

# USO DE FAIXAS ELÁSTICAS NA REABILITAÇÃO DE DISFUNÇÕES MUSCULOESQUELÉTICAS

## II Encontro de Iniciação Acadêmica

Jessilane de Oliveira Pereira, Clarice Cristina Cunha de Souza, Gabriel Peixoto Leao Almeida

**Introdução:** Faixas elásticas (Thera-Band) foram criadas nos Estados Unidos para mensurar os diferentes tipos de resistências, sendo classificadas por cores, as quais simbolizam a quantidade de tensão que o thera-band pode exercer. A faixa elástica é uma ferramenta utilizada para realização de exercícios e tratamento de pacientes com diferentes disfunções, apresentando relevantes vantagens, por serem de baixo custo, por possibilitar contrações concêntricas e excêntricas e por possibilitar que pacientes e outros indivíduos façam exercícios em casa, sob a prescrição de um profissional. **Objetivo:** o presente estudo pretende demonstrar as maneiras que a resistência elástica pode influenciar no cotidiano de profissionais que trabalham com o corpo humano, trazendo como ênfase o seu papel na fisioterapia para completar a recuperação de pacientes que apresentem algias no quadril e no joelho. **Metodologia:** o início deste trabalho deu-se a partir da busca de artigos escritos no idioma inglês e no português, nas seguintes bases de dados: Scielo, Periódicos Capes e PubMed. Os critérios de inclusão foram artigos que tinham como tema a importância desse tipo de resistência para recurso terapêutico e em outros campos. Os artigos excluídos foram aqueles que obtiveram pontuação abaixo da nota cinco, considerando a avaliação da PEDro. **Conclusão:** esse tipo de tratamento terapêutico na área da fisioterapia tem contribuído positivamente para a recuperação de pacientes portadores de algumas patologias, principalmente as que envolvem o joelho e o quadril. Percebeu-se que para outras atividades, o theraband não é a ferramenta mais indicada.

**Palavras-chave:** Resistência elástica. reabilitação. uso terapêutico. fisioterapia.