



RESUMO

EFEITOS DA TÉCNICA DE MOBILIZAÇÃO E AUTO MOBILIZAÇÃO NEURAL EM PACIENTES COM DOR LOMBAR

AUTOR PRINCIPAL:

Daniela Broch

E-MAIL:

danii.broch@ hotmail.com

TRABALHO VINCULADO À BOLSA DE IC::

Não

CO-AUTORES:

Roberta Grasiolli, Bruna Ferronato Moro e Janaina Costa Schiavinato

ORIENTADOR:

Sheila Gemelli de Oliveira

ÁREA:

Ciências Biológicas e da Saúde

ÁREA DO CONHECIMENTO DO CNPQ:

4.08.00.00-8

UNIVERSIDADE:

Universidade de Passo Fundo

INTRODUÇÃO:

A dor lombar, ou lombalgia é uma patologia de alta incidência. O ser humano pratica cada vez menos atividades que envolvam o corpo humano, gerando assim um desequilíbrio neuro muscular e conseqüentemente alterações posturais o que faz com que a dor lombar seja crescente em indivíduos sedentários^{7,8,9}. A disfunção postural pode ter como conseqüência a limitação da mobilidade e a mobilização neural é uma técnica que promove facilitação na realização do movimento e elasticidade do sistema nervoso, A técnica da mobilização neural é usada como método diagnóstico, utilizando as manobras irritativas no tecido nervoso, e método terapêutico, reduzindo a tensão neural e contribuindo para uma maior resolução do quadro sintomático¹³. Este estudo tem como objetivo avaliar os efeitos da mobilização neural e da auto mobilização em pacientes com dor lombar.

METODOLOGIA:

O estudo foi realizado na Clínica de Fisioterapia da Universidade de Passo Fundo. Participaram do estudo seis (6) pacientes, com diagnóstico clínico de lombalgia, de ambos os gêneros, sedentários na faixa etária entre 18 e 45 anos, no período de agosto a outubro de 2011. Para a coleta de dados foi utilizada uma ficha de avaliação elaborada pelas pesquisadoras. Após, foram utilizados os seguintes instrumentos de avaliação: Slump Test, Escala Visual Analógica (EVA), Teste 3º dedo-solo, Banco de Wells. O protocolo pré-determinado para este estudo foram de três atendimentos, um em cada semana, no período de três semanas, aplicando-se a técnica de mobilização neural. Durante o intervalo de uma semana entre cada atendimento, os pacientes realizavam as auto mobilizações neurais em sua residência, uma vez ao dia. A cada semana, os pacientes eram reavaliados. O estudo foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa da Universidade de Passo Fundo/RS.

RESULTADOS E DISCUSSÕES:

Participaram da pesquisa 6 (seis) pacientes com idade média de $35,3 \pm 9,3$ anos. O tempo médio de presença de dor relatado foi de $58,8 \pm 45,2$ meses. Todos os seis pacientes possuíam profissões que exigiam exercer uma determinada postura durante a maior parte do dia, gerando uma grande sobrecarga na coluna vertebral. Como a média de tempo de dor apresentada pelos pacientes desse estudo é $58,8 \pm 45,2$ meses, a dor desses pacientes pode ser caracterizada como crônica. A lombalgia atinge principalmente a população em idade economicamente ativa de acordo com Freire²³. Alguns pacientes desse estudo encaixam-se em um nível de sobre peso, podendo justificar o risco aumentado da dor lombar, já que o sobrepeso pode alterar o equilíbrio biomecânico do corpo confirmam Silva, Fassa e Valle²¹. Ao avaliarmos a dor pela Escala Visual Analógica (EVA), observamos que na pré intervenção a média foi de $6,2 \pm 1,5$, diminuindo consideravelmente na segunda avaliação para $3,3 \pm 2,7$ e sendo comprovado a redução da dor após as três semanas de intervenção ($1,5 \pm 2$). Os resultados obtidos no nosso estudo mostram uma redução considerável de dor após o tratamento com a técnica de mobilização neural e auto mobilização. Na primeira avaliação, a distância média entre a ponta do 3º dedo até o solo foi de $10,2 \pm 8,1$ centímetros e com o início da intervenção evoluiu para uma média de $4,8 \pm 6$ centímetros. A média apresentada ao final do estudo foi de $3,7 \pm 5,6$ centímetros. A distância obtida no Banco de Wells mostra uma evolução quando comparada a primeira avaliação, onde a média foi de $20,6 \pm 7,7$ centímetros. A média alcançada na segunda avaliação foi de $22,3 \pm 7,7$ centímetros e na terceira avaliação foi de $24,5 \pm 6,3$. Para Machado e Bigolin², a dor lombar repercute na qualidade de vida dos indivíduos, gerando graus de incapacidade física. Um programa de mobilização neural revela melhoras na execução das atividades funcionais, na flexibilidade e redução da dor.

CONCLUSÃO:

Os resultados obtidos neste estudo mostram que um programa de mobilização e auto mobilização neural foi um método de tratamento efetivo para pacientes com dor lombar. Além de uma redução da sintomatologia, é notada uma expressiva melhora no que diz respeito à flexibilidade da coluna lombar e cadeia posterior.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Skare TL. Reumatologia: princípios e prática. 2. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007. 335 p.
2. Machado GF, Bigolin SE. Estudo comparativo de casos entre a mobilização neural e um programa de alongamento muscular em lombalgias crônicas. Fisioterapia em Movimento, 2010; 23(4):545-554.
3. Toscano JJO, Egypto EP. A influência do sedentarismo na prevalência de lombalgia. Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 2001; 7(4).

Assinatura do aluno

Assinatura do orientador