

## XII ENCONTRO DE EXTENSÃO, DOCÊNCIA E INICIAÇÃO CIENTÍFICA (EEDIC)

### ESTABILIZAÇÃO SEGMENTAR NO TRATAMENTO DE PACIENTES PORTADORES DE HÉRNIA DE DISCO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Ayrlene Maria Carlos de Oliveira<sup>1</sup>; Marcos Rogério Madeiro de Almeida<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Centro Universitário Católica de Quixadá (Unicatólica);  
E-mail: ayrlene\_oliveira@hotmail.com

<sup>2</sup>Docente do Centro Universitário Católica de Quixadá (Unicatólica);  
E-mail: marcosalmeida@unicatolicaquixada.edu.br

#### RESUMO

A pesquisa realizada teve como objetivo identificar na literatura evidências sobre os efeitos da estabilização segmentar para o tratamento de pacientes portadores de hérnia de disco. Foi realizada uma revisão integrativa com finalidade de responder ao questionamento: Quais os efeitos da estabilização segmentar para o tratamento da hérnia de disco? Para tanto foram utilizados os descritores: estabilização segmentar e hérnia de disco nas bases de dados LILACS e PUBMED. Após a busca com os descritores citados em ambas as bases de dados foram encontrados 5 artigos, após a utilização da ferramenta de refinamento, ficaram 3 trabalhos, dos quais, após leitura dos títulos e resumos foi excluído 1 por não estar disponível em sua versão completa. O primeiro estudo selecionado foi um ensaio clínico randomizado onde o grupo de estabilização segmentar foi submetido a um protocolo de exercícios fisioterapêuticos frisando o treinamento dos músculos profundos do tronco e abdômen (multífido lombar e transversos do abdômen) e o grupo TENS que foi exposto a estimulação elétrica nervosa transcutânea. O segundo estudo é do tipo série de casos, intervencionista não controlado, ao qual participaram pacientes portadores de hérnia de disco lombar, realizando 15 sessões de estabilização segmentar, 3 vezes por semana. O efeito da estabilização foi superior à em todas as variáveis estudadas e em ambos os estudos. Concluiu-se então que, a estabilização segmentar proporciona maiores benefícios, pois através dos exercícios consegue prevenir a dor e dar maior capacidade funcional ao paciente.

**Palavras-chave:** Estabilização segmentar. Hérnia discal. Fisioterapia.

#### INTRODUÇÃO

A Hérnia discal é uma doença do aparelho locomotor que atinge com maior prevalência as regiões lombar e cervical da coluna, esta associa-se à ruptura do anel fibroso e ao subsequente deslocamento do núcleo pulposo, gerando dor local podendo irradiar para membro inferior ou superior, dependendo da origem da lesão. Apesar de ter origem multifatorial as causas mais frequentes são as mecânico-posturais e degenerativas, secundárias ao desgaste gradativo do disco intervertebral resultante da adoção de má postura, excesso de peso sustentado e desequilíbrio muscular como a fraqueza da musculatura estabilizadora da coluna (SIQUEIRA *et al.*, 2014).

A **estabilização segmentar** é uma abordagem terapêutica que visa devolver a função de estabilização de diferentes segmentos da coluna vertebral. O tratamento busca a recuperação da contração conjunta e antecipada da musculatura do transversos do abdômen, multífido e fásia tóraco-lombar, que agem como uma cinta interna, como diafragma e os músculos do assoalho pélvico.

A estabilização segmentar traz um protocolo de atendimento que se divide em quatro estágios respeitando os princípios do aprendizado motor. No primeiro são isoladas e treinadas as musculaturas da unidade interna sem carga. No segundo estágio treina-se a musculatura da unidade interna diminuindo a base de sustentação. No estágio seguinte, é efetuado o controle da musculatura da unidade interna associando

movimentos funcionais. Finalmente, no quarto estágio, integram-se os músculos da unidade interna e unidade externa nos movimentos funcionais adicionando velocidade com funcionalidade (FRANÇA, 2013).

A pesquisa realizada teve como objetivo identificar na literatura evidências sobre os efeitos da estabilização segmentar para o tratamento de pacientes portadores de hérnia de disco.

## METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão integrativa. Utilizou-se como fundamento para a pesquisa identificar, analisar e sintetizar as evidências disponíveis da literatura sobre a eficácia da estabilização segmentar no tratamento de portadores da hérnia de disco. Utilizou-se a questão de pesquisa: Quais os efeitos da estabilização segmentar para o tratamento da hérnia de disco?

Para a revisão foi utilizada a estratégia PICO, apresentada no quadro 1. PICO representa um vocábulo acrônimo para Paciente, Intervenção, Comparação e “Outcomes” (desfecho). Dentro da Pesquisa Baseada em Evidência (PBE) utilizou-se de quatro componentes formando os elementos fundamentais do tema em pesquisa e construção da pergunta para a busca bibliográfica de evidências (EL DIB et al., 2014).

**Quadro 1** – Descrição da estratégia PICO para elaboração da pergunta de pesquisa.

<b>Acrônimo</b>	<b>Definição</b>	<b>Descrição</b>
<b>P</b>	Paciente	Pacientes com hérnia de disco que utilizam tratamento conservador.
<b>I</b>	Intervenções	Utilização da técnica de estabilização segmentar na melhora do quadro de incapacidade funcional por hérnia de disco.
<b>C</b>	Comparação ou controle	Pacientes com hérnia de disco que não obtiveram bons resultados com a aplicação da técnica.
<b>O</b>	Resultado/ Desfecho	Dor.

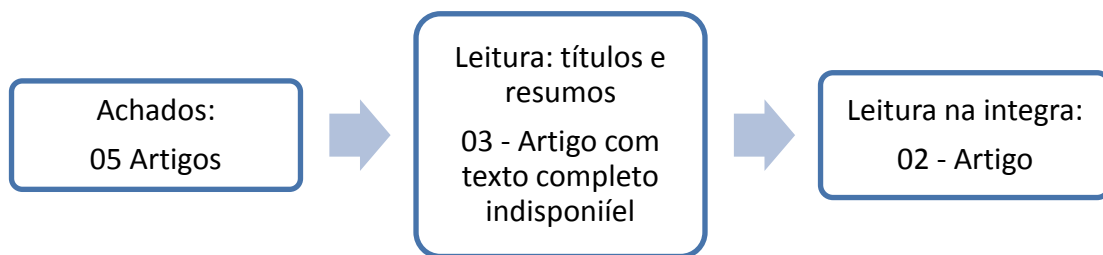
## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com a finalidade em responder à questão norteadora se fez necessário garantir a extensão da pesquisa, alcançando publicações referentes ao estudo. Sendo realizado dessa forma a busca em bases eletrônicas, no dia 22 de setembro de 2016, artigos nas bases de dados LILACS e PUBMED.

Para a busca foram utilizados os seguintes descritores: estabilização segmentar e hérnia de disco. Os critérios de inclusão foram: (1) últimos cinco anos, (2) periódicos revisados por pares, (3) artigos, (4) textos em português (5) artigos com textos completos disponíveis.

Após a busca com os descritores citados em ambas as bases de dados foram encontrados 5 artigos, após a utilização da ferramenta de refinamento, foram encontrados 3 trabalhos, dos quais, após leitura dos títulos e resumos foi excluído 1 por não estar disponível em sua versão completa.

**Figura 1** – Processo de seleção nas bases de dados.



Posteriormente aos critérios de exclusão foi selecionado 2 artigos apresentando-se um na forma de ensaio clínico randomizado, e o segundo foi um estudo do tipo série de casos, intervencionista não controlado. Além dos artigos selecionados outras fontes de dados também foram utilizadas como: periódicos, teses, dissertações e outros artigos relevantes para o tema em questão.

Na **Tabela 1** são mostradas as características do artigo selecionado para a revisão. As características são: título do artigo, autor, tipo de estudo, país, ano e tamanho da amostra. Sendo o estudo de ensaio clínico randomizado, apresentado na forma de tese para a obtenção do título de doutor.

Como é perceptível, não se encontram muitos estudos relacionados a estabilização segmentar no tratamento da hérnia de disco, assim como um dos autores também retrata essa dificuldade em seu trabalho.

**Tabela 1** – característica do artigo selecionado para a revisão.

Título do Artigo	Autor	Tipo do Estudo	Local/Ano	Amostra
<b>Estabilização Segmentar Lombar e Tens na Hénia Discal Lombar: um ensaio clínico randomizado</b>	FRANÇA, F. J. R.	Ensaio clínico randomizado	SP, 2013	N= 40
<b>A eficácia da estabilização segmentar vertebral no aumento do trofismo dos multífidos e melhora da dor em portadores de hérnia discal lombar</b>	SIQUEIRA et al.	Série de casos, intervencionista não controlado	PE, 2014	N= 06

Na **Tabela 2** podemos identificar as intervenções utilizadas nos ensaios clínicos, a população, o desfecho esperado e a conclusão do estudo.

Ambos os artigos têm como finalidade mostrar a eficácia da técnica de estabilização segmentar no tratamento da hérnia de disco, e como ficou perceptível houve melhora significativa no quadro algico e na funcionalidade do paciente efetivando uma melhor contração dos músculos estabilizadores.

**Tabela 2** – Intervenção realizada e conclusão do artigo.

Intervenção	Desfecho	População	Conclusão
<b>Dois grupos: Grupo estabilizador lombar; Grupo TENS. Foram avaliados e depois tratados 2 vezes na semana com</b>	Compara o efeito da estabilização lombar com a TNES em pacientes com hérnia de disco lombar.	25 – 58 anos	A estabilização foi superior à TENS em todas as variáveis.

<b>duração de 60min., durante oito semanas.</b>			
<b>Foram submetidos a exame ultrassonográfico, avaliação da capacidade de recrutamento voluntário dos estabilizadores lombares e nível de dor. 15 seções, 3 vezes por semana com a aplicação da estabilização segmentar dividida em três etapas: cognitiva, associativa e automática</b>	Avaliar a eficácia da técnica de Estabilização Segmentar Vertebral (ESV) no aumento do trofismo dos múltifidos e na melhora da dor em portadores de Hérnia Discal Lombar	25 – 50 anos	Eficaz no aumento do trofismo dos múltifidos, na melhora da capacidade de contração voluntária dos estabilizadores lombares e na redução do quadro algico.

No ensaio clínico randomizado, o grupo de estabilização segmentar foi submetido a um protocolo de exercícios fisioterapêuticos frisando o treinamento dos músculos profundos do tronco e abdômen (múltifido lombar e transversos do abdômen). O grupo TENS foi exposto a estimulação elétrica nervosa transcutânea. Portou-se de instrumentos de avaliação de dor (questionários e escala), avaliação do índice de incapacidade funcional e da avaliação muscular do transversos do abdômen.

Segundo França (2013) a incapacidade funcional foi significativa no grupo de estabilização segmentar, com a aquisição de controle motor mais qualificado para a região abdominal. Em sujeitos com limitações nas atividades diárias, a aplicação da técnica acontecia dentro dos limites de cada um, resultando em proteção lombar mais efetiva nas atividades que causam maior desconforto, retomando o controle muscular de tronco.

Várias intervenções veem sendo utilizadas no tratamento da hérnia de disco e a fisioterapia é o principal agente na reabilitação desses indivíduos, prevenindo maiores alterações que podem ser causadas a longo prazo, intervindo na diminuição da dor, evitando cirurgias e/ou tratamento medicamentoso prolongado, trazendo a funcionalidade do paciente acarretando em uma melhor qualidade de vida.

Para o segundo estudo o autor evidenciou a realização dos exercícios de acordo com as limitações de cada paciente, realizando a técnica de estabilização segmentar vertebral em três etapas: cognitiva (contração voluntária isolada com o uso da Unidade Pressórica de Biofeedback (UPB)), associativa (ocorria retirada da UPB) e automática (série de repetições associando contração ao movimento ativo). Iniciando a próxima etapa, quando concluía a outra sem fadiga.

Os exercícios abdominais podem influenciar na diminuição da dor lombar em portadores de hérnia de disco, levando em conta que com a contração dos músculos abdominais há diminuição da pressão dos discos intervertebrais, reduzindo potencialmente a sensação dolorosa no segmento (SIQUEIRA et al., 2014).

## CONCLUSÃO

Os estudos evidenciam que a técnica de reabilitação segmentar em pacientes portadores de hérnia de disco, proporciona uma série de benefícios, melhorando tanto o quadro algico como a incapacidade funcional, possibilitando melhora na qualidade de vida.

## REFERÊNCIA

SIQUEIRA, G. R.; ALENCAR, G. G.; OLIVEIRA, N. K.; LEITE, F. N. T. S. A eficácia da estabilização segmentar vertebral no aumento do trofismo dos múltifidos e melhora da dor em portadores de hérnia discal lombar. **R. Bras. Ci. e Mov.** v. 22, n. 3, p. 81-91, 2014.

**Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC), 12., 2016, Quixadá. Anais... Quixadá: Centro Universitário Católica de Quixadá, 2016. ISSN: 2446-6042**

FRANÇA, Fábio Jorge Renovato. **Estabilização Segmentar Lombar e Tens na Hénia Discal Lombar: um ensaio clínico randomizado**. 2013. 60f. Tese (Doutor em Ciência) Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo, 2013.