



Tração Manual na Hérnia Cervical Crônica

Antônio Carlos Vieira Magnus¹; Patrícia Pinto Chaves²; Virgílio Santana Júnior³

Resumo: A hérnia de disco é causada por uma degeneração do disco decorrente de alterações estruturais, ocasionando uma desestabilização e desarmonia do movimento. A tração manual é uma técnica em que se realiza o trabalho fisioterápico através da utilização das mãos. Diante disso, o estudo tem por objetivo revisar a literatura científica em relação aos efeitos da tração manual em pacientes com hérnia de disco cervical crônica. Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter descritivo-exploratório, feita a partir das bases de dados SciELO, Google, e artigos publicados. Resultados: Foram selecionados 5 artigos publicados no período entre 2014 e 2019 a respeito da temática, demonstrando que há evidências científicas a respeito da eficácia da tração manual no tratamento de hérnia cervical, devolvendo a capacidade funcional do indivíduo. Conclusão: O presente estudo demonstrou resultados positivos na utilização da tração manual aos pacientes portadores de hérnia cervical podendo até evitar o processo cirúrgico.

Palavras chaves: Hérnia cervical. Dor. Tração Manual

Manual Traction in Chronic Cervical Hernia

Abstract: The disc herniation is caused by a degeneration of the disc due to structural changes, causing a destabilization and disharmony of the movement. Manual traction is a technique in which physical therapy is performed through the use of hands. The purpose of this study was to review the scientific literature regarding the effects of manual traction in patients with chronic cervical disc herniation. This is a descriptive-exploratory bibliographic review, based on the SciELO, Google, and published articles databases. Results: Five articles were published during the period between 2014 and 2019 regarding the subject, demonstrating that there is scientific evidence regarding the efficacy of manual traction in the treatment of cervical hernia, returning the individual's functional capacity. Conclusion: The present study demonstrated positive results in the use of manual traction in patients with cervical hernia and may even avoid the surgical process.

Keywords: Cervical hernia. Pain. Manual Traction

Introdução

A coluna vertebral é formada por vértebras que possuem em seu interior um canal por onde perpassa a medula espinhal e raízes nervosas. Entre uma vértebra e outra, existe uma estrutura chamada de disco intervertebral, composta por um anel fibroso em sua parte mais externa. Fatores como má postura associada a uma mecânica corporal inadequada contribuem para o surgimento de dores e hérnias cervicais (AYRES et al., 2011).

¹ Graduação em Fisioterapia pela Faculdade Independente do Nordeste. Contato: caicarahosp@hotmail.com;

² Graduada em Fisioterapia pela Faculdade Independente do Nordeste – FAINOR.

³ Fisioterapeuta. Especialista em Terapia Manual e Postural pelo CESUMAR (Centro Universitário de Maringá). Professor Titular da Faculdade Independente do Nordeste - FAINOR

A hérnia de disco cervical crônica é uma patologia muito frequente devido ao esforço repetitivo ou desgaste gerando um comprometimento da raiz nervosa. Pode ocorrer por vários microtraumas na coluna que vão desgastando as composições do disco intervertebral, ou após traumas severos sobre a coluna. Podem ser sintomáticas ou assintomáticas dependendo do tamanho, grau, tipo e localização do comprometimento radicular (MENDONÇA; ANDRADE, 2016).

No Brasil, as patologias da coluna vertebral são a primeira causa de benefício auxílio-doença e a terceira causa de aposentadoria por invalidez. Tornam-se crônica em 10% a 15% da população, incapacitando-a nas atividades laborais, sociais e familiares, podendo ser provocada por hérnia discais ou alterações musculoesqueléticas. Em relação aos tratamentos para hérnia de disco cervical crônica, a fisioterapia surge como um recurso que pode melhorar a qualidade de vida dos indivíduos acometidos, utilizando-se de técnicas como a tração manual e a terapia manual (BIANCHI et al., 2016).

A tração manual, constantemente aplicada como tratamento conservador para a melhora do quadro, constitui-se na movimentação vertebral, a separação do forame intervertebral, e o melhor ângulo de tração, podendo ser aplicada nas posições supino ou sedestação, de forma intermitente ou sustentada. A técnica faz parte do gerenciamento da fisioterapia mecânica, dos tipos de tração e parâmetros relacionados à sua aplicação que ainda necessitam ser explorados, a terapia manual é combinada com mobilização segmentar e terapia de exercícios físicos (LOVADO et al., 2011).

A terapia manual (TM) é uma técnica usada na fisioterapia e vem se destacando na reabilitação das algias cervicais. O profissional a realiza através de suas mãos sobre o corpo do paciente, no intuito de promover o alívio do quadro algico e trazer de volta a funcionalidade biomecânica dos tecidos. Dentre as variadas técnicas da TM encontramos: manipulação vertebral, mobilizações articulares e as voltadas aos tecidos moles (BOSCHI; LIMA, 2012).

Segundo Souza et al. (2011) a terapia manual age de forma eficaz na redução da dor, e melhora da amplitude de movimento. A terapia é uma modalidade terapêutica composta por vários procedimentos utilizada no tratamento de distúrbios mecânicos das estruturas músculos-esqueléticas. Nesses procedimentos inclui-se as técnicas de manipulação, mobilização passiva e mobilização neuromuscular.

Diante de tais discussões, torna-se importante a realização desse estudo devido à alta prevalência de hérnia de disco cervical crônica e o seu impacto na saúde e qualidade de vida dos indivíduos. Sendo assim, o objetivo desse estudo é revisar a literatura científica em relação aos efeitos da tração manual em pacientes com hérnia de disco cervical crônica.

Metodologia

O estudo apresentado caracterizou-se como uma revisão bibliográfica de caráter descritivo-exploratório.

O estudo descritivo baseia-se em descrever a realidade, não a explicá-la ou nela intervir. Muito utilizado na área de saúde quando o objetivo do autor é explanar sobre um caso raro ou de evolução incomum. Já os estudos exploratórios visam a condição da população em um determinado momento e por isso frequentemente são considerados como descritivos (ARAGÃO, 2011).

As informações contidas nesse estudo foram obtidas por meio de leituras de referenciais literários de artigos, livros, revistas e textos de língua portuguesa. A busca realizada de forma on-line teve como fonte as bases de dados: Scielo, Google acadêmico e artigos publicados, sendo os descritores: coluna cervical, hérnia de disco, hérnia de disco crônica, tratamento hérnia de disco crônica, tração manual, intervenção fisioterapêutica da coluna vertebral, técnicas fisioterápicas. Os textos foram selecionados a partir de um levantamento alguns trabalhos bibliográficos restando ao final 5 (cinco), levando em consideração à relevância dos autores em relação ao tema proposto, desenvolvendo a criação de argumentos para responder e respaldar aos questionamentos que o estudo se propõe. O presente estudo teve como principais autores: DANTAS, PEZOLATO, GALERA, dentre outros.

Utilizou-se nesse estudo pesquisas sobre os recursos científicos no tratamento fisioterapêutico, diante dos resultados analisados foi selecionado a técnica considerada mais eficaz no tratamento HCC como: Tração mecânica, prevenção postural, avaliação e auto avaliação postural. Segundo GIL (2002), os periódicos constituem o meio mais importante para comunicação científica. Graças a ele, vem se tornando possível a comunicação formal

dos resultados de pesquisas originais e a manutenção do padrão de qualidade de investigação científica.

Resultados

Tabela 1. Dados sobre os efeitos da tração manual em pacientes com hérnia de disco cervical crônica no município de Vitória da Conquista – Bahia.

Título	Autor/Ano	Orientação Metodológica	Objetivo	Participantes	Resultados Encontrados
Prevenção fisioterapêutica em pacientes com dor na coluna cervical decorrente da hérnia de disco.	DANTAS; MACÊDO/ 2017	Revisão de literatura nas bases de dados Lilacs, Bireme e Google acadêmico.	Avaliar a prevenção da fisioterapia em pacientes com dor na coluna cervical com hérnia de disco.	-	A terapia manual exerce um papel de tratamento e correção da parte ocasional da cervicalgia, atuando na reabilitação e não somente na parte dolorosa desta patologia.
Sistema de classificação em subgrupos baseado no tratamento nas disfunções na coluna cervical.	PEZOLATO; NEVES; LOPES/2016	Estudo de prática clínica no tratamento de dor cervical, bem como uso de fisioterapia no tratamento conservador	Classificar a dor em subgrupos.	-	Uma análise completa da dor cervical, bem como suas causas e formas de tratamento incluindo tração manual como tratamento conservador.
Tratamento da cervicalgia crônica com fisioterapia convencional – estudo de caso	OLIVEIRA et al. / 2018	Estudo de caso	Verificar os resultados de um tratamento fisioterapêutico para cervicalgia, através de técnicas manuais.	Uma paciente de 39 anos, com diagnóstico médico de cervicalgia crônica	Após 15 sessões, houve diminuição do quadro álgico e ganho de mobilidade na região cervical.

Tratamento da cervicalgia mecânica por meio das técnicas de tração e pompage: relato de caso	GALERA et al./2017	Relato de caso	Verificar a eficiência das técnicas de tração e pompage na reabilitação da cervicalgia.	Um voluntário de 36 anos, gênero masculino, com queixa de dor e comprometimento da musculatura da região cervical há seis meses.	Ao final do tratamento notou-se um ganho de amplitude de movimento articular, extensibilidade muscular, alívio do quadro algico e conquista da funcionalidade.
Eficacia del tratamiento fisioterápéutico de la cervicalgia mediante la tracción cervical y el tratamiento convencional.	CASTILLO, GONZALES / 2016.	Ensaio clínico aleatório.	Determinar a eficácia do tratamento fisioterápéutico da cervicalgia mediante a tração cervical e o tratamento convencional.	26 pacientes com diagnóstico de cervicalgia que deu entrada ao Serviço de Medicina Física do Hospital Víctor Lazarte Echegaray EsSalud durante janeiro e fevereiro de 2012.	Ambos tratamentos foram eficazes; contudo a tração cervical foi mais eficaz que o tratamento convencional.

Fonte: Base de Dados

Discussão

Esta revisão integrativa possibilitou confirmar que há evidências científicas apontando que a técnica de tração manual é eficaz, visto que proporcionou benefícios ao tratamento de hérnia cervical e patologias decorrentes, restaurando assim a capacidade funcional dos indivíduos.

Conforme Dantas e Macêdo (2017), a terapia manual é uma técnica eficiente no tratamento e correção da cervicalgia, uma vez que atua não somente na dor, mas também na reabilitação. Segundo os autores, a tração cervical propicia um alívio da pressão e da dor por meio do realinhamento e reposição da coluna, pois aumenta tanto o espaço intervertebral quanto o espaço do forame intervertebral, descomprimindo assim os nervos da coluna, promovendo hidratação do disco, reduzindo dessa forma as dores, podendo até levar ao reposicionamento da herniação discal o que é comum encontrar em pacientes com

cervicalgia. Esta técnica ainda traz outros benefícios como: melhoria da amplitude de movimento, alinhamento vertebral, melhora da postura uma vez que reduz a tensão muscular e trabalha com as compensações posturais secundárias ao quadro álgico.

Segundo Pezolato, Neves e Lopes (2016), a manipulação thrust torácica tem se estabelecido como auxiliar ao tratamento de pacientes com quadros álgicos na coluna cervical, excluindo os casos que apresentam contraindicação da técnica. A manipulação thrust torácica associada às outras terapias manuais na coluna cervical e aos exercícios específicos, é conceituada como uma abordagem eficaz no tratamento de pacientes com hipomobilidade cervical.

Oliveira et al. (2018), trazem em seu estudo um protocolo feito com exercícios de cinesioterapia e terapia manual abarcando a liberação miofascial, tração cervical, mobilização neural do n. mediano, mobilização cervical, dentre outros. Foram realizadas 15 sessões, sendo 2 sessões por semana com duração de 50 minutos cada. Os resultados trouxeram uma melhora do quadro álgico, da mobilidade articular, da qualidade de sono, e retorno as atividades de vida diária com mais eficiência.

O estudo de Galera et al. (2017), constou num tratamento dividido em 3 etapas: a primeira, consistiu na avaliação do paciente; a segunda, a aplicabilidade das técnicas de tração manual contínua (10 minutos) e a pompage da musculatura cervical. Foram totalizadas 15 sessões, sendo feitas 2 vezes por semana com duração de 50 minutos cada; e a terceira etapa, a reavaliação do paciente. Os autores relatam que as técnicas de tração manual e pompagem foram eficientes no tratamento deste paciente pois resultou na redução do quadro álgico, na melhoria da amplitude de movimento e no retorno as atividades funcionais.

O estudo de Castillo e Gonzales (2016) que objetivou a eficácia do tratamento fisioterapêutico na cervicalgia comparou o tratamento convencional com a tração cervical, contando com a participação de 26 pacientes, os quais foram escolhidos aleatoriamente para pertencerem ao grupo de tratamento convencional (n=13) e ao grupo de tração cervical (n=13). O protocolo usado para o grupo de tração cervical consistiu de 10 sessões diárias, aplicando compressas quentes por 10 minutos, TENS por 10 minutos, massoterapia por 5 minutos, e tração cervical num total de 9 minutos (aplicando força de tração correspondente a 15% do peso de cada paciente). Já o protocolo do grupo convencional seguiu a mesma quantidade de sessões e as mesmas etapas já descritas anteriormente, excluindo a tração

cervical. Antes do tratamento, 80,8% dos participantes do grupo de tração relataram dor severa, enquanto 50% dos participantes do grupo convencional relataram dor moderada. Após o tratamento, os resultados mostraram que 80,8% dos pacientes do grupo de tração cervical apresentavam dor leve, e 53,8% dos pacientes do grupo tradicional relataram dor moderada. Assim sendo, a técnica de tração cervical se mostrou mais eficiente do que o tratamento convencional.

A técnica de tração manual traz como benefícios: o alívio de espasmos musculares devido sua ação nos músculos e nas estruturas ligamentares e capsulares; redução do edema; melhora a circulação sistêmica; evita o desenvolvimento de aderências entre as bainhas das raízes nervosas e estruturas capsulares. O alongamento dos tecidos ao redor da raiz nervosa permite um maior fluxo circulatório melhorando a nutrição dos tecidos ao redor do nervo bem como propiciando a remoção de metabólitos e exsudados gerados por uma inflamação de baixo grau. Outrossim, a mobilização nas articulações facetarias contribui na lubrificação e na nutrição do disco intervertebral.

Um dos objetivos da fisioterapia na hérnia discal, é reabilitar o paciente para que possa retornar as suas práticas de atividade de vida diária, promover o bem-estar, bem como orientá-los quanto a mudanças em seus hábitos de vida para evitar recidivas e perda funcional.

Conclusão

O presente estudo propiciou destacar a hérnia de disco como uma das principais patologias degenerativas da coluna vertebral responsável por dores e incapacidade funcional, assim como demonstrar os recursos fisioterapêuticos na avaliação, no tratamento e prevenção de reincidência da doença.

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.

Conclui-se de acordo aos resultados obtidos na revisão integrativa, que as técnicas de terapia manual estão demonstrando resultados positivos aos pacientes portadores de hérnia de disco cervical, evitando assim, que muitos sejam submetidos a processo cirúrgico.

Referências

ARAGÃO, J. Introdução aos estudos quantitativos utilizados em pesquisas científicas. **Revista Práxis**, v. III, n. 6, agosto 2011.

AYRES, S. C. C. A. 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.

BIANCHI, 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

BOSCHI, 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.

CASTILLO, L. R.; GONZALES, R. A. V. Eficacia del tratamiento fisioterapéutico de la cervicalgia mediante la tracción cervical y el tratamiento convencional. **HAMPI RUNA**, v. 15, n. 1, p. 61-78, 2016.

DANTAS, J. N. V.; MACÊDO, J. D. de. Prevenção fisioterapêutica em pacientes com dor na coluna cervical decorrente da hérnia de disco. **Revista Integralização Universitária**, n. 17, 2017.

GALERA, S. R. de G. P. et al. Tratamento da cervicalgia mecânica por meio das técnicas de tração e pompage: relato de caso. **Revista Ciência e Saúde On-line**, v. 2, n. 3, 2017.

GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. **São Paulo**, v. 5, n. 61, p. 16-17, 2002.

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.

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.

OLIVEIRA, S. D. et al. Tratamento da cervicalgia crônica com fisioterapia convencional – estudo de caso. **Revista Científica do Centro Universitário de Itaipira**, v. 03, n. 01, p. 140-152, Mar/Out, 2018

PEZOLATO, A.; NEVES, V. G. F.; LOPES, J. A. **Sistema de classificação em subgrupos baseado no tratamento para as disfunções da coluna cervical**. In: Sociedade Nacional de Fisioterapia Esportiva; Oliveira, R. R., Macedo, C. S. G., organizadores. PROFISIO Programa de Atualização em Fisioterapia Esportiva e Traumatologia-Ortopédica: Ciclo 5. Porto Alegre: Artmed Panamericana; 2016. p. 10-68. (Sistema de Educação Continuada a Distância, v. 4).

SOUZA, N. S. de. et al. Tratamento da lombalgia crônica influenciada pela discrepância dos membros inferiores: um estudo de caso. **Ciência em Movimento**, v. 13, n. 27, p. 9-17, 2011. ●

Como citar este artigo (Formato ABNT):

MAGNUS, Antônio Carlos Vieira; CHAVES, Patrícia Pinto; SANTANA JÚNIOR, Virgílio Santana. Tração Manual na Hérnia Cervical Crônica. **Id on Line Rev. Mult. Psic.**, 2019, vol.13, n.46, p. 36-44. ISSN: 1981-1179.

Recebido: 29/05/2019

Aceito 31/05/2019