

6CCSDFTMT07-P

DESCRIÇÃO DAS PRINCIPAIS TÉCNICAS DE TERAPIA MANUAL ABORDADAS NO ALÍVIO DAS CERVICALGIAS

Allyson Alves Barros⁽²⁾, Eduardo Harllys França de Medeiros⁽²⁾, João Batista da Silva⁽³⁾.
Centro de Ciências da Saúde/Departamento de Fisioterapia/MONITORIA

RESUMO

A coluna cervical possui sete vértebras e é considerada o elo flexível entre o crânio e o tronco. Possui funções de suporte, movimentação da cabeça, além de proteção para as estruturas vasculares e nervosas. Por ser uma área de bastante mobilidade, merece cuidados especiais que proporcionem um equilíbrio entre a flexibilidade e a força muscular do pescoço. Pelo fato de ser bastante freqüente a ocorrência de dores, tensões e rigidez no local onde está localizada a coluna cervical, esta é uma queixa muito comum nos consultórios, podendo decorrer de pequenos desconfortos a dores muito fortes e até mesmo incapacitantes. Este estudo tem como objetivo descrever as principais técnicas de terapia manual usadas no alívio das cervicalgias dentre elas, alongamentos, pompagens, inibições e trações manuais. Foi feita uma revisão da literatura em livros, artigos científicos e sites relacionados com o assunto e foram selecionadas as técnicas mais citadas e enfatizadas, bem como suas indicações, contra-indicações e formas de execução das manobras. Nos resultados observamos, em diferentes estudos, a eficácia do tratamento das cervicalgias com os efeitos analgésicos da terapia manual. Numa revisão de literatura sobre a terapia de mobilização e seus efeitos neurofisiológicos em pacientes com dor cervical, se encontrou fortes evidências de que há, rapidamente uma analgesia induzida pela terapia manual após a manipulação, demonstrando uma distribuição somatotópica e também um efeito analgésico cumulativo com a repetição do tratamento. Foram investigados os efeitos de uma técnica de deslizamento lateral cervical no segmento C5/C6 sobre a percepção da dor e na função autonômica e encontraram uma forte correlação entre o efeito analgésico e a simpatoexcitação. Num estudo recente também foi encontrado um efeito similar na função autonômica após uma manipulação (thrust) cervical e outro estudo recente, apropriadamente elaborado, controlado e randomizado demonstrou também a eficácia clínica da terapia manual/manipulativa para as disfunções da coluna cervical. Foi comparado um programa específico de exercícios, terapia manual e exercícios combinados com a terapia manual em pacientes com dores de cabeça cervicogênicas, encontrando uma redução significativa nas dores de cabeça nos grupos terapia manual e exercícios combinados com a terapia manual, sendo que estes benefícios foram mantidos por um período de 12 meses. Dessa forma podemos concluir que a terapia manual é técnica eficaz para o alívio das cervicalgias, uma vez que vários estudos comprovaram seus bons resultados, no entanto, se faz necessária a elaboração de mais estudos relacionando a terapia manual/manipulativa com as cervicalgias.

Palavras-chave: terapia manual, tratamento, cervicalgias.

¹⁾ Bolsista, ⁽²⁾ Voluntário/colaborador, ⁽³⁾ Orientador/Coordenador ⁽⁴⁾ Prof. colaborador, ⁽⁵⁾ Técnico colaborador.