



A TERAPIA MANUAL COMO COADJUVANTE NO TRATAMENTO DE LOMBALGIA

Douglas Kelson Araújo da Silva¹

Fabiana Góes Barbosa de Freitas²

RESUMO

A dor lombar é uma disfunção que irá caracterizar um quadro doloroso na região da coluna em sua porção mais inferior, podendo ser adquirida através de traumas na região, distensões musculares, pontos-gatilho miofasciais, alterações nas articulações ou discos intervertebrais, além de disfunção das articulações sacroilíacas. E a terapia manual será extremamente elegível, pois pode ser utilizada por vários profissionais da saúde, como: fisioterapeutas, osteopatas, quiropráticos, terapeutas ocupacionais, massoterapeutas, entre outros, sendo assim, o presente estudo tem a finalidade de abordar a relevância da prática da terapia manual como uma conduta bastante comum dentro do tratamento da dor lombar, visando diminuição e recondicionamento do seguimento e comprovar eficácia da terapia manual na diminuição dos seguintes sintomas, dores na região das costas, disfunções sensoriais, como sensibilidade à dor ou formigamento e espasmos musculares. Trata-se de uma revisão literária descritiva utilizando os seguintes descritores: *Manual therapy, Low Back Pain, Treatment, Physiotherapy*, foram elegidos artigos publicados nos últimos 10 anos das seguintes plataformas, Cochrane, Google acadêmico, PEDRo e JOSPT, nos seguintes idiomas inglês e português, dentre os quais, 10 foram selecionados. A pesquisa possibilitou ampliar o conhecimento a respeito do tratamento da lombalgia, demonstrando que a terapia manual é de grande eficácia comprovada na diminuição da dor, aumento da capacidade funcional e da qualidade de vida dos pacientes. A terapia manual é eficaz, visto que, essa ferramenta terapêutica alcançará um avanço significativo no tratamento da lombalgia e da aptidão física dos pacientes, melhorando a efetividade neuromuscular e prevenindo contra futuras lesões.

Palavras-chave: Lombalgia; Terapia Manual; Tratamento; Fisioterapia.

ABSTRACT

Low back pain is a dysfunction that will characterize a painful picture in the region of the spine in its lower portion, and can be acquired through trauma in the region, muscle strains, myofascial trigger points, changes in joints or intervertebral discs, and dysfunction of the sacroiliac joints, and this is one of the main causes of physical disability. And manual therapy will be extremely eligible, since it can be used by various health professionals, such as: physical therapists, osteopaths, chiropractors, occupational therapists, massage therapists, and specialists in muscle injuries. Thus, this study aims to address the relevance of the practice of manual therapy as a very common conduct within the treatment of low back pain, aiming at reducing and reconditioning the follow-up and To prove the effectiveness of manual therapy in reducing the following symptoms: pain in the back region, sensory dysfunctions such as pain sensitivity or tingling, and muscle spasms. This is a descriptive literature review using the following descriptors: *Manual therapy, Low Back Pain, Treatment, Physiotherapy*. Articles published in the last 10 years in the following platforms: Cochrane, Google academic, PEDRo

¹ Discente: Douglas Kelson Araújo da Silva. E-mail: 20171091016@iesp.edu.br

² Docente: Fabiana Góes Barbosa de Freitas. E-mail: prof2089@iesp.edu.br



and JOSPT, in English and Portuguese, from which 10 were selected. The present search conducted between the months of February 2022 to April 2022. Results: The research made it possible to expand the knowledge regarding the treatment of low back pain, demonstrating that manual therapy is of great proven effectiveness in reducing pain, increasing functional capacity and quality of life of patients. This descriptive review suggests that there is confirmation of scientific evidence pointing out that manual therapy is effective, since this therapeutic tool will achieve a significant advance in the treatment of low back pain and physical fitness of patients, improving neuromuscular effectiveness and preventing against future injuries.

Keywords: Low Back Pain; Manual Therapy; Treatment; Physical Therapy.

1 INTRODUÇÃO:

A dor lombar continua a ser uma condição musculoesquelética com um impacto social relevante, ou seja, a dor na sua versão crônica, pode ocasionar o afastamento do indivíduo de suas atividades diárias, gerando assim um desconforto social, econômico e emocional. O reflexo negativo nas áreas citadas, vem sendo considerado um incidente mundial e uma das principais causas de limitações. Nos Estados Unidos, vem sendo uma das razões mais comuns na procura por cuidados na saúde, juntamente com a cervicalgia. Considerada uma situação médica associada aos custos globais mais elevados, podendo levar à necessidade de tratamento cirúrgico, elevando assim, as despesas em gestão na saúde sem comprovação científica de suas melhorias ou resultados à sociedade. (DIELEMAN, *et al*; 2016).

Por anos, a lombalgia é apontada como um problema mundial, resultando em altos índices de distanciamento do trabalho, ocasionando um grande peso socioeconômico, pois conforme a sua gravidade, a dor poderá divergir de uma fase aguda para uma crônica se persistir por mais de 12 semanas. (BARROS *et al*; 2011; ULGER *et al*; 2017). O tratamento engloba uma terapia através de exercícios e movimentos, tendo como essência o conhecimento da biomecânica, da anatomia e da fisiologia do paciente, buscando objetivar e traçar protocolos para uma melhor segurança e um trabalho eficaz. Com isso, priorizamos a prevenção, reabilitação e cura das disfunções, usando condutas como mobilizações, exercícios ativos, eletroterapia e termoterapia, suprimindo assim as restrições de funcionalidade e aprimorando a qualidade de vida do paciente acometido. (ULGER *et al.*, 2017).

Nesse sentido a presente pesquisa teve por objetivo geral: Destacar a eficácia da terapia manual na diminuição dos sintomas em pacientes com lombalgia, assim como os objetivos específicos que serão: Identificar as principais técnicas de terapia manual utilizadas no tratamento da lombalgia, apontar os benefícios da terapia manual na qualidade de vida do paciente com dor lombar e descrever a lombalgia e suas repercussões clínicas e seus impactos socioeconômicos.

Diante disso, a pesquisa tem por pergunta norteadora: Como a Terapia manual diminui o quadro álgico melhorando a qualidade de vida nos pacientes com lombalgia?

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 FISIOPATOLOGIA DA LOMBALGIA



Acreditava-se que a dor lombar crônica no passado, era uma patologia pouco comum, atingindo apenas 2% a 7% dos doentes. Com o passar dos anos, estudos mais recentes, apresentaram informações que confirmaram o aumento relevante de doentes com lombalgia crônica, a evolução do quadro algico para sua fase mais persistente, geralmente é decorrente de infecção, inflamação, hérnias discais, escorregamento de vértebras, artrose (processo degenerativo de uma articulação) e até causas emocionais (DEYO *et. al*; 1987).

Hoje já se sabe que, para se obter um bom resultado para o tratamento da dor lombar, faz-se necessário a intervenção de uma equipe multidisciplinar que tenha o conhecimento da patologia, autogestão em suas ações, autonomia para a escolha dos exercícios adequados com auxílio da terapia manual e o comprometimento de incluir um suporte psicológico ao paciente. (ACIOLE *et. al*: 2013). O tratamento será complexo e multidisciplinar visto que, a fisioterapia será um dos pilares mais importantes para a reabilitação do paciente acometido pela lombalgia, seja em sua fase mais aguda ou crônica, agindo diretamente na incapacidade e na dor (SMITH *et al.*, 2004; MACEDO; BRIGANÓ, 2005).

2.2 A TERAPIA MANUAL NA ABORDAGEM DA LOMBALGIA

A conduta para a dor lombar poderá envolver diferentes tipos de técnicas terapêuticas, fazendo com que se torne mais enigmática a intervenção. Dentre os mecanismos utilizados, podemos citar a osteopatia que utiliza técnicas como mobilizações, manipulações, stretching e thrust que abrange uma prática e uma experiência fisiológica e anatômica do paciente, além de ser uma das condutas mais elegíveis (PAIVA; 2013). As técnicas manuais de mobilizações articulares e neurais, as de Mckenzie, Mulligan, e Maitland, são exemplos de condutas que atuarão na reabilitação das funções parciais ou totais, sendo elas de forma biomecânica, neurológicas e em tecidos moles, fazendo com que ocorra o balanceamento nas funções terapêutico-fisiológicas corrigindo assim, alterações orgânicas e funcionais e a interrupção de expressões dolorosas (SANTOS *et.al*; 2016).

Entretanto, existem recursos fisioterapêuticos que encontram um rendimento com o auxílio da terapia manual, que irá contar com técnicas para a conservação da região lombar, como a Hidrocinesioterapia e reeducação postural, uma vez que, a eletroterapia, ultrassom e órteses não são mais consideradas modalidades efetivas, por não apresentar resultados para o manejo clínico da lombalgia pela maioria das guidelines (LONGTIN *et.al*, 2021).

Um outro aspecto relevante será o uso de fitoterapia, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o Sistema Único de Saúde (SUS) distribui medicamentos à base de plantas medicinais, conhecidos como medicamentos fitoterápicos, que são utilizados na forma de fármacos, onde são manipulados e disponibilizados em todas as regiões do Brasil, além dessa forma de tratamento, o SUS também criou uma linha de práticas integrativas e cuidados para a comunidade, algumas delas são: Musicoterapia, Medicina chinesa/Acupunturas e a Terapias comunitárias, fazendo com que o SUS aderisse essa forma de tratamento também para lombalgias em seus serviços (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2017).

Nesse contexto, a terapia manual será uma conduta fisioterapêutica que abordará manobras manuais na concentração de tecido, articulações e componentes do sistema esquelético, objetivando assim, a promoção da propriocepção e elasticidade das fibras, fazendo com que ocorra a estimulação do líquido sinovial, realizando assim a normalização de diversas mudanças orgânicas e funcionais (SANTOS *et at.*, 2016).

3 METODOLOGIA

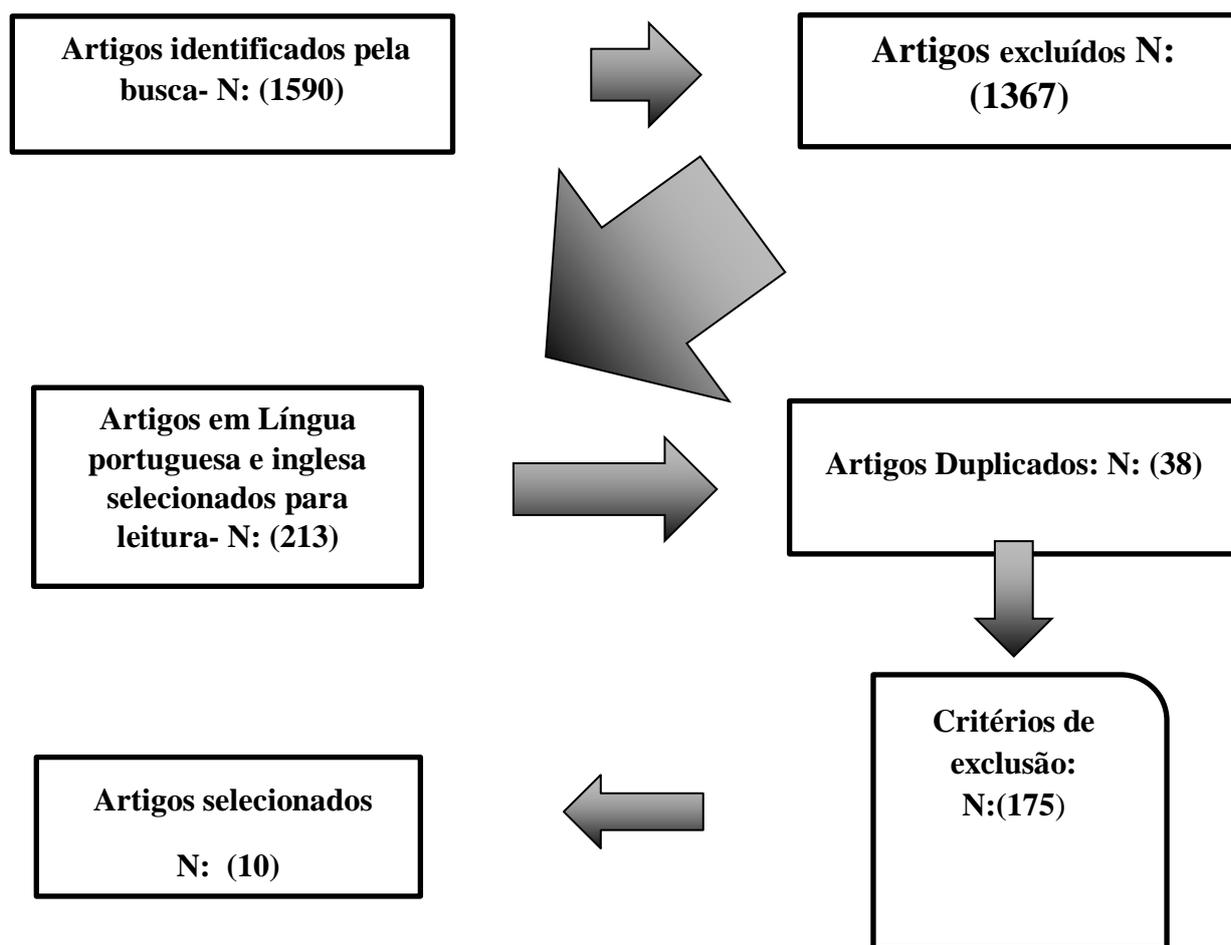
Tratava-se de uma revisão literária descritiva utilizando os seguintes descritores: (*Manual therapy*) AND (*Low Back Pain*) AND (*Treatment*) AND (*Physiotherapy*), foram



aplicados artigos publicados nos últimos 10 anos das seguintes plataformas, Cochrane, Google acadêmico, PEDRo (Physotherapy Evidence Database) e JOSPT, nos seguintes idiomas inglês e português, grande maioria dos artigos encontrados apresentavam-se nessas línguas. Nesse período, foram visualizados 1590 artigos, dentre os quais, 10 foram selecionados, sendo assim, a pesquisa foi realizada entre os meses de fevereiro de 2021 até abril de 2022.

No presente estudo, os critérios de inclusão foram: Artigos que apresentam a terapia manual como técnica de alívio dos sintomas da lombalgia, nos últimos 10 anos, nas línguas inglesa e portuguesa e com pacientes entre 20 a 40 anos; já os de exclusão: foram desconsideradas as revisões que não apresentaram relevância no tratamento da patologia abordada, artigos duplicados e não atuais.

Figura 1: Fluxograma da busca dos artigos



4 RESULTADO E DISCUSSÃO:

Para fins de análise, foram selecionados 10 artigos dos últimos 10 anos que abordaram a temática de como a terapia manual, através de suas técnicas que são, relaxamento, trações, deslizamento e alongamento, técnicas osteopáticas, manipulações neurais e viscerais, Maitland e o auxílio de técnicas complementares, poderão ser resolutivas e coadjuvantes no tratamento da lombalgia, ou seja, favorecendo na reabilitação que refletirá de forma significativa na qualidade de vida do paciente.



Tabela 1. Características dos artigos incluídos na revisão.

TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Técnicas de terapia manual: definições, conceitos e princípios básicos.	GUEDES (2012)	Revisão Bibliográfica.	Realizar uma revisão sobre as principais técnicas manuais osteopáticas, definir seus conceitos, princípios básicos com o intuito de esclarecer e entregar uma fonte de pesquisa para profissionais da área fisioterapêutica	Foi constatado que: Mobilização neural proporciona um avanço na fisiológica do tecido neural melhorando o aporte nutricional e retorno venoso intraneural: Mobilização articular: trata-se dos movimentos acessórios visando recuperar a artrocinemática, ou seja, os movimentos de giro, rolamento e deslizamento essenciais para coluna lombar, promovendo a diminuição da fricção articular: Osteopatia: envolverá manipulações articulares e deve ser abordada com cuidado devido as suas manobras de alta velocidade, compressões de pressões profunda, mas com alto índice de melhora.	A terapia manual tem uma ampla comprovação científica, sendo utilizada em diversas patologias.



TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Efeitos da terapia manual de Maitland em pacientes com lombalgia crônica	NAVEGA; TAMBASCIA (2012)	Estudo de caso.	Analisar os resultados da conduta fisioterapêutica manipulativa de Maitland, observando os aspectos de melhora do quadro algico, capacidade funcional, flexibilidade e qualidade de vida.	Após 10 sessões os pacientes foram reavaliados com os dados obtidos referentes ao TSA e a EVA e foi constatado que após as sessões com aplicação da terapia manipulativa de Maitland aspectos físicos, sociais e emocionais do paciente trouxeram feedback positivos para o estudo.	Nesse sentido podemos constatar que as técnicas de Maitland tornou-se eficaz na redução da dor melhora da flexibilidade, diminuição da incapacidade funcional e aspectos sociais, tornando essa técnica bastante elencável para o tratamento da lombalgia.
TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Os efeitos da terapia manual com técnicas osteopáticas em indivíduos portadores de lombalgia.	MELO; MONTEIRO (2014)	Estudo de caso.	O estudo buscou investigar e analisar a prática da metodologia da terapia manual em aos indivíduos com lombalgia, utilizando-se da EVA para mensuração de dor.	Ao final de 3 sessões, o paciente 1 relatou EVA 0 enquanto o paciente 2 relatou EVA 1, já os pacientes 3 e 4, após 4 à 5 sessões relataram respectivamente EVA 0 e 1.	Conforme as soluções obtidas, pode-se deduzir que a terapia manual com técnicas osteopáticas foi decisiva para o tratamento de lombalgias crônicas, demonstrada logo na primeira sessão, vale a ressalva que todos os indivíduos foram tratados de forma diferentes, mas todos com repercussões positivas no que se concerne a dor.



TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Terapias Manuais na Lombalgia: Revisão da literatura	BARROS. (2014)	Revisão da Literatura.	Revisar a literatura dos últimos dez anos para analisar a eficácia das terapias manuais na Lombalgia	Resultados obtidos na revisão de literatura que esse estudo propôs realizar mostraram o quanto à eficácia das terapias manuais na eliminação da dor e na melhora da qualidade de vida de pessoas com lombalgia/dor lombar, observou em alguns estudos um resultado positivo na sintomatologia dolorosa, e uma diminuição das incapacidades.	Pode-se perceber com realização desse estudo que atualmente, as técnicas de terapia manual têm grande comprovação científica e vem sendo cada vez mais utilizadas nas mais diversas patologias; devido ao grande número de benefícios em um menor tempo e pelo baixo custo.



TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADO	CONCLUSÃO
Efeito de um protocolo de terapia manual na qualidade de vida de pacientes com lombalgia crônica.	FERRAZ; BARBOSA (2015)	Estudo pré-experimental e prospectivo	Analisar o efeito da terapia manual na lombalgia, amplitude de movimento articular e qualidade de vida em pacientes com dor lombar crônica.	O estudo apresenta que após a realização de um protocolo fisioterapêutico onde se consiste de manobras de terapia manual como: Relaxamento miofascial dos paravertebrais, tração lombar, pompagem lombar, deslizamento longitudinal da sacro ilíaca, alongamento muscular dos ísquiostibiais, alongamento muscular do piriforme, psoas e Quadrado lombar, foi possível observar uma melhora no escore na tabela de qualidade de vida após o tratamento.	Nesse estudo pode-se concluir que, pacientes submetidos a técnicas fisioterapêuticas manuais apresentam uma considerável melhora, demonstrando menos limitações nos aspectos físicos e psicossociais.



TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: Uma Revisão Integrativa.	PEREIRA; JUNIOR (2018).	Revisão Integrativa	Verificar a importância de realização de uma revisão integrativa citando o efeito da Terapia Manual em indivíduos com lombalgia e como a terapia manual pode contribuir no direcionamento da reabilitação do paciente.	Nota-se que esse estudo considerou cientificamente que as técnicas de terapia manual mostraram ser eficaz no cuidado e no tratamento da lombalgia, fazendo com que seja uma excelente ferramenta fisioterapêutica para o aumento da qualidade de vida e melhora da dor.	Sendo assim, o estudo pretende contribuir para a compreensão dos profissionais e acadêmicos na intenção de qualificá-los a efetuar um tratamento eficiente para esses indivíduos levando em consideração as privações e singularidades de cada paciente.
TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
A influência da manipulação visceral na dor e qualidade de vida em indivíduos com lombalgia crônica não específica.	LEAL, (2020).	Estudo Clínico.	O presente estudo refere-se a relatos em 11 indivíduos do sexo masculino e feminino entre idades de 20 a 40 anos relatando dor lombar no seu estado crônico não específico e para investigação e tratamento os pacientes	Logo após as intervenções terapêuticas, observou-se que ocorreu uma significativa melhora do quadro algico com as seguintes médias: 6,7 antes da manipulação, 1,7 depois da manipulação com escala de EVA e de questionários de WHOQOL E BREF.	Podemos constatar que os seguintes resultados adquiridos no presente estudo apontam que a manipulação visceral pode trazer excelentes benefícios nos casos de lombalgia, trazendo melhora significativa nas disfunções fisiológicas e musculoesqueléticas.



TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Escola postural sobre a dor na lombalgia crônica inespecífica: Revisão Integrativa.	COSTA (2021)	Revisão Integrativa	Observar problemas crônicos de alto predomínio, fatores que possam acometer a tal patologia e se a terapia manual será eficaz para saúde da coluna vertebral, segundo bases de estudos da Escola postural.	Os efeitos mostram uma considerável melhora nos indivíduos submetidos a metodologia da escola postural, pois tiveram base na interferência fisioterapêutica, na prescrição dos exercícios indicados, visando melhora da função, veemência da dor e estado geral da saúde.	O estudo revela que a escola postural com o auxílio da terapia manual possibilita que o paciente tenha base no que desrespeita a forma morfológica do seu corpo, fazendo com que exercite a funcionalidade por meio de exercícios de fortalecimento e relaxamento muscular, promovendo uma melhora significativa quanto ao desempenho funcional.



TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Terapia manual e cinesioterapia no tratamento da dor lombar: Uma revisão bibliográfica.	SOUZA; ROSARIO (2021)	Revisão bibliográfica.	Tratamento de distúrbios da coluna através da terapia manual visando estabilizar a coluna e proteger suas estruturas do desgaste por meio de avaliação fisioterapêuticas.	Segundo os artigos abordados, o método mais utilizado foram os por meio das técnicas manipulativas de Maitland, pois todos os pacientes que sofreram intervenções pela técnica obtiveram significativa melhora, mas os artigos que abordaram diferentes técnicas também obtiveram resultados positivos.	Os artigos que complementaram esse estudo, mostram que a terapia manual proporciona alívio da dor, melhora de resistência e ADM da coluna, além desses resultados obtidos foi também possível visualizar estudos que utilizaram da cinesioterapia, e eventualmente também foi possível chegar a um feedback positivo no ponto de vista biomecânico de força dinamométrica de musculatura lombar e atividade elétrica, refletindo assim, na melhoria do quadro algico do paciente.



TÍTULO	AUTORES	MÉTODO	OBJETIVO	RESULTADOS	CONCLUSÃO
Lombalgia: Causas, impactos e uso das práticas integrativas e complementar es no seu tratamento	ANTUNES; MENEZHINI (2021)	Revisão Literária	Esse estudo concerne de uma revisão literária para o discernimento sobre causas e meios de alívio de dor baseado na aplicação dos seguintes descritores: Lombalgia, métodos de tratamento, plantas medicinais e PIC's (Práticas integrativas e complementares).	Evidenciou-se que as causas recorrentes na dor lombar, elas podem ser inconvenientes na vida de pacientes com lombalgia, mas com o auxílio de técnicas manuais exercícios e fármacos medicinais, pode-se trazer ações positivas para o tratamento.	Conclui-se que essas deficiências causadas pela lombalgia podem ser combatidas de uma forma prática e eficiente por meio de práticas como a terapia manual, uso de plantas medicinais e o auxílio da PIC's servindo como um serviço complementar para o tratamento da dor.

Fonte: Dados da pesquisa (2022).

Com o auxílio de técnicas manuais, Ferraz e Barbosa (2015), protocolaram um tratamento que constituiu o uso de 9 técnicas sendo elas: Relaxamento miofascial dos paravertebrais, tração lombar, pompagem lombar, deslizamento longitudinal da sacro ilíaca, alongamento muscular dos ísquios tibiais, alongamento muscular do piriforme, psoas e quadrado lombar, nesse estudo também foi utilizado as escalas de EVA para mensuração de dor e o teste de Lasegue para nível de comprometimento discal. Após o fim do tratamento, notou-se uma significativa melhora nos indivíduos em âmbitos físicos e psicossociais, acarretando numa melhora no escore na tabela de qualidade de vida, e na diminuição do nível de comprometimento discal.

Ademais Melo e Monteiro (2014), mostraram que através das sessões fisioterapêuticas com utilização de técnicas manipulativas, mensuração da escala da dor (EVA) e também com o auxílio de técnicas osteopáticas, sendo elas, mobilizações neurais e articulares, foi observado que houve uma significativa melhora no quadro algico do paciente, uma vez que, as técnicas proveram uma flexibilidade melhor da coluna lombar que facilitam o relaxamento muscular dos pacientes.

Em outra concepção, Barros (2014) em sua análise, notou que cada vez mais pesquisas que visem o estudo das técnicas de terapia manual, que apresentam uma filosofia que defende o uso da estimulação da propriocepção, produção da elasticidade das fibras aderidas, estimulação do líquido sinovial e promoção a redução da dor, são de grande importância. As avaliações foram feitas de forma manual, utilizando observações clínicas e testes específicos para análises que identificarão disfunções para uma melhor abordagem, já os métodos de tratamento, são de fundamental contribuição para o profissional fisioterapeuta, pois atuam como uma importante ferramenta, para a avaliação e tratamento das disfunções encontradas. Já Leal (2020), destacou que a terapia manual osteopática será benéfica pois, por meio da avaliação e o uso de técnicas de manipulações viscerais que ajudam no desequilíbrio funcional e fisiológicos do corpo, aliviando os sintomas das dores, das disfunções e má postura. Com isso, foi constatado que houve significativa melhora das médias que obtiveram pós intervenção fisioterapêutica, sugerindo assim, que as manipulações viscerais são eficazes para o tratamento.



Nesse sentido, Guedes (2012), considerou em sua revisão literária as funções fisiológicas que, as técnicas manuais como: mobilização visceral, manipulação articulares, mobilização neural e a osteopatia, irão ofertar aberturas para a passagem de informações neurológicas por intermédio de mecanorreceptores, ativação das comportas medulares, estimulação do retorno venoso e linfático e combate ao estresse dos tecidos encurtados por aderências. Tais técnicas, proporcionarão um nível significativo de reestruturação nos tecidos que circundam a articulação.

Em consonância, Costa (2021), abordou os métodos da Escola Postural em lombalgias não específicas nos últimos 5 anos, segundo suas pesquisas, foi observado que, a escola tem como sua principal meta, proporcionar conhecimentos e benefícios para a saúde da coluna vertebral, fazendo uso da terapia manipulativa evitando assim lesões, retorno da dor lombar e também cirurgias precoces.

Já no estudo feito por Souza e Rosário (2021), mostraram os principais benefícios da terapia manual em soma com a cinesioterapia, revelando ser eficaz para melhoria dos níveis de incapacidades físicas e algicas, de espessuras musculares profundas em região do tronco, resistência à preservação do core, amplitude dos movimentos da coluna e da cinesiofobia, conduzindo assim, a respostas positivas do quadro biomecânico, da força dinamométrica e da atividade elétrica da musculatura lombar.

Em seu trabalho integrativo, Antunes e Meneghini (2021), abordaram uma forma de métodos e práticas mais suplementares para o tratamento da lombalgia, debatendo técnicas, como: Terapias manipulativas, aromaterapias, exercícios e o uso das plantas medicinais. Servindo como conhecimento humanitário para docentes e profissionais da área fisioterapêutica sobre as causas e métodos de alívio da dor.

Por outro lado, por meio das técnicas manipulativas de Maitland que são aplicações a nível de articulação feitas forma passiva, Navega e Tambascia (2012), notaram que, os pacientes apresentavam uma significativa melhora nos sinais e sintomas de lombalgia presentes, pois esse tratamento visará a melhora da artrocinemática da articulação, auxiliando na recuperação da incapacidade funcional, flexibilidade e qualidade de vida.

Pela terapia manual ter fortes linhas de pesquisas científicas, Pereira e Junior (2018), observaram em seu trabalho, que condutas com o auxílio da terapia manual está elencável nos cuidados e tratamentos dos pacientes com diagnóstico de lombalgia, tendo em vista que, a terapia manual comprova bons resultados no tratamento das desordens musculoesqueléticas, contribuindo para realização de uma conduta eficaz e segura para indivíduos portadores de lombalgia.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo conceituou cientificamente que a técnica de terapia manual demonstra efetividade no tratamento de indivíduos com o diagnóstico de lombalgia, visto que, a lombalgia está dentre as causas mais recorrentes no Brasil e muitos desses pacientes convivem diariamente com essa dor. Através desses métodos manuais não invasivos, os estudos mostram significativa melhora no quadro algico, na capacidade funcional e na qualidade de vida.

A terapia manual é uma área que vem se expandindo, e sua prática vem sendo utilizada em diversas patologias devido ao seu baixo custo benefício e por apresentar excelentes resultados com técnicas baseadas em uma forte compreensão científica, essa técnica manifesta ter resultados significativos, possibilitando a melhora na eficácia funcional e proporcionando uma melhor qualidade de vida a população, evitando assim, que muitos sejam submetidos ao processo cirúrgico.



Dessa forma, o presente trabalho tem o objetivo de contribuir para o conhecimento de discentes e profissionais da área fisioterapêutica para um tratamento mais qualificado para esses pacientes, considerando as peculiaridades e necessidades de cada indivíduo. Tendo como respaldo e base de pesquisa, dados científicos de alguns autores que corroboram a eficácia da fisioterapia no tratamento da lombalgia. Existem evidências científicas que comprovam os resultados positivos dessa prática, sugerindo assim que, em pesquisas futuras, podem ser inclusos estudos com novas abordagens das técnicas manuais como: Quiropraxia que atua com a técnica diversificada e a sacro occipital, Cyriax, Mckenzie, Shiatsu, Reflexologia e crochetação dentre outras.

REFERÊNCIAS

ALTOMORE, G. R. S; PEREIRA, J. S. Aplicação do tratamento geral osteopático pós discectomia cervical: estudo de caso. **Rev. Ter. man.** 2009; 7(31): 216-220. Disponível no acervo da Faculdade Anhanguera de Taubaté. Disponível no acervo da Faculdade Anhanguera de Taubaté.

ACIOLE, G.G; BATISTA, L.H. Promoção da saúde e prevenção de incapacidades funcionais dos idosos na estratégia de saúde da família: a contribuição da fisioterapia: Health promotion and prevention of functional disability in elderly due family health strategy: the contribution of the physical therapy. *Saúde em Debate*, v. 37, n. 96, p.10-19, mar. 2013.

BARROS, Terapias manuais na lombalgia: Revisão da Literatura. 2014.

Brasil. Ministério da Saúde (MS). Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Diário Oficial da União 2017; 27 mar.

COSTA, L. F. A. da Escola postural sobre a dor na lombalgia crônica inespecífica. 2021.

DEYO, R.A., TSUI-WU, Y.J. Descriptive epidemiology of low-back pain and its related medical care in the United States. *Spine*, 12:264-8, 1987.

DIELEMAN J.L et al. US health care spending by payer and health condition, 2016. **JAMA.** 2020.

DONALDSON M, et.at. A prescriptively selected nonthrust manipulation versus a therapist-selected nonthrust manipulation for treatment of individuals with low back pain: a randomized clinical trial. **J Orthop Sports Phys Ther.** 2016.

DOWELL D, et.at CDC guideline for prescribing opioids for chronic pain—United States, 2016. **JAMA.** 2016;315:1624-1645.

DUTTON, Mark. **Fisioterapia ortopédica: exame, avaliação e intervenção.** 2. Ed. Porto Alegre: Artmed, 2012.



DOS SANTOS, P. C.; JÓIA, L. C; KAWANO, M. M. *O efeito da terapia manual e da fisioterapia convencional no tratamento da dor lombar aguda: ensaio clínico randomizado*. *hígia revista de ciências da saúde do oeste baiano*, v. 1, n. 01, 2016.

DE ANDRADE FILHO, Jakson Ferraz; BARBOSA, Richelma. Efeito de um protocolo de terapia manual na qualidade de vida de pacientes com lombalgia crônica. 2012

LEAL, Brenda R. O. S. A influência da manipulação visceral na dor e qualidade de vida em indivíduos com lombalgia crônica não específica. 2019.

LONGTIN C, *et. al* Optimizing management of low back pain through the pain and disability drivers management model: A feasibility trial. *PLoS One*. 2021 Jan 20;16

FERREIRA, et al. Neurodynamic treatment did not improve pain and disability at two weeks in patients with chronic nerve-related leg pain: a randomised trial. *J Physiotherapy*. 2016.

FINLEY CR, et al. What are the most common conditions in primary care? Systematic review. *Can Fam Physician*. 2018;64:832-840.

GUEDES, Técnicas de terapia manual definições conceitos e princípios. 2012

G.MELO; J. M MONTEIRO. Os efeitos da terapia manual com técnicas osteopáticas em indivíduos portadores de lombalgia- UNITAU . 2012.

MINISTÉRIO DA SAÚDE/FUNDEP – UFMG; 2009.

MACEDO, BRIGANÓ. Terapia manual e cinesioterapia na dor, incapacidade e qualidade de vida de indivíduos com lombalgia. *Espaço Saúde (Online)* 2009;10(2):1-6.

MONNERAT, E. et. al. Efeito da Mobilização Neural na melhora da dor e incapacidade funcional da hérnia de disco lombar subaguda. *Fisioterapia Brasil*, v. 13, n.1, janeiro/fevereiro de 2012.

NAVEGA, Marcelo Tavella et al. Efeitos da terapia manual de Maitland em pacientes com lombalgia crônica. *Terapia Manual*, p. 450-456, 2012.

OCARIANO, J.M. GONÇALVES, GGP. VAZ, DV. PORTO, JV. SILVA, MT. Correlação entre um questionário de desempenho funcional e testes de capacidade física em pacientes com lombalgia. *Revista Bras fisioterapia*. 2009;13(4):343-9

PEREIRA, Dayana Sales; JUNIOR, Virgílio Santana. Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: Uma Revisão Integrativa. *ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA*, v. 12, n. 41, p. 31-38, 2018.

RICOLDY D.S; CUMAN, R.K.N.; Aplicação De Técnicas De Terapia Manual Em Paciente Portador De Hérnia De Disco L5-S1: Caso Clínico. *FIEP BULLETIN* - 2010.

SILVA, E. Antunes et al. Lombalgia: Causa, impactos e uso das práticas integrativas e complementares no seu tratamento. 2021.



SOUZA, J. L.; ROSARIO, T. H. S. Terapia manual e cinesioterapia no tratamento da dor lombar: uma revisão bibliográfica. 2021.

SANTOS, et al. Active Visceral Manipulation Associated With Conventional Physiotherapy in People With Chronic Low Back Pain and Visceral Dysfunction: A Preliminary, Randomized, Controlled, Double-Blind Clinical Trial. *Journal of Chiropractic Medicine*, 2019.

ULGER, Ozlem et al. The effect of manual therapy and exercise in patients with chronic low back pain: double blind randomized controlled trial. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 2017.

KIM LH, et al. Expenditures and health care utilization among adults with newly diagnosed low back and lower extremity pain. *JAMA Netw Open*. 2013.