru a putea realiza un program kinetic cât mai eficient.

Au fost utilizate pentru grupul experimental două testări: prima testare s-a realizat imediat posttraumatic în scop evaluativ, a doua testare, testarea finală ne oferă concluziile aplicării programului kinetic asupra grupului experimental.

Intervalele de testare au fost alese în concordanță cu datele teoretice identificate în literatura de specialitate. În urma determinărilor realizate ne așteptăm să identificăm o anumită evoluție pozitivă în recuperarea posttraumatică a umărului.

Pentru lotul martor au fost realizate două testări (inițială și finală), cu utilizarea aceleiași metodologii de culegere a datelor. Au fost evaluate durerea, mobilitatea și forța musculară.

În cele ce urmează vom detalia exercițiile folosite în programul kinetic:

Programul kinetic în ruptura parțială a coifului rotatorilor urmărește următoarele obiective:

1. Combaterea durerii și a inflamației.
2. Creșterea mobilității articulare.
3. Creșterea de forță musculară.

Analiza rezultatelor

În ceea ce privește durerea musculară se observă urmărind tabelul 1, că subiecții grupei martor au acuzat durere moderată (50% din ei) și dureri intense (35,7% din ei). Doar 2 (14,3%) dintre subiecții grupei martor nu au acuzat dureri musculare.

Tabelul 6. – Distribuția cazurilor de durere musculară (frecvențe absolute și relative)

Grupa	Lipsa durerii	Durere moderată	Durere intensă
Experimentală	8 (57,1%)	5 (35,8%)	1 (7,1%)
Martor	2 (14,3%)	7 (50%)	5 (35,7%)

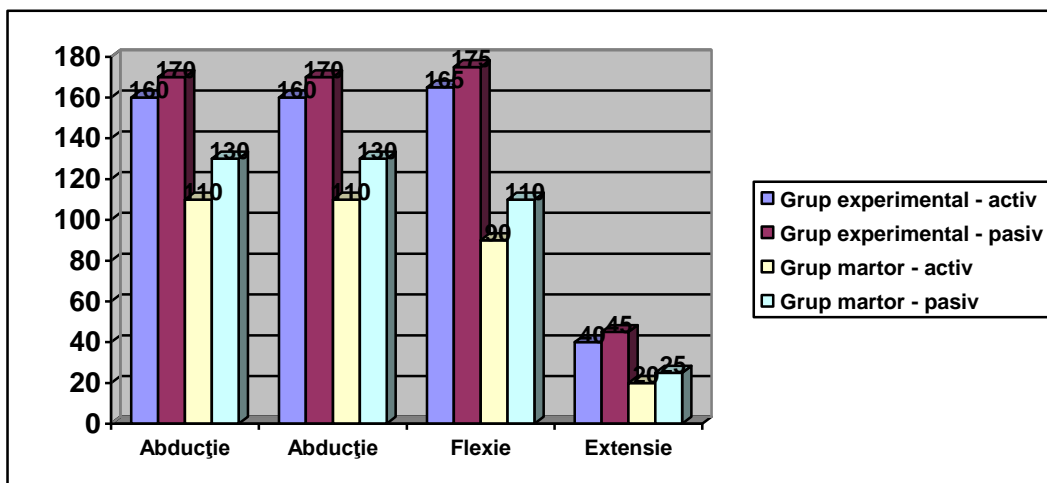
A doua caracteristică a scalei urmărită vizează evaluarea mobilității articulare la nivelul articulației umărului.

Afectarea mobilității articulare a fost prezentă în 10 cazuri la grupa experimentală (71,4 % dintre ei) față de cele 4 cazuri ale grupei martor (28,6 %) de reducere a mobilității.

Evaluarea finală a grupului experimental:

Tabelul nr.11 – Distribuția gradelor de mobilitate a grupului experimental – evaluarea finală

Mobilitatea umărului	Abducție	Adducție	Flexie	Extensie
Activ	160°	160°	165°	40°
Pasiv	170°	170°	175°	45°



Grafic nr.1 Distribuția gradelor de mobilitate (lot experimental/ lot control)

Concluzii

1. Realizarea exercițiilor pregătitoare propuse determină scăderea frecvenței de apariție a durerii musculare, creșterea mobilității articulare și câștigarea în forță musculară. Astfel, se observă creșterea numărului de subiecți care nu au raportat durere musculară și scăderea durerii moderate și intense după realizarea programului kinetic.

2. Se constată o frecvență mai scăzută a cazurilor de durere musculară în grupa experimentală (35,7% dintre ei). Comparativ cu grupa martor (78,6% dintre ei).

3. Afectarea mobilității articulare a fost mai frecventă la grupa martor (71,4% dintre ei), față de grupa experimentală (28,6% dintre ei) la un prag de semnificație de $p = 0,05$.

4. Toți cei 14 subiecți ai grupului experimental au înregistrat valori superioare față de grupul martor.

5. În urma aplicării programului kinetic cel mai mare câștig obținut a fost la nivelul mobilității articulației.

Bibliografie

1. Baciu C. Anatomia funcțională a aparatului locomotor, Edit. Stadion, , București, 1972
2. Baciu C. Aparatul locomotor, Edit. Medicală, București, 1981
3. Chiriac M. Testarea manuală a forței musculare, Edit. Universității din Oradea, 2000
4. Mirela Dan. Educație pentru sănătate corporală, Edit. Universității din Oradea, 2004