



## **Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: Uma Revisão Integrativa**

*Dayana Sales Pereira<sup>1</sup>; Virgílio Santana Junior<sup>2</sup>*

**Resumo:** A terapia manual em pacientes com lombalgia é uma técnica muito aplicada para melhorar a flexibilidade lombar de pessoas com e sem dor nesta região. Ela é caracterizada como um dos problemas de saúde mais frequentes na população geral. Metodologia: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura científica sobre o efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia. As pesquisas foram realizadas a partir das bases de dados SciELO, LILACS e PEDro, no período de março a maio de 2018. Foram selecionados cinco artigos publicados entre 2005 e 2017 que tratavam da temática. Objetivo: Esse estudo teve como objetivo compilar informação a respeito do efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia. Resultados: O trabalho proporcionou incrementar o conhecimento a respeito do tratamento da lombalgia, demonstrando que a técnica é de grande relevância e tem eficácia comprovada na diminuição da dor e, conseqüentemente, na evolução da capacidade funcional dos pacientes. Conclusão: O presente trabalho demonstrou que a técnica de terapia manual é efetiva no tratamento de pessoas com diagnóstico de lombalgia, aumentando a capacidade funcional das mesmas.

**Palavras-Chave:** lombalgia, terapia manual, fisioterapia.

## **Effect of Manual Therapy in Low Back Pain Patients: An Integrative Review**

**Abstract:** The manual therapy in the low back pain patients is a widely used technique to recover the lumbar flexibility in people with or without pain in this location. It is characterized as one of the most common health problems in the general population. Methodology: It is a scientific literature integrative review on the effect of the manual therapy in low back pain patients. The search was carried out in SciELO, LILACS and PEDro database, between March and May 2018. Five articles related to the thematic, published from 2005 to 2017, were selected. Objective: This research aimed to compile information related to the effect of manual therapy in low back pain patients. Results: It provided a step up in the knowledge concerned to the low back pain treatment, showing that technique holds great relevance and has proved efficacy in the pain level decrease, and consequently, in the patients' functional capability evolution. Conclusion: This study demonstrated that the manual therapy is effective in the low back pain patients' treatment, and increase their functional capability.

**Keywords:** low back pain, manual therapy, physiotherapy.

---

<sup>1</sup> Graduação em Fisioterapia pela Faculdade Independente do Nordeste. day\_sallys@hotmail.com

<sup>2</sup> Fisioterapeuta. Especialista em Terapia Manual e Postural pelo CESUMAR (Centro Universitário de Maringá).

## Introdução

A Lombalgia é um sintoma presente em alterações musculoesqueléticas da região lombar que gera incapacidade funcional, estando associada a elevado índice de ausência no trabalho e altos custos para a saúde relacionadas a ela, afetando 70 a 80% dos cidadãos. Torna-se crônica em 10 a 15% dos indivíduos, impossibilitando a realização das suas atividades laborais, sociais e familiares. No Brasil, é umas das principais causas de fornecimento de auxílio-doença das afecções da coluna e aposentadoria por invalidez. (MENDONÇA; ANDRADE,2016).

Devido uma maior mobilidade de L4-L5 e L5-S1, esses segmentos são os mais comprometidos, pois sustentam o peso do corpo quando comparado ao restante da coluna lombar. O quadro comum de hérnia de disco é a dor, a princípio aguda na região da coluna lombar, tendo uma irradiação em direção à fossa poplíteia até o dorso do pé. Além do quadro doloroso, o paciente pode relatar formigamento com déficit de força muscular no membro afetado, levando ao quadro conhecido de lombociatalgia, uma vez que a dor faz o percurso do nervo ciático (MONNERAT et al., 2012).

Cerca de 10 a 15% da população brasileira com a sintomatologia convive com algum grau de incapacidade na realização de suas atividades laborais, sociais e familiares, podendo ser desenvolvida por uma alteração do disco vertebral, por exemplo, uma hérnia de disco lombar ou alterações musculoesqueléticas. No Brasil, as disfunções associadas à hérnia de disco na coluna cervical, torácica e lombar são as principais causas de fornecimento de auxílio-doença e afastamento dos trabalhos e aposentadoria precoce por invalidez. Na procura pelo atendimento de fisioterapia, nos casos da hérnia de disco cervical, as técnicas que ajudam na melhora do quadro desses pacientes são a tração manual e terapia manual. (BIANCHI et al., 2016).

Entre os vários procedimentos de fisioterapia, um dos mais utilizados é a terapia manual, que é uma das técnicas mais apropriadas para a reabilitação nos casos das dores lombares. Ela tem como maior objetivo promover o alívio das dores e, por consequência, da função biomecânica dos tecidos. Como exemplo tem-se a manipulação vertebral e as mobilizações articulares. (BOSCHI; LIMA, 2012).

Segundo Souza et al (2011) a terapia manual irá agir promovendo a redução da dor e melhora na amplitude de movimento. A terapia é uma modalidade organizada por vários mecanismos que dispõem os recursos terapêuticos nas sustentações músculos-esqueléticos, com métodos que vão incluir manipulação, mobilização passiva e mobilização neuromuscular.

Dentre as técnicas da terapia manual, está a tração manual, a qual é aplicada nos tratamentos conservadores para a melhora de diversos sintomas, incluindo assim a movimentação vertebral, onde a realização dessa tração vai auxiliar na separação do forame intervertebral, melhorando o ângulo para a realização da tração manual. Pode ser realizada com o paciente em posição de decúbito dorsal. A tração faz parte do gerenciamento de fisioterapia mecânica, os tipos de tração e parâmetros relacionados à sua aplicabilidade que ainda precisam ser explorados. (LAVADO et al., 2011).

Diante de tal discussão, verificou-se a importância de realizar uma revisão integrativa abordando o efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia, uma vez que essa patologia gera grande impacto na saúde e qualidade de vida dos indivíduos, o que demonstra a relevância desse trabalho.

Ela pode contribuir no direcionamento da reabilitação de pacientes no que cabe à área da fisioterapia, buscando também a prevenção de mais agravos decorrentes dessa lombalgia. Nesse contexto, o objetivo da pesquisa foi compilar dados referentes aos efeitos da terapia manual em pacientes com lombalgia.

## **Metodologia**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, de caráter descritivo, exploratório, sem metanálise, que buscou conhecer o efeito da terapia manual em indivíduos que apresentam lombalgia. Este tipo de pesquisa tem uma proposta de reunir e fornecer conhecimento sobre um definido tema, assim colaborando para o entendimento aprofundado acerca do mesmo. Segundo Sampaio (2007), toda pesquisa integrativa passa por uma investigação das fontes de dados na literatura em relação a determinado assunto. Este conteúdo torna se disponível através de uma síntese de indícios que, através da realização desses métodos serão esclarecidos, a partir da avaliação minuciosa do apanhado de informações escolhidas. A busca na literatura científica foi realizada a partir das bases de dados SciELO, LILACS e PEDro, no período de marco a

maio de 2018. Os relatores utilizados foram “lombalgia”, “fisioterapia” e “terapia manual”. Estes foram pesquisados separadamente.

Foram selecionados 49 artigos para produção da amostra, 5 se encaixaram nos critérios de inclusão e foram considerados adequados pois abordavam o efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia como foi a temática determinada. Estes foram trabalhos originais publicados entre 2005 e 2017. Foram excluídos da coleta, artigos científicos cujas versões completas não se encontravam disponíveis, artigos que abordavam cirurgias ou que não abordassem a temática.

Para a realização da tabulação dos dados após a coleta, foi desenvolvida uma tabela de resultados que conta com a identificação dos seguintes tópicos: título, autores, ano de publicação, orientação metodológica, objetivos, população estudada e resultados obtidos.

## Resultados

**Tabela 1.** Efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia.

Título	Autor/Ano	Orientação Metodológica	Objetivo	Participantes	Principais resultados
Efeitos da terapia manual de Maitland em pacientes com lombalgia crônica.	NAVEGA;TA MBASCIA 2011.	Artigo Original	Avaliar os efeitos do tratamento fisioterapêutico manipulativo de Maitland no quadro algico, flexibilidade, capacidade funcional e qualidade de vida de paciente com lombalgia crônica.	Os dados foram obtidos de pacientes de Marília, na faixa etária de 23 a 68 anos, de ambos os sexos, com relato de dor lombar crônica (queixa por período maior que 12 semanas).	Houve melhora significativa na intensidade de dor, incapacidade, flexibilidade e qualidade de vida.
Terapia manual em pacientes portadores de hérnia discal lombar: revisão sistemática	LOIOLA et al,2017	Estudo de revisão sistemática, transversal e com estratégia de análise quantitativa	Analisar nas bases de dados as técnicas de Terapia Manual utilizadas em pacientes portadores de hérnia discal lombar	Foram incluídos 12 artigos no período de 2001 a 2013 onde 66,4% (n=8) relataram a terapia manual como eficaz, melhorando alguns parâmetros nos pacientes e33,2% (n=4) não	Proporcionou melhora no quadro algico, na funcionalidade, na flexibilidade, no ganho de força e na mobilidade articular permitindo que os pacientes conseguissem voltar a realizar as atividades de vida diária.

				demonstraram resultados após alguns exercícios e alongamentos	
Análise da mobilidade lombar e influência da terapia manual e cinesioterapia na lombalgia	BRIGANÓ; MACEDO, 2005	Este estudo caracterizou-se como um ensaio clínico não aleatório.	Objetivo foi comparar os efeitos da terapia manual e cinesioterapia em pacientes com lombalgia, bem como a mobilidade lombar de indivíduos com e sem dor nesta região	Utilizou-se uma amostra de conveniência composta por 25 indivíduos com idade entre 18 - 65 anos, diagnóstico clínico de lombalgia crônica; foram excluídos os pacientes com cirurgias lombares, doenças reumáticas, fraturas e submetidos a outro tratamento clínico.	Foi encontrada diferença estatisticamente significativa na comparação da EVA antes e após o tratamento fisioterápico ( $p < 0,05$ ) e também para a mobilidade da coluna lombar em indivíduos sintomáticos e assintomáticos
Terapias Manuais na Lombalgia: Revisão da literatura	BARROS, 2013	Estudo de Revisão da literatura	Tendo como objetivo revisar a literatura dos últimos dez anos para analisar a eficácia das terapias manuais na Lombalgia	Os efeitos da terapia manual e cinesioterapia em pacientes com lombalgia, bem como a mobilidade lombar de indivíduos com e sem dor nesta região. Para isso foram utilizadas amostras de conveniência, compostas por 25 pacientes com o diagnóstico de lombalgia crônica e um grupo controle com 25 indivíduos assintomáticos, com a mesma idade e gênero dos indivíduos com lombalgia	Os resultados obtidos na mostraram eficácia das terapias manuais na eliminação da dor e na melhora da qualidade de vida de pessoas com lombalgia/dor lombar, os resultados foram positivos na sintomatologia dolorosa e promoveu diminuição das incapacidades.
Aplicação da Terapia de Liberação Posicional em Paciente com Lombalgia Crônica de Origem Mecânica	MOURA; SILVA, 2006.	Estudo de Caso	O objetivo desse estudo foi avaliar e tratar um paciente lombálgico através da Terapia de Liberação Posicional.	O presente trabalho trata-se de um estudo de caso clínico de caráter prospectivo e intervencionista de	Os resultados mostraram que esta técnica trouxe de fato benefícios para a paciente. Foi observado que entre a dor e restrição

				uma paciente do sexo feminino, 47 anos, casada, professora do ensino fundamental e médio.	aos movimentos, durante a primeira avaliação, a maioria retornou ao seu tônus normal após a utilização dessa técnica.
--	--	--	--	---	---

Fonte: SciELO, LILACS e PEDro.

## Discussão

Esta revisão integrativa apresentou que há confirmação de evidências científicas indicando que a técnica de terapia manual é eficiente, uma vez que alcançou uma evolução no tratamento da lombalgia e da capacidade funcional dos indivíduos, melhorando a eficácia neuromuscular e prevenindo lesões.

Navega et al, (2011) destaca que a técnica de terapia manual promoveu significativa eficácia no tratamento conservador na dor lombar, tendo benefícios em cerca de 70% dos indivíduos, no período de quatro a cinco semanas de intervenção.

Já no estudo feito por Loila et al, (2017) mostra os principais benefícios de exercícios já bem conhecidos como sendo adequados à sintomatologia e incentivam os pacientes a executarem atividades físicas que frequentemente é bastante eficiente para quem apresenta essa patologia. Ele também relata que a hérnia de disco é uma desarticulação músculo-esquelética, causador pela lombociatalgia.

Briganó et al (2005) e Barros et al (2013) apresentam que a terapia manual tem uma atuação significativa no desenvolvimento da lombalgia e da flexibilidade da coluna lombar, quando são utilizadas técnicas que promovem o relaxamento muscular, melhorando cada vez mais o quadro álgico dos pacientes.

Moura; Silva (2006) mostraram que a técnica de terapia manual, trouxe benefícios importantes referentes à lombalgia como o planejamento em relação à dor e ao tônus dos pacientes que apresentam essa patologia.

Em outra concepção, Brandão et. al. (2014) colabora que as evidencia sobre a aplicação da técnica de terapia manual de sessões e intervenções inferiores que duas vezes por semana não teve relevância quando realizada em uma pequena amostra de indivíduos com lombalgia.

Sendo assim, é interessante destacar que realizar uma frequência maior de intervenções vai gerar bons resultados no tratamento conservador da dor lombar.

Os estudos mostram que a técnica de terapia manual tem resultados satisfatórios, demonstrando eficiência, diminuição da dor e inabilidade, nos casos de lombalgias tanto aguda quanto crônica.

## Conclusão

Percebe-se que esta pesquisa conceituou cientificamente que a técnica de terapia manual apresentou ser efetiva no cuidado e no tratamento de pessoas com diagnóstico de lombalgia, aumentando a capacidade funcional destes. Esta 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.

Com isto, pretende-se contribuir para o conhecimento dos profissionais e acadêmicos no intuito de que eles sejam qualificados a realizar um tratamento eficaz para esses pacientes, levando em conta às necessidades e individualidades de cada um.

O trabalho colabora para o avanço de novos estudos que possam aprofundar os dados encontrados e fortalecer linhas de pesquisas relacionadas ao tratamento das desordens musculoesqueléticas, uma vez que existem poucos estudos que demonstre a eficácia da técnica.

## Referências

ALENCAR, G. G; **Comparação do efeito da Facilitação Neuromuscular Proprioceptiva e da Estabilização Segmentar Vertebral na dor lombar e nas dimensões dos músculos multífidos e transversos do abdome em pacientes com hérnia de disco.** Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Pernambuco, 2016.

ALFIERI, F. M. et. al.; Comparação da flexibilidade, intensidade da dor e funcionalidade de portadores de hérnia discal submetidos à hidrocinestoterapia versus cinesioterapia clássica. *Life Style Journal*, p. 45-53, 1º semestre, São Paulo 2015.

BIAUHL, A. B. et. al. Estudo comparativo entre os métodos Pilates no solo e Water Pilates na qualidade de vida e dor de pacientes com lombalgia. **Revista do Departamento de**

**Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc, v. 17, n. 4, Outubro/Dezembro 2016**

BOSEHI,S.E; LIMA,C.D. Efeitos da manipulação torácica na dor e amplitude de movimento da coluna cervical. **Revista de Iniciação Científica do Unilasalle**, v.1.n.1, p.78-91,maio 2012.

KOBILL, A. F. M. Influência da Estabilização Segmentar core na dor e funcionalidade da coluna lombar. **Fisioterapia Brasil**, v. 18, n. 2, p. 148-153, 2017.

LOVADO, S..et,al.Protocolo de Tratamento para Hérnia de Disco Cervical: Estudo de Caso. **Revista Eletrônica Saúde: Pesquisa e Reflexões**. V.1,n1,p01-21,2011.

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.

MENDONÇA, E. M. T.; ANDRADE, T.M. Método Mckenzie como protocolo de tratamento em hérnia de disco lombar. **Revista Interdisciplinar**, v. 9, n. 3, p. 130-137, jul. ago. set. 2016.

SAMPAIO R. F.; MANCINI, M. C. Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica. Departamento de Fisioterapia e de Terapia Ocupacional, Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, MG – Brasil. **Rev. Bras. Fisioter. São Carlos**, v. 11, n.1, p. 83-89, jan. / fev. 2007.

SOUZA.et,al. Protocolo de terapia manual no tratamento para Hérnia de Disco: Estudo de Caso. **Revista Eletrônica Saúde: Pesquisa e Reflexões**. V.1,n1,p01-21,2011.

**Como citar este artigo (Formato ABNT):**

PEREIRA, Dayana Sales; SANTANA JUNIOR, Virgílio. Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: Uma Revisão Integrativa. **Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, 2018, vol.12, n.41, p.31-38. ISSN: 1981-1179.

Recebido: 30.05.2018

Aceito: 06.06.2018