

O que é Eletroterapia e indicações

Eletroterapia consiste no uso de correntes elétricas para a realização de um tratamento fisioterápico. Para que seja feita, o fisioterapeuta coloca eletrodos na superfície da pele, por onde passam correntes de baixa intensidade, que não trazem risco para a saúde, e são úteis para o tratamento de condições como inchaço, dor, espasmos ou para fortalecimento muscular, por exemplo.

Durante uma sessão de fisioterapia é comum o uso de, pelo menos, um equipamento de eletroterapia para ajudar no controle da dor, espasmo, melhorar a irrigação sanguínea, acelerar a cicatrização da pele e a regeneração de outros tecidos. Cada pessoa precisa de um tipo de aparelho específico, que pode ser regulado de acordo com sua necessidade durante cada fase do tratamento.

Principais aparelhos de eletroterapia na fisioterapia

Existem variadas técnicas de aplicação da eletroterapia, com o uso de aparelhos específicos, que podem contribuir de maneiras diferentes durante o tratamento de reabilitação. As principais são:

1. TENS - Terapia por estimulação elétrica nervosa transcutânea



Consiste na emissão de correntes elétricas pulsadas que estimulam nervos e músculos através da pele, o que bloqueia os sinais de dor e aumenta a produção de substâncias fisiológicas do organismo que têm efeito analgésico, como as endorfinas.

Para a aplicação, os eletrodos são colocados diretamente na pele, e a intensidade da corrente elétrica é ajustada para cada pessoa. Geralmente, o tratamento é realizado em dias alternados, e o número de sessões é individualizada de acordo com as necessidades de cada pessoa, geralmente durante 20 minutos.

- **Para que serve:** costuma ser feita para tratamento a dor no pós-operatório, fratura, e em caso de dores crônicas, como lombalgia, cervicalgia, no nervo ciático, na bursite, por exemplo. Embora não seja muito usado para este fim, também pode ser usado para combater o enjôo no pós-operatório.
- **Contraindicações:** em caso de epilepsia porque pode desencadear uma crise, não deve ser colocado sobre o útero durante a gravidez, sobre a pele ferida, na boca e sobre a carótida.

2. Ultrassom

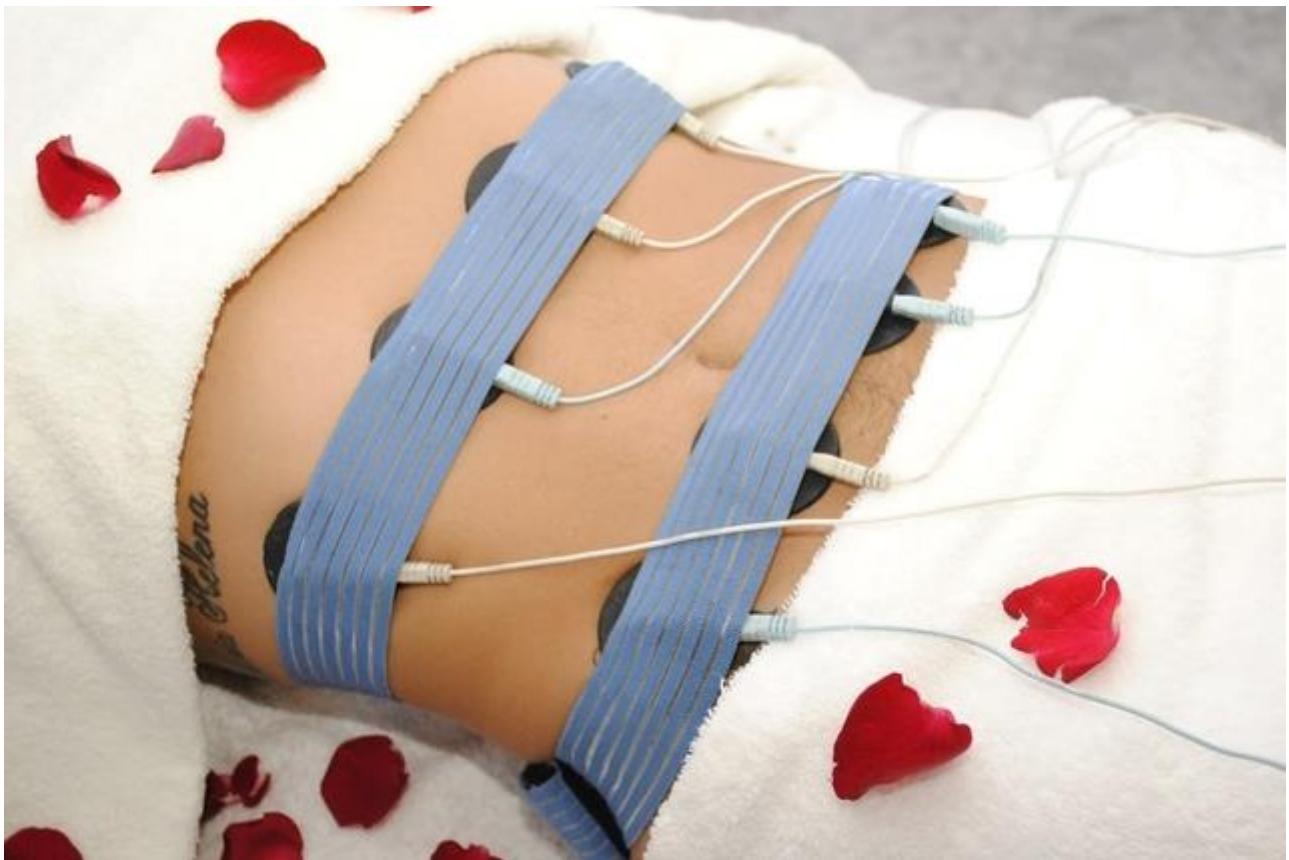


O aparelho de ultrassom utilizado na eletroterapia é capaz de emitir onda sonoras que fornecem vibrações mecânicas que favorecem a regeneração dos tecidos afetados, pela estimulação do fluxo de sangue e aumento do metabolismo.

Esta técnica é realizada através do deslizamento do aparelho sobre à pele, após ter sido limpa e preparada com um gel, e o números de sessões é indicada pelo fisioterapeuta, de acordo com as necessidades de cada pessoa. O tempo de tratamento deve ser de no mínimo 5 minutos para cada área com 5 centímetros.

- **Para que serve:** costuma ser realizado em caso de dores musculares provocadas por contraturas ou tensões, espasmos musculares, tendinites, bloqueios articulares e no tratamento de cicatrizes, contra rigidez articular, para diminuir o inchaço local,
- **Contraindicações:** diminuição da sensibilidade local, doença cardiovascular avançada, câncer de pele no local, circulação sanguínea prejudicada na região, sobre os testículos.

3. Corrente Russa



É uma técnica de eletroestimulação que atua no nível muscular, feita com eletrodos posicionados estratégicamente na região a ser tratada, sendo capaz de promover um aumento da força e do volume muscular, pois atua melhorando a circulação sanguínea e reduzindo a flacidez local. A corrente russa é muito utilizada em tratamentos estéticos, facilitando a drenagem linfática e combatendo a flacidez. Saiba mais sobre [como é feita a corrente russa](#).

- **Para que serve:** é muito usada para o fortalecimento dos músculos, pois o seu efeito pode facilitar a contração muscular, principalmente em casos de fraqueza ou atrofia muscular.
- **Contraindicações:** em caso de marcapasso cardíaco, epilepsia, doença mental, sobre o útero durante a gravidez, em caso de trombose venosa profunda ou flebite recente, em caso de fratura recente.

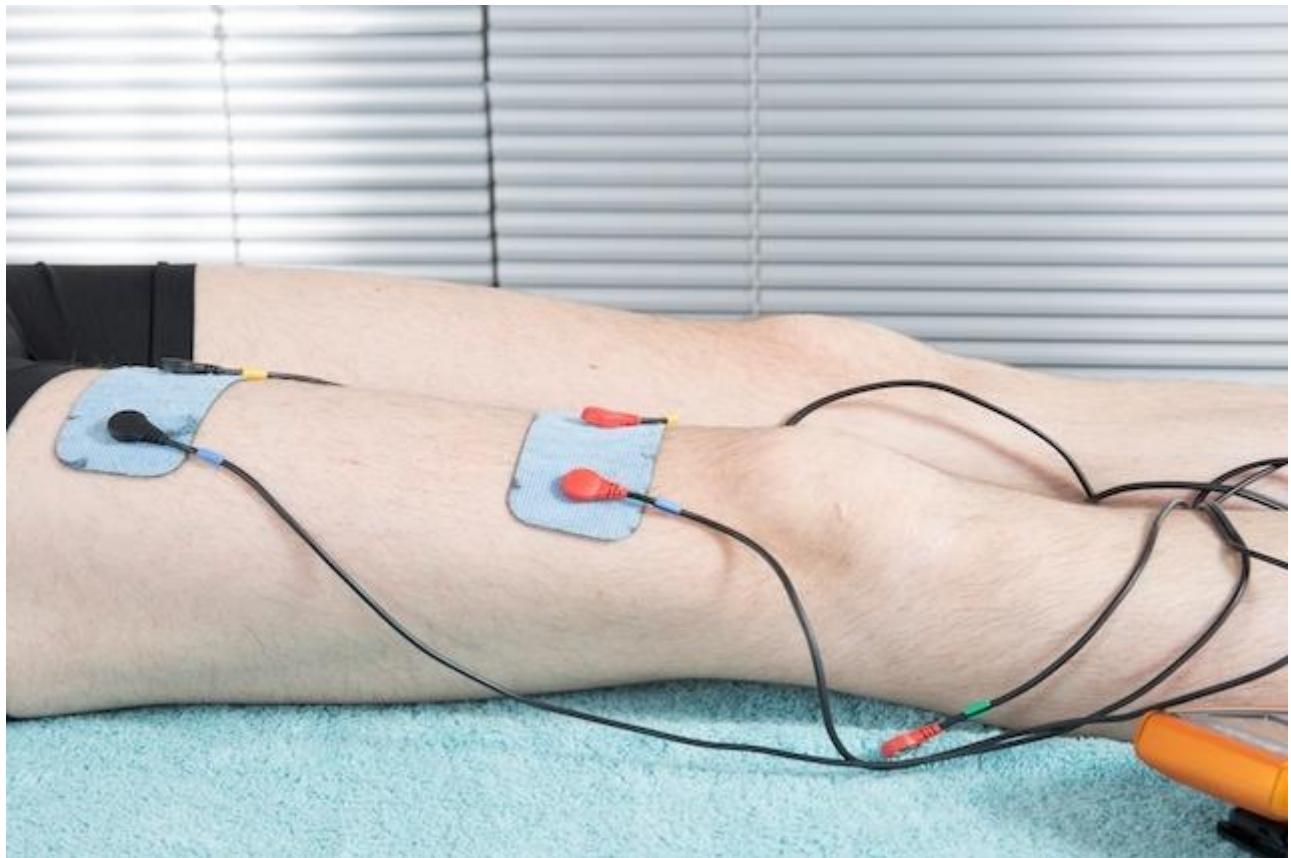
4. Terapia a laser de baixa intensidade



Laser é um tipo de fototerapia capaz de produzir um efeito anti-inflamatório, analgésico, regenerador e cicatrizante dos tecidos. A aplicação do laser costuma ser feita pelo fisioterapeuta no local da dor, e a dose e número de sessões realizadas dependerá do tipo e gravidade da lesão.

- **Para que serve:** a laserterapia é indicada em caso de inchaço ou inflamações de articulações, tendões e ligamentos, tendões nos nervos, tendo bons resultados para controlar a dor e estimular a regeneração do tecido lesionado.
- **Contraindicações:** sobre os olhos, câncer, sobre o útero durante a gravidez, hemorragia no local de aplicação, pessoa com deficiência mental, que não colabora com as indicações do terapeuta.

5. FES - Estimulação elétrica funcional



A Fes é um aparelho que leva à contração muscular de um grupo muscular paralisado ou extremamente fraco, como em caso de paralisia cerebral, hemiplegia ou paraplegia, por exemplo.

- **Para que serve:** quando é preciso favorecer o fortalecimento muscular em pessoas que não conseguem controlar o movimento, como em caso de paralisia, sequela de AVC, ou em atletas para melhorar o rendimento do treino por recrutar mais fibras que a contração normal. O tempo de contração muscular varia de acordo com a quantidade de músculos que precisam ser trabalhados, mas dura cerca de 10 a 20 minutos por áreas de tratamento.
- **Contraindicações:** Não deve ser usado em pessoas com marcapasso, sobre o coração, seio carotídeo, em caso de espasticidade, se houver lesão no nervo periférico da região.

6. Diatermia por Ondas curtas



Este é um aparelho que serve para promover o calor de forma mais profunda no corpo, porque aquece o sangue, diminui a inflamação, a rigidez muscular e alivia os espasmos nos músculos profundos do corpo. Além disso regenera tecidos lesionados, diminui hematomas e favorece a regeneração dos nervos periféricos.

- **Para que serve:** Em situações quando o calor pode precisar atingir camadas mais profundas, como em caso de lombalgia, dor ciática e outras alterações na coluna ou no quadril, por exemplo.
- **Contraindicações:** Marcapasso, fixadores externos ou internos na região onde deseja tratar, alterações de sensibilidade, durante a gravidez, câncer, tuberculose, trombose venosa profunda recente, em caso de febre, em crianças e adolescentes para não comprometer o crescimento ósseo.

7. Fotoquimioterapia com psoraleno – PUVA



Este é um tratamento combinado que consiste em primeiro em tomar uma substância chamada psoraleno, indicada pelo médico, e 2 horas depois da sua tomar, expôr a área que será tratada à radiação ultravioleta. Também é possível aplicar psoraleno em forma de pomada ou misturar numa bacia com água, mantendo a parte a ser tratada imersa durante a exposição à radiação.

- **Para que serve:** Especialmente em caso de vitiligo, psoríase, eczema, líquen plano ou urticária pigmentosa.
- **Contraindicações:** câncer de pele melanoma ou outros, uso de outros remédios fotossensibilizantes.