

Aula 11 – Conceito Kaltenborn-Evjenth: Fundamentos e Tração

Você já se sentiu frustrado ao tentar ajudar um paciente com dor articular persistente, percebendo que as abordagens convencionais não eram suficientes para restaurar a amplitude de movimento ou aliviar o desconforto? A terapia manual é uma ferramenta poderosa, mas dominar suas nuances é o que realmente diferencia um bom profissional. Imagine poder identificar com precisão a disfunção articular e aplicar uma técnica específica que traga alívio imediato e duradouro.

Nesta aula, embarcaremos em uma jornada para desvendar o **Conceito Kaltenborn-Evjenth**, uma abordagem nórdica que se destaca pela sua precisão biomecânica e rigor na avaliação e tratamento das disfunções articulares. Você aprenderá os fundamentos que sustentam essa metodologia, compreendendo como a tração e o deslizamento translacional podem ser aplicados para restaurar a função e reduzir a dor.

Ao final desta aula, você será capaz de:

- Compreender os princípios do conceito nórdico de terapia manual.
- Distinguir as abordagens de mobilização entre Maitland e Kaltenborn.
- Aplicar as técnicas de tração e deslizamento translacional de forma segura e eficaz.
- Identificar e utilizar as gradações de tração (I a III) para diferentes objetivos terapêuticos.

Este conhecimento não é apenas teórico; ele é a base para uma prática clínica mais assertiva e baseada em evidências, alinhada com as tendências atuais da Prática Baseada em Evidências (PBE) e do Modelo Biopsicossocial. Prepare-se para aprofundar seus conhecimentos e transformar sua abordagem na terapia manual.

O Universo da Terapia Manual Nórdica: Precisão e Ciência

No vasto campo da reabilitação, a terapia manual se destaca como uma arte e uma ciência, buscando restaurar a função e aliviar a dor através de intervenções diretas nas articulações, músculos e tecidos moles. Mas, como em qualquer área complexa, existem diferentes escolas de pensamento, cada uma com sua filosofia e abordagem. Já pensou em como a precisão pode ser a chave para resultados mais eficazes?

1

O Conceito Kaltenborn-Evjenth

Surge desse cenário como uma das abordagens mais estruturadas e biomecanicamente orientadas da terapia manual. Desenvolvido pelos fisioterapeutas Freddy Kaltenborn e Olaf Evjenth, na Noruega e Suécia, respectivamente, este conceito é fundamentado em uma compreensão profunda da artrocinemática – o estudo dos movimentos dentro da articulação – e da osteocinemática – o movimento dos ossos no espaço. É como ter um mapa detalhado e uma bússola precisa para navegar pelo corpo humano.

2

Ênfase no "Jogo Articular"

A grande sacada do Kaltenborn-Evjenth é a sua ênfase na avaliação e tratamento das disfunções de "jogo articular" (joint play), que são os pequenos movimentos involuntários essenciais para a saúde e função da articulação. Quando esses movimentos são restritos, a articulação não consegue se mover livremente, levando a dor e limitação. O conceito propõe que, ao restaurar esse jogo articular, é possível otimizar a função global do membro ou segmento corporal. Essa abordagem se alinha perfeitamente com a Prática Baseada em Evidências (PBE), buscando intervenções com resultados mensuráveis e replicáveis.

Maitland vs. Kaltenborn: Duas Lentes, Um Objetivo

Ao mergulhar no mundo da terapia manual, é comum encontrar diferentes "escolas" ou conceitos que, à primeira vista, podem parecer similares, mas que possuem filosofias e abordagens distintas. Duas das mais influentes são o Conceito Maitland e o Conceito Kaltenborn-Evjenth. Você já se perguntou qual a diferença fundamental entre elas e quando aplicar cada uma?

Conceito Maitland

Imagine que você precisa consertar um carro. O Conceito Maitland seria como um mecânico experiente que ouve atentamente o que o carro "diz" (os sintomas), testa diferentes ajustes e observa a resposta do veículo, adaptando sua abordagem continuamente. É uma filosofia mais orientada pelos sintomas e pela resposta do paciente, utilizando movimentos oscilatórios e rítmicos, com foco na mobilização da dor e da rigidez. O tratamento é guiado pela "conversa" contínua com o paciente e sua reação às técnicas.

Conceito Kaltenborn-Evjenth

Por outro lado, o Conceito Kaltenborn-Evjenth seria como um engenheiro automotivo que, antes de qualquer intervenção, realiza um diagnóstico preciso das peças, mede as folgas, verifica os ângulos e entende a biomecânica exata de cada componente. Sua abordagem é mais estruturada e biomecanicamente orientada, focando na restauração do "jogo articular" e na aplicação de técnicas específicas de tração e deslizamento translacional, baseadas na regra côncavo-convexo. O objetivo é corrigir a disfunção articular subjacente, o que por sua vez alivia os sintomas.

Ambas as abordagens são valiosas e buscam o mesmo objetivo final: restaurar a função e aliviar a dor do paciente. A escolha entre elas, ou a combinação de ambas, muitas vezes depende da avaliação clínica, da preferência do terapeuta e da resposta individual do paciente. Compreender suas diferenças permite uma aplicação mais estratégica e eficaz, integrando-se ao Modelo Biopsicossocial ao considerar não apenas a mecânica, mas também a percepção do paciente sobre sua dor e movimento.

Quadro Comparativo: Maitland vs. Kaltenborn-Evjenth

Característica Principal	Conceito Maitland	Conceito Kaltenborn-Evjenth
Filosofia Central	Sintoma-guiado; resposta do paciente; mobilização da dor e rigidez.	Biomecânico; restauração do jogo articular; correção da disfunção.
Tipo de Movimento	Oscilatório, rítmico, em diferentes amplitudes.	Tração e deslizamento translacional; movimentos acessórios específicos.
Ênfase na Avaliação	Testes de movimento e reprodução de sintomas; "sinal comparável".	Avaliação do jogo articular; regra côncavo-convexo; palpação.
Objetivo Primário	Alívio da dor, aumento da amplitude de movimento funcional.	Restauração da artrocinemática normal, otimização da função articular.
Exemplo de Aplicação	Mobilização de grau III para dor no ombro.	Tração grau II para descompressão articular; deslizamento posterior para ganho de flexão.

A Arte da Tração: Liberando o Movimento

Imagine que uma porta está emperrada no batente, dificultando sua abertura. Antes de tentar forçá-la ou empurrá-la em várias direções, o que você faria? Provavelmente, tentaria puxá-la um pouco para fora, criando um pequeno espaço, para depois deslizá-la. Essa é a essência da **tração** no Conceito Kaltenborn-Evjenth: um movimento de separação das superfícies articulares.

A tração é uma técnica fundamental na terapia manual que envolve a aplicação de uma força para separar as superfícies de uma articulação. No contexto de Kaltenborn, essa separação é mínima, muitas vezes imperceptível a olho nu, mas suficiente para criar um espaço dentro da cápsula articular. Qual o objetivo disso? Principalmente, aliviar a compressão, reduzir a dor e facilitar outros movimentos. Pense em uma articulação que está "apertada" ou "comprimida" devido à tensão muscular ou inflamação; a tração age como um "respiro" para essa articulação.

Os efeitos fisiológicos da tração são múltiplos e poderosos. Ela pode diminuir a pressão intra-articular, o que ajuda a aliviar a dor e a melhorar a nutrição da cartilagem articular, um processo vital para a saúde a longo prazo. Além disso, a tração pode alongar a cápsula articular e os ligamentos, aumentando a mobilidade e reduzindo a rigidez. Para um paciente com dor crônica e cinesiofobia (medo de se mover devido à dor), uma tração suave pode ser o primeiro passo para restaurar a confiança no movimento, alinhando-se com o Modelo Biopsicossocial ao abordar não apenas a mecânica, mas também o componente psicológico da dor.

Deslizamento Translacional: A Chave da Restauração

Se a tração é como criar um pequeno espaço na porta emperrada, o **deslizamento translacional** é o movimento preciso que você faz para abri-la uma vez que o espaço foi criado. No Conceito Kaltenborn-Evjenth, o deslizamento translacional refere-se ao movimento de uma superfície articular sobre a outra, paralelo ao plano de tratamento, sem rotação. É um movimento acessório, ou seja, não pode ser realizado voluntariamente pelo paciente, mas é essencial para o movimento osteocinemático completo.

A importância do deslizamento translacional reside na sua capacidade de restaurar o "jogo articular" específico que pode estar restrito. Para aplicar essa técnica com precisão, o terapeuta deve dominar a **regra côncavo-convexo**. Essa regra fundamental dita a direção do deslizamento necessário para restaurar o movimento, baseando-se na forma das superfícies articulares envolvidas. Se uma superfície convexa se move sobre uma côncava (como a cabeça do fêmur no acetábulo do quadril), o deslizamento ocorre na direção oposta ao movimento osteocinemático. Se uma superfície côncava se move sobre uma convexa (como a tíbia no fêmur no joelho), o deslizamento ocorre na mesma direção.

Dominar o deslizamento translacional permite ao terapeuta direcionar o tratamento para a restrição específica da articulação, otimizando a eficácia da intervenção. Por exemplo, se um paciente tem dificuldade em flexionar o joelho, e a tíbia (côncava) está restrita em seu deslizamento posterior sobre o fêmur (convexo), o terapeuta aplicará um deslizamento posterior da tíbia. Essa precisão é o que torna o Conceito Kaltenborn-Evjenth tão poderoso e alinhado com a Prática Baseada em Evidências (PBE), pois permite intervenções altamente direcionadas e mensuráveis. É a diferença entre tentar "soltar" uma articulação de forma geral e aplicar a força exata no vetor correto para restaurar sua função ideal.

As Gradações de Tração: Do Alívio à Mobilização

Nem toda tração é igual, e a intensidade da força aplicada faz toda a diferença no resultado terapêutico. O Conceito Kaltenborn-Evjenth categoriza a tração em três gradações distintas, cada uma com um objetivo específico. Compreender e aplicar essas gradações corretamente é crucial para a segurança e eficácia do tratamento. É como ajustar o volume de um rádio: um volume baixo para ouvir suavemente, um volume médio para uma conversa clara e um volume alto para preencher o ambiente.

Gradação I (Loosen)

A tração mais suave, um leve descompressão da articulação. Seu objetivo principal é aliviar a dor, reduzir a pressão intra-articular e diminuir o espasmo muscular. É uma força mínima, apenas o suficiente para neutralizar a compressão articular, sem causar alongamento significativo da cápsula ou dos ligamentos. Pense nela como um "respiro" para a articulação, ideal para pacientes com dor aguda ou irritabilidade articular elevada.

Gradação II (Tighten/Take up Slack)

Envolve a aplicação de força suficiente para levar as superfícies articulares até o ponto de "aperto" ou tensão da cápsula e dos ligamentos. Esta gradação não causa alongamento significativo, mas é usada para avaliar a sensibilidade da articulação e o "jogo articular". É também a força de base para a aplicação de deslizamentos translacionais, pois estabiliza a articulação antes de aplicar o movimento acessório.

Gradação III (Stretch)

A tração mais intensa, aplicada para alongar a cápsula articular e os ligamentos periarticulares. Esta gradação é utilizada para aumentar a amplitude de movimento em articulações que apresentam restrição capsular ou ligamentar. É importante que esta tração seja aplicada com cautela e após uma avaliação cuidadosa, pois pode causar desconforto se a articulação estiver muito irritada.

A escolha da gradação depende da avaliação do paciente, do objetivo do tratamento e da fase da condição. Uma abordagem cuidadosa e progressiva é sempre a melhor prática, priorizando o conforto e a segurança do paciente, o que se alinha com a abordagem centrada no paciente da PBE e do Modelo Biopsicossocial.

Consolidação e Próximos Passos

Chegamos ao final desta jornada pelos fundamentos do Conceito Kaltenborn-Evjenth. Vimos como essa abordagem nórdica se destaca pela sua precisão biomecânica, focando na restauração do "jogo articular" através de técnicas de tração e deslizamento translacional. Exploramos as diferenças cruciais entre Kaltenborn e Maitland, compreendendo que cada um oferece uma lente única para abordar as disfunções articulares. Por fim, detalhamos as três gradações de tração, essenciais para aplicar a força correta com o objetivo terapêutico adequado, sempre alinhados com a Prática Baseada em Evidências e o Modelo Biopsicossocial.

Em prática:

- Sempre comece sua avaliação buscando entender o "jogo articular" da articulação.
- Utilize a tração Gradação I para aliviar a dor e descomprimir articulações irritadas.
- Aplique a tração Gradação II para estabilizar a articulação antes de realizar deslizamentos.
- Recorra à tração Gradação III apenas quando o objetivo for alongar estruturas capsulares e ligamentares.
- Lembre-se da regra côncavo-convexo para direcionar seus deslizamentos translacionais com precisão.

Autoavaliação

1. Qual das seguintes características é uma distinção fundamental do Conceito Kaltenborn-Evjenth em relação a outras abordagens de terapia manual?
 - a) Ênfase exclusiva em movimentos oscilatórios rítmicos.
 - b) Foco principal na resposta sintomática do paciente para guiar o tratamento.
 - c) Abordagem biomecânica precisa, com foco na restauração do "jogo articular" e uso da regra côncavo-convexo.
 - d) Utilização predominante de técnicas de alta velocidade e baixa amplitude (HVLA).
2. Um paciente apresenta dor aguda e espasmo muscular em uma articulação. Qual gradação de tração seria mais indicada para iniciar o tratamento, visando alívio da dor e descompressão?
 - a) Gradação I (Loosen)
 - b) Gradação II (Tighten/Take up Slack)
 - c) Gradação III (Stretch)
 - d) Nenhuma das anteriores, pois a tração é contraindicada em casos agudos.
3. No Conceito Kaltenborn-Evjenth, o que significa "deslizamento translacional"?
 - a) Um movimento de rotação da articulação em seu eixo longitudinal.
 - b) A separação das superfícies articulares para aliviar a compressão.
 - c) O movimento de uma superfície articular sobre a outra, paralelo ao plano de tratamento, sem rotação.
 - d) Um movimento acessório que só pode ser realizado pelo paciente voluntariamente.
4. A regra côncavo-convexo é essencial para:
 - a) Determinar a intensidade da tração a ser aplicada.
 - b) Definir a direção do deslizamento translacional para restaurar o movimento.
 - c) Avaliar a dor do paciente durante a mobilização.
 - d) Escolher entre o Conceito Maitland e o Conceito Kaltenborn-Evjenth.
5. Explique brevemente como o Modelo Biopsicossocial pode ser integrado à aplicação das técnicas de tração e deslizamento translacional, considerando a dor crônica e a cinesiofobia.

Gabarito:

1. c)
2. a)
3. c)
4. b)
5. *Resposta esperada:* O Modelo Biopsicossocial reconhece que a dor não é apenas um fenômeno mecânico. Ao aplicar tração e deslizamento, o terapeuta pode não só restaurar a mecânica articular, mas também reduzir a dor e, conseqüentemente, a cinesiofobia do paciente. A melhora da função e a diminuição da dor física podem impactar positivamente o estado psicológico e social do paciente, incentivando-o a retomar atividades e quebrar o ciclo de medo e inatividade.

Próxima Aula: Na Aula 12, aprofundaremos o Conceito Kaltenborn-Evjenth, explorando suas [Aplicações no Complexo do Ombro](#), um dos segmentos mais desafiadores e frequentemente afetados por disfunções.

Recursos Adicionais:

- **Livro:** "Manual Mobilization of the Joints: The Kaltenborn-Evjenth Concept" (para aprofundamento técnico).
- **Artigos Científicos:** Pesquise por "Kaltenborn Evjenth evidence" em bases de dados como PubMed (para estudos de validação e PBE).
- **Vídeos Demonstrativos:** Plataformas como YouTube ou sites especializados (para visualização prática das técnicas).

NOTA IMPORTANTE: As informações regulatórias/legais/técnicas desta aula estão atualizadas até 2025. Consulte sempre fontes oficiais para verificar alterações.