

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

FISIOTERAPIA NA LOMBALGIA CRÔNICA

Maria Caroline Pereira Leão¹; Tiago de Araújo de Souza¹; Marcos Rogério Madeiro de Almeida²

¹Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá;
E-mail: caroline.leão28@hotmail.com

²Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá;
E-mail: Rogerio_madeiro@hotmail.com

RESUMO

A pesquisa aqui exposta teve como objetivo identificar na literatura evidências sobre as contribuições da Fisioterapia na lombalgia crônica. Foi realizada uma revisão integrativa afim de responder ao questionamento: Quais as contribuições da Fisioterapia na lombalgia crônica? Para tanto foram utilizados os descritores: Fisioterapia e lombalgia crônica, na base de dados LILACS. Após a busca com os descritores citados na base de dados foram encontrados 330 artigos, após a utilização da ferramenta de refinamento, foram encontrados 8 trabalhos, dos quais, após leitura dos títulos e resumos foram excluídos 2, por não estarem disponível em sua versão completa e 1 por não corresponder a problemática em questão. Os estudos selecionados foram sancionados em Estudo observacional transversal, Pesquisa Quantitativa Experimental, série de casos, Estudo Clínico Transversal e Revisão Integrativa de literatura. Nesse estudo observou-se que as técnicas fisioterápicas diminuíram a dor após as intervenções. Conclui-se que, a partir dos estudos que as técnicas fisioterápicas utilizadas foram eficazes para tratar a lombalgia crônica apresentadas pelos pacientes, pois diminuíram a dor e melhoraram a qualidade de vida dos indivíduos.

Palavras chaves: Fisioterapia. Lombalgia. Dor crônica.

INTRODUÇÃO

Na visão de Bankoff (2002), a postura provém de equilíbrio, coordenação neuromuscular e adaptações perante determinado movimentação corporal, que são assumidas nas atividades de vida diária (andar, subir e descer escadas, deitar-se e ficar em pé), além de existir um consenso sobre as forças que podem contribuir para a manutenção ou desvio dessa postura, seja ela uma força interna ou externa.

A organização Mundial de Saúde, relata que 65 a 80% da população refere ou ainda referirá, quadro clínico de dor lombar. Sendo que 40% desses casos evoluirão para um problema crônico. Devido a esses indícios, a dor lombar deve ser tratada como um problema de saúde pública, podendo evoluir para níveis epidêmicos. Visto que, esses dados só nos mostram uma progressão de indivíduos com histórico de dor lombar. Já é perceptível um aumento no número de afastamentos e de pagamento de auxílio doença, correspondendo a terceira causa de aposentadoria por invalidez (FERREIRA,2010)

Diante da problemática apresentada o objetivo desse estudo foi avaliar as contribuições fisioterapêuticas na lombalgia crônica.

METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão integrativa. Utilizou-se como fundamento para a pesquisa identificar, analisar e sintetizar as evidências disponíveis da literatura sobre as contribuições da fisioterapia na lombalgia crônica. Utilizou-se a questão de pesquisa: Quais as contribuições da fisioterapia na lombalgia crônica?

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.

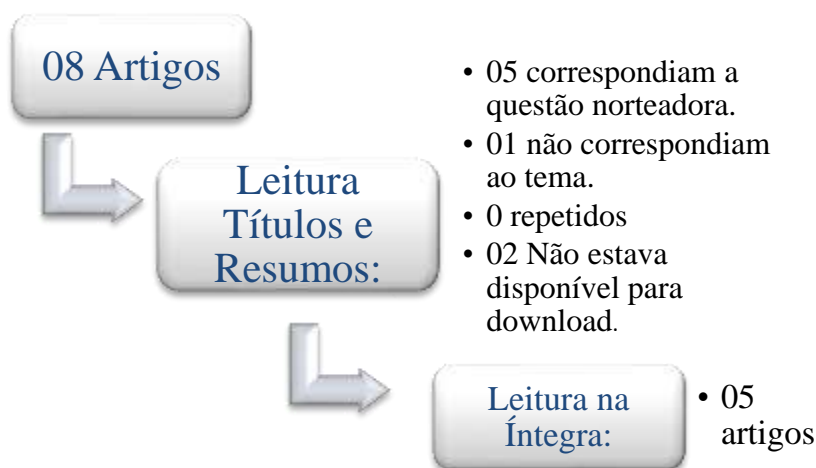
Acrônimo	Definição	Descrição
P	Paciente	Pacientes com lombocialtagia crônica.
I	Intervenções	Fisioterapia como método terapêutico na lombalgia crônica.
C	Comparação ou controle	Pacientes com lombalgia crônica que utilizaram a fisioterapia.
O	Resultado/ Desfecho	Melhora na qualidade de vida.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para fundamentar este estudo buscou-se identificar, analisar e sintetizar as evidências na literatura sobre a eficácia da intervenção fisioterapêutica na lombalgia crônica. A questão utilizada na pesquisa foi: Quais as contribuições fisioterapêuticas na lombalgia crônica?

Para responder à questão norteadora é preciso garantir abrangência, obtendo-se publicações referentes à questão de pesquisa. Para isso, foi realizada busca em bases eletrônicas. Foram selecionados, por meio de busca eletrônica, no dia 20 de setembro de 2016, artigos na base de dados LILACS. Para a busca foram utilizados os seguintes descritores: (1) Fisioterapia, (2) lombalgia crônica na base de pesquisa. O critério de inclusão foi: (1) Lombalgia crônica. Foram encontrados 08 artigos, dos quais, após leitura dos títulos e resumos foram excluídos 02 por não estar disponível para download e 1 por não corresponder a problemática.

Figura 1- Processo de seleção nas bases de dados.



Na **Tabela 1** podemos identificar as intervenções utilizadas nos ensaios clínicos, o desfecho esperado e a conclusão do estudo.

Tabela 1 – característica do artigo selecionado para a revisão

ORDEM	TÍTULO DO ARTIGO	AUTOR	TIPO DE ESTUDO	LOCAL
01	Subclassificação da lombalgia crônica e nível de incapacidade: efeito no desempenho funcional e força muscular.	Bertor et al.	Estudo observacional transversal	Paraíba (2013)
02	Métodos terapêuticos alternativos para o manejo da incapacidade da dor lombar crônica	Nascimento et al.	Revisão Integrativa de Literatura	Minas Gerais (2015)
03	Avaliação da qualidade de vida com o Instrumento sf-36 em lombalgia crônica.	Adorno et al.	Pesquisa Quantitativa Experimental	Brasília (2013)
04	Lombalgia crônica: comparação entre duas intervenções na força inspiratória e capacidade funcional.	Tomé et al.	Série de Casos	Curitiba (2012)
05	Efeito de um programa cinesioterapêutico de grupo, aliado à escola de postura, na lombalgia crônica.	Korelo et al.	Estudo Clínico Transversal	Curitiba (2013)

Casos de lombalgia são comuns em grande parte da população, isso devido a diversos fatores que contribuem para o aparecimento dessas dores. A dor crônica tem seu tempo mínimo de duração de três meses.

A Fisioterapia possui um leque de técnicas disponíveis para minimizar a sintomatologia apresentada. Técnicas de analgesia, reeducação postural, pompage, inibição muscular, pilates, entre outros.

CONCLUSÃO

Nesse estudo observou-se que as técnicas fisioterápicas diminuíram a dor após as intervenções. Conclui-se que, a partir dos estudos que as técnicas fisioterápicas utilizadas foram eficazes para tratar a lombalgia crônica apresentadas pelos pacientes, pois diminuíram a dor e melhoraram a qualidade de vida dos indivíduos.

REFERÊNCIAS

BANKOFF, A. D. P. **Obesidade, magreza e estética - Qual o modelo de corpo ideal.** In: CONGRESSO LATINO-AMERICANO DA FIEP, 2. 2002, Piracicaba.

BERTOR W. R. R. et al. Subclassificação da lombalgia crônica e nível de incapacidade: efeito no desempenho funcional e força muscular. **ConScientiae Saúde**, 2013. v.12. n. 4. p. 563-571, Paraíba.

KISNER, C.; COLBY, L. A. **Exercícios terapêuticos. Fundamentos e técnicas.** 5.ed. São Paulo: Manole, 2009.

GUIMARÃES, L.M, et al. **Avaliação da qualidade de vida com o instrumento sf-36 em lombalgia crônica.** Universidade de Brasília. Brasília, DF, Brasil. Acta Ortop Bras. 2013;21(4):202-7.

KENDALL F. P.; McCreary EK, Provance PG, Rodgers MM, Romani WA. **Músculos: Provas e funções**. 5ª Edição. São Paulo: Editora Manole, 2007.

KORELO R. I. G, **Efeito de um programa cinesioterapêutico de grupo, aliado à escola de postura, na lombalgia crônica**. **Fisioter Mov.** 2013 abr/jun; v. 26, n. 2, p.389-94, Curitiba.

NASCIMENTO J. M. **Métodos terapêuticos alternativos para o manejo da incapacidade da dor lombar crônica**. **Rev Min Enferm.** 2015 jan/mar; v. 19, n., p. 195-203, Minas Gerais.

TOMÈ, Flávia; et al. **Lombalgia crônica: comparação entre duas intervenções na força inspiratória e capacidade funcional**. **Fisioter. Mov.**, Curitiba, v. 25, n. 2, p. 263-272, abr./jun. 2012.