

**EFEITOS FISIOLÓGICOS DA CRIOTERAPIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA**Adriana Silva Rêgo<sup>1</sup>Ana Izabel Costa Ferreira<sup>2</sup>Cintia Harumi Costa Ferreira<sup>2</sup>Fernando Henrique Santos Salgado<sup>2</sup>Hellen Karolynne Silva Pinheiro<sup>2</sup>Larissa do Carmo Caldas<sup>2</sup>Milena Barros Aragão<sup>2</sup>Samira Kemmer Pereira<sup>2</sup>

1-Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade Santa Terezinha.

2-Discente do curso de Fisioterapia da Faculdade Santa Terezinha.

**Introdução:** A crioterapia é um recurso fisioterapêutico simples, antigo e amplamente utilizado, que visa à remoção do calor corporal. Esse rebaixamento da temperatura tecidual promove a redução do metabolismo local. **Objetivo:** geral: identificar os efeitos fisiológicos da crioterapia; específicos: conhecer as diferentes modalidades da crioterapia e comparar a crioterapia com o EENM e o TENS. **Materiais Métodos:** Trata-se de uma revisão da literatura, na qual primeiramente foi feito uma seleção de artigos publicados entre os anos de 2007 a 2013 no Lilacs, Pubmed, Periodicos Capes, Scielo e no Google acadêmico. Foram utilizados como descritores: crioterapia, tratamento com gelo, crioterapia de imersão, crioterapia e eletroestimulação. Foram excluídos todos os artigos que continham repetição ou falta de relação com o tema. Posteriormente foi realizada a leitura e seleção dos artigos participantes do estudo. Foram selecionados 10 artigos, nos quais constata as variáveis: número de participantes, técnicas fisioterapêuticas, tempo de tratamento e resultados. **Resultados:** Foi encontrada a relação crioterapia versus a EENM no desempenho muscular; uso combinado da crioterapia com o TENS no tratamento de lombalgia crônica; a crioterapia de imersão e remoção do lactato sanguíneo após o exercício físico; e o uso da crioterapia em lesões ortopédicas. Foi detectado que a crioterapia sobressai a estimulação elétrica no desempenho funcional; que há controvérsias no uso da crioterapia combinado ao TENS; a crioterapia de imersão é uma prática equivocada para a diminuição do lactato sanguíneo e conseqüentemente da fadiga muscular. **Conclusão:** A crioterapia tem seus benefícios, principalmente, logo após uma lesão esportiva. Pois é um recurso eficaz para analgesia, redução da hipóxia secundária, ocasionando redução de edema. No entanto evidenciou-se a necessidade de estudos mais aprofundados envolvendo a crioterapia.

**Palavras-chave:** Analgesia. Crioterapia. Efeitos fisiológicos da crioterapia.