

**ANÁLISE DA EFICÁCIA DO TRATAMENTO CONSERVADOR DA FISIOTERAPIA EM PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO LOMBAR: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF CONSERVATIVE TREATMENT WITH PHYSIOTHERAPY IN PATIENTS WITH LUMBAR DISC HERNIATION: A LITERATURE REVIEW

**Jeffeson Hildo Medeiros de Queiroz**

Faculdade do Vale Jaguaribe (FVJ)

**Esp. Rose Lídice Holanda**

Universidade de Fortaleza (UNIFOR)

**Dr. Denilson de Queiroz Cerdeira**

Faculdade do Vale Jaguaribe (FVJ)

**RESUMO**

A hérnia de disco lombar, um deslocamento dos componentes do disco intervertebral, é um dos distúrbios degenerativos espinhais mais comuns e a principal causa de lombalgia e ciatalgia. O objetivo deste estudo é evidenciar a eficácia do tratamento conservador da Fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar não submetidos à cirurgia para o embasamento dos profissionais da área. Foi realizada uma revisão sistemática da literatura nas bases de dados PEDro, PubMed e SCIELO acerca do tratamento conservador da Fisioterapia na hérnia de disco lombar. Este estudo incluiu artigos datados entre 2007 a 2018. Técnicas como tração extensão lombar, pilates, exercícios de estabilização, eletroterapia, entre outras reduziram os danos desta patologia. Neste estudo foi evidenciada a eficácia do tratamento conservador da Fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar não submetidos à cirurgia. No entanto, se faz necessário mais estudos experimentais com amostras maiores e melhores desenhos metodológicos para acentuar a eficácia do tratamento conservador da Fisioterapia em pacientes com hérnias de disco lombar.

**Descritores:** Deslocamento do disco intervertebral. Tratamento conservador. Fisioterapia. Manipulações musculoesqueléticas.

**ABSTRACT**

Lumbar disc herniation, a displacement of the intervertebral disc components, is one of the most common degenerative spinal disorders and it is the main cause of low back pain and sciatica. This study aims at demonstrating the effectiveness of conservative treatment with physiotherapy in patients with lumbar disc herniation not submitted to surgery, for the knowledge of professionals in the area. A systematic literature review was carried out in the databases PEDro, PubMed and SCIELO about conservative treatment with physiotherapy for lumbar disc herniation. This study included articles dated from 2007 to 2018. Techniques such as lumbar extension traction, pilates, stabilization exercises, electrotherapy, among others reduced the damages of this pathology. In this study it was evidenced the effectiveness of conservative treatment with physiotherapy in patients with lumbar disc herniation who were not submitted to surgery. However, it is necessary more experimental studies with larger samples and better methodological designs to emphasize the efficacy of conservative treatment with physiotherapy in patients with lumbar disc herniations.

**Keywords:** Intervertebral disc displacement. Conservative treatment. Physiotherapy. Musculoskeletal manipulations.

## 1 INTRODUÇÃO

O disco intervertebral é uma estrutura situada entre as vértebras da coluna. Além de diminuir o impacto e acentuar a concavidade da vértebra, sua função é prover flexibilidade e transmissão de cargas. É composto pelo o anel ou ânulo fibroso, núcleo pulposo e placa terminal cartilaginosa. É considerado a maior estrutura avascular do corpo e compõe um terço do comprimento total da coluna vertebral. Este importante componente anatômico pode sofrer sérios danos degenerativos (ALINI *et al.*, 2012).

Segundo Liu *et al.* (2017), a Hérnia de Disco Lombar, um deslocamento dos componentes do disco intervertebral, é um dos distúrbios degenerativos espinhais mais comuns e a principal causa de lombalgia e cialgia. Este último ocorre pela compressão dos elementos neurais pelos componentes do disco (BOSSADI *et al.*, 2014). Além desses sintomas, é comum observar fraqueza muscular e dormência nos membros inferiores (DEMIREL; ERGUN; YORUBULUT, 2017).

Desde quando foi identificada por Mixter e Barr em 1934, a hérnia de disco está entre 15% dos casos de lombalgia específica (BONSELL, 2012). Atualmente, sua incidência aumentou e está afetando populações mais jovens (LIU *et al.*, 2017). Ratificando essa análise, dados atuais evidenciam que pessoas com apenas 20 anos de idade estão sendo diagnosticadas com hérnia discal lombar (HEO; LEE; SEO, 2018).

A coluna lombar é a região mais acometida pela herniação do disco intervertebral que, por sua vez, pode originar a lombalgia, sendo essa sua queixa principal seguida de cialgia (ALTUN; YUKSEL, 2017). Diante disto, várias intervenções têm sido relatadas com intuito de reduzir os impactos desta patologia na vida dos pacientes. Porém, ainda é desconhecida uma intervenção de eficácia específica para essa população. (HARRINSON; OAKLEY, 2017)

Portanto, pacientes com hérnia de disco padecem em sua qualidade de vida, afastam-se de suas atividades e aumentam os custos aos cofres públicos. Além disso, muitos pacientes não conseguem submeter-se à cirurgia. Desse modo, torna-se importante evidenciar a eficácia do tratamento conservador.

Como intervenção, é descrito na literatura o tratamento cirúrgico e conservador envolvendo fármacos, fisioterapia, atividade física, medicina tradicional chinesa, entre outros. Porém, há controvérsias sobre o melhor tratamento (LIU *et al.*, 2017). Além disso, é sabido que ocorre uma regressão espontânea da hérnia discal e os sintomas regredem com o descanso e tratamento médico (ALTUN; YUKSEL, 2017).

O tratamento medicamentoso pode ser feito com narcóticos e não-narcóticos, relaxantes musculares e injeções de esteroides (DAVID *et al.*, 2014). No entanto, há poucas evidências sobre o tratamento farmacológico (JORDAN; KONSTATINOU; O'DOWD, 2010).

Considerando o tratamento cirúrgico e conservador, estudos afirmam não haver diferença significativa nas amostras analisadas (ALTUN; YUKSEL K, 2017; LIU *et al.*, 2017) e a cirurgia deve ser realizada após a intervenção conservadora e em casos mais graves. Além disso, 6% dos pacientes precisam ser submetidos novamente à cirurgia, e entre 15 a 25% ainda sentem dor lombar (CAHILL, 2014).

Outra alternativa de tratamento é a Fisioterapia, que atuando de forma conservadora, aumenta a reabsorção da hérnia (LIU *et al.*, 2017; DEMIREL; ERGUN; YORUBULUT, 2017) e tem como objetivo a diminuição do quadro algico, melhora da função e da mobilidade. Entre as técnicas usadas estão a acupuntura, terapia manual e exercício cardiovascular (BONSELL *et al.*, 2015). Outros estudos apontam Pilates, estabilização segmentar, tração, terapia não invasiva de descompressão medular (ETSN) e eletroterapia como intervenções eficazes no tratamento desta patologia (DEMIREL; ERGUN; YORUBULUT, 2017).

Harrinson e Oakley (2017) relataram que os terapeutas que atuam de forma conservadora precisam conhecer mais sobre a terapia. Nesse contexto, defende-se que os profissionais de Fisioterapia podem desempenhar papel relevante no acompanhamento de pessoas com hérnia de disco lombar, sobretudo, ao compor equipes multiprofissionais de saúde que atuam no tratamento da sintomatologia provocada pela hérnia de disco lombar, por acumular conhecimento técnico-científico que os permitem intervir desde a avaliação até as ações de prevenção e reabilitação.

Com base nessas considerações, elegeram-se como objeto deste estudo a análise da eficácia do tratamento conservador da fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar. Assim, busca-se responder, com base na produção científica publicada em periódicos indexados, a seguinte pergunta norteadora da investigação: Quais as ações desenvolvidas pelo fisioterapeuta, individualmente ou em equipe multiprofissional, no tratamento conservador da hérnia discal lombar?

A eleição do objeto de estudo apresentado decorre da identificação de uma lacuna na produção científica brasileira no concernente a atuação do fisioterapeuta no tratamento conservador da hérnia discal lombar. Esta foi evidenciada mediante uma rápida busca em bases de dados como *SCIELO-BR*, *LILACS* e

*MEDLINE*, onde são raras as publicações na área, sendo a sua maioria com data de publicação superior a dez anos.

Dessa forma, o estudo mostra-se relevante pelo potencial de contribuir para a reflexão e aprimoramento teórico, técnico e prático do profissional de Fisioterapia que atua no acompanhamento terapêutico de pessoas com o diagnóstico clínico de hérnia discal lombar. Além disso, por se tratar de um estudo bibliográfico, contribuirá com a sistematização da produção científica, bem como poderá gerar novos conhecimentos, permitindo a redução da lacuna evidenciada no que se refere à divulgação científica nessa área.

Diante de todo este contexto evidenciado, o presente estudo objetiva evidenciar a eficácia do tratamento conservador da Fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar não submetidos à cirurgia para o embasamento dos profissionais da área.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Tratou-se de uma pesquisa do tipo revisão bibliográfica, com abordagem qualitativa. A pesquisa constitui um procedimento racional e sistemático cujo objetivo é viabilizar a solução dos problemas que são desenvolvidos por pesquisadores, com o intuito de contribuir para o crescimento social, cultural e científico da sociedade.

A coleta de dados se deu no mês de julho/2018. Contudo, o período considerado para esta pesquisa compreendeu um lapso temporal de onze anos, em virtude do pouco número de publicações nos últimos cinco anos. Assim, foram considerados estudos publicados desde 2007 até 2018.

O material empírico selecionado corresponde a artigos publicados em periódicos indexados, disponíveis, inicialmente, nas seguintes bases de dados: *Scientific Electronic Library Online – Brasil - SCIELO – BR; Physiotherapy evidence database – PEDro e PubMed*.

Para operacionalizar a busca dos artigos, adotaram-se os seguintes descritores acompanhados do marcador booleano: deslocamento do disco intervertebral lombar *and* Tratamento Conservador, Deslocamento do disco intervertebral lombar *and* Fisioterapia e deslocamento do disco intervertebral lombar *and* Manipulações Musculoesqueléticas. Tal estratégia permitiu resgatar estudos sobre o tema proposto nesta investigação, qual seja a análise da eficácia do tratamento conservador da Fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar.

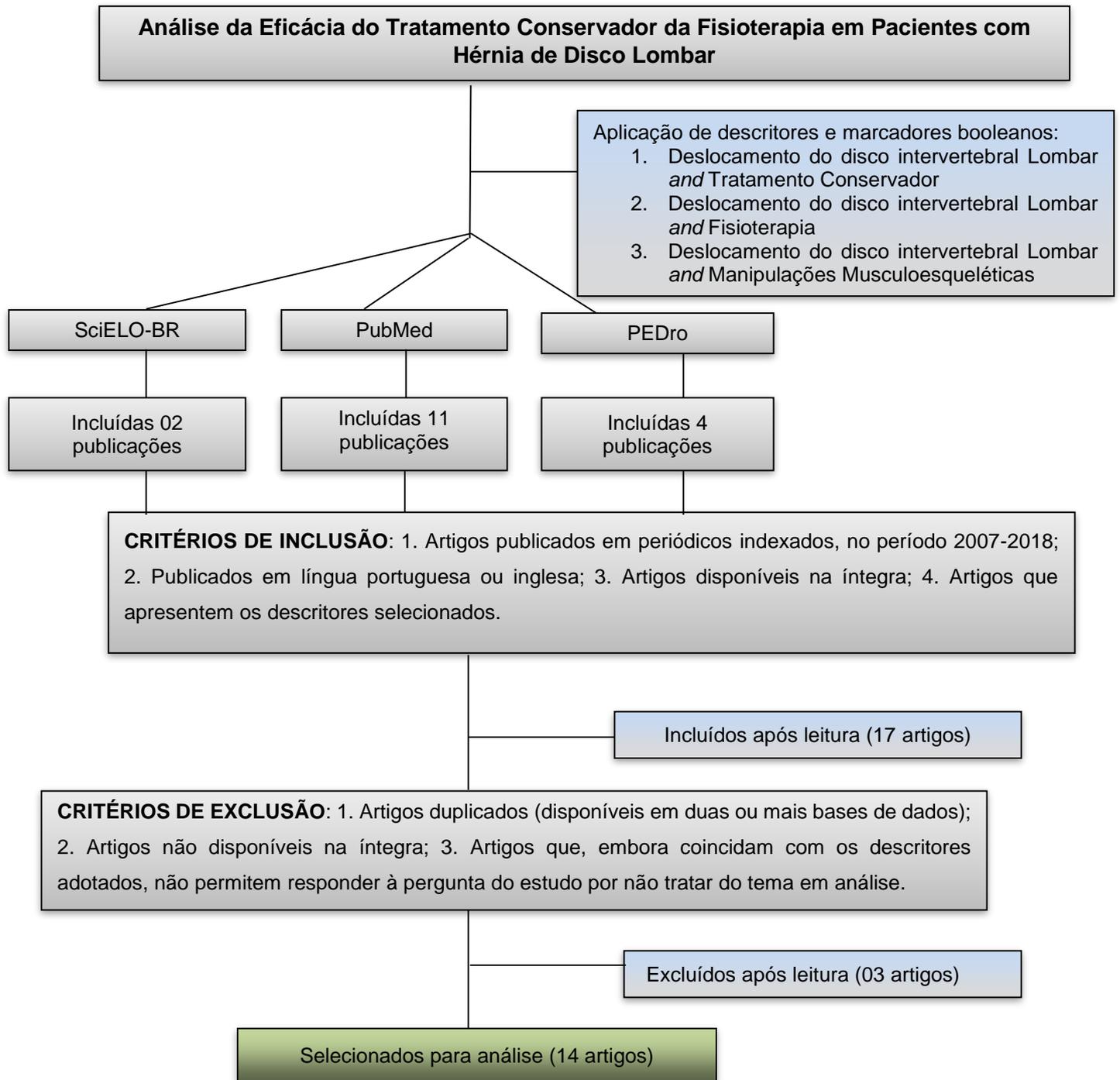
Foram incluídos todos os artigos publicados em periódicos indexados no período 2007-2018, em língua portuguesa ou inglesa, disponíveis na íntegra, e as publicações que apresentavam os descritores selecionados, sendo excluídos artigos duplicados (disponíveis em duas ou mais bases de dados) e artigos que, embora coincidissem com os descritores adotados, não permitiram responder à pergunta do estudo por não tratar do tema em análise.

Contudo, após o levantamento do material, foram aplicados critérios de inclusão e exclusão das publicações que constituiriam o substrato de análise em nossa pesquisa, conforme demonstrado de modo sintético na figura 1.

O material bibliográfico selecionado para compor o substrato analítico do nosso estudo foi submetido ao processamento, análise e discussão dos resultados com base na técnica de conteúdo, modalidade temática, conforme proposto por Bardin (2011), cujos passos são os seguintes:

- **Ordenação das informações:** primeiro contato com o material de análise, no qual se faz a leitura flutuante e organização do conjunto de dados coletado;
- **Classificação dos dados:** momento em que se processa a leitura exaustiva/analítica, procede-se a identificação das categorias empíricas na busca de responder às questões e/ou objetivos da pesquisa;
- **Análise final:** consiste no movimento, a partir da profunda inflexão sobre o material empírico, na perspectiva de aprofundar a análise, articulando os achados com a literatura específica da área do estudo.

**Figura 1** – Esquema sintético do levantamento bibliográfico sobre a análise da eficácia do tratamento conservador da Fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar, nas bases de dados Scielo-BR, PEDro e PubMed. Palhano (Ceará, 2018)



Fonte: dados da pesquisa.

### 3 RESULTADOS

Logo após o processamento do material empírico coletado, procedeu-se a análise crítica dos artigos, a qual foi antecedida por uma leitura exhaustiva do seu conteúdo, sendo possível identificar os núcleos de sentidos e estruturar as categorias temáticas apresentadas a seguir.

#### 3.1 CARACTERIZAÇÃO DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA SOBRE A ANÁLISE DA EFICÁCIA DO TRATAMENTO CONSERVADOR DA FISIOTERAPIA EM PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO LOMBAR

No processo de levantamento bibliográfico em relação à temática adotada nesse estudo, foi possível identificar uma quantidade relativamente pequena de publicações. Vale ressaltar que a busca nas bases

SCIELO, PEDro e PubMed permitiu identificar 14 produções científicas e/ou técnicas, dentre as quais se destacam revisões sistemáticas, ensaios clínicos, estudo de caso, guidelines, estudos de tipologia transversal, longitudinal e retrospectivo.

**Tabela 1** – Distribuição dos achados mediante à utilização dos fluxos nas bases de dados escolhidas sobre a análise da eficácia do tratamento conservador da Fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar, nas bases de dados Scielo-BR, PEDro e PubMed. Palhano (Ceará, 2018)

Revisões Sistemáticas	4
Ensaio Clínico	1
Estudo de Caso	1
Guidelines	1
Estudo Transversal	2
Estudo Longitudinal	2
Estudo Retrospectivo	3

**Fonte:** dados da pesquisa.

Constata-se que os objetos de estudo são diversificados, relacionado a aspectos como avaliação da qualidade de vida, efeitos de técnicas terapêuticas aplicadas, regressão da hérnia lombar, analgesia da dor lombar e funcionalidade dos pacientes. No relacionado ao delineamento do estudo, pode-se verificar que a maioria dos estudos selecionados, somando 14 pesquisas, correspondem a estudos observacionais, nos quais 43% representam pesquisas experimentais e 57% estudos observacionais.

A maioria da produção científica considera pacientes que foram ou serão submetidos à cirurgia e relatam a fisioterapia como parte do processo de reabilitação e/ou preparação pré-cirúrgica para essa população. Além disso, observou-se a escassez de pesquisas que buscam evidenciar a atuação do profissional fisioterapeuta no manejo da hérnia de disco lombar.

Em relação à autoria dos estudos, apenas 4 foram desenvolvidos com profissionais fisioterapeutas envolvidos na pesquisa. Com isso, é evidenciado a ausência desses profissionais no desenvolvimento da produção científica nesse desfecho, mostrando pouco interesse no investimento e desenvolvimento de pesquisa nessa área.

Isto pode decorrer do fato de que a Hérnia Discal Lombar é considerada uma doença negligenciada, apesar do enorme impacto que causa na saúde pública. Além disso, essa patologia exacerba um sentimento de invalidez e culpa entre os pacientes e aumenta os gastos aos cofres públicos em todas as esferas governamentais.

Por outro lado, tal situação implica na qualidade do atendimento aos portadores de Hérnia Discal Lombar, em virtude da não produção e/ou divulgação de novos conhecimentos, técnicas e procedimentos voltados ao tratamento da doença.

Contudo, em 12 publicações houve a participação de outros profissionais, como terapeuta ocupacional, neurocirurgião, quiroprata, médico ortopedista e radiologista. Somente dois artigos contaram com a participação de profissionais vinculados aos serviços de saúde, demonstrando que as atividades de pesquisa ainda estão muito restritas ao âmbito acadêmico, havendo dificuldade de produção do conhecimento nos próprios cenários de práticas de saúde por aqueles que as executam.

Após a leitura criteriosa das publicações encontradas, aplicando-se os critérios de inclusão e exclusão, foi delimitado o total de estudos a serem incorporadas nesta revisão, perfazendo um quantitativo de 14 artigos. Verificou-se que os artigos foram publicados nos periódicos: *Journal of Anatomy, Korean J Pain, Institute for Clinical Systems Improvement, Coluna, Clinical Orthopaedics and Related Research, Ann Fam Med, J Neurosurg Spine, Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation, J Physical Therapy Scienc, Medicine, Pain Physician, Clinical Evidence, Neurospine e BioScience Trends.*

A análise dos estudos permitiu observar que a maioria dos periódicos pelos quais foram publicados são classificados em B2 e B3 na área de saúde coletiva, o que representa uma ausência dessa temática em revistas com classificações mais alta.

Quanto à instituição e/ou região dos autores, identificou-se que a maioria das pesquisas analisadas são realizadas no exterior. Há, portanto, ausência de produção científica sobre atuação da fisioterapia no tratamento da hérnia de disco lombar procedente do Brasil, demonstrando pouco envolvimento dos clínicos e pesquisadores brasileiros quanto ao esclarecimento do manejo desta patologia.

No referente ao ano de publicação, verificara-se que houve um aumento na produção científica, pois foi encontrado um artigo em 2010 e dois artigos em 2012. No entanto, houve uma redução de pesquisas no

ano seguinte, sendo encontrado apenas um artigo. Em 2014 houve um retorno da produção científica neste desfecho sendo encontrados dois artigos. Dois estudos foram encontrados em 2015. O ano de maior presença de estudos foi 2017, com cinco pesquisas analisadas. Em 2018, apenas uma pesquisa foi encontrada. Assim, observa-se uma inconstância na produção científica no tocante à hérnia discal lombar. Além disso, em 2011 e em 2016 não foram encontrados estudos evidenciando essa temática.

No que diz respeito ao cenário e aos sujeitos do estudo, exceto a revisão bibliográfica, a maioria das investigações foram realizadas com pacientes em universidades, departamentos e laboratórios onde atuavam profissionais de fisioterapia e outros profissionais da saúde.

A maior frequência de estudos observacionais é um achado relevante nesta investigação. Assim, observa-se uma lacuna no tocante a pesquisas experimentais, o que dificulta analisar a eficácia de uma intervenção em uma determinada população. Nesse sentido, defendem que as pesquisas experimentais, também denominadas ensaios clínicos, são adequados para os casos em que há intervenção. Caracterizam-se pela necessidade de se analisar dois grupos: o de estudo e o grupo controle. O pesquisador assume a responsabilidade pela exposição dos indivíduos, isto é, ele seleciona a melhor intervenção, que pode ser uma medida preventiva, uma técnica terapêutica, entre outras.

Segundo Darlow *et al.* (2013), os pacientes com sintomatologia de dor lombar tendem a apresentar crenças que podem gerar um bloqueio diante da necessidade de exercícios terapêuticos, atividade física e outras formas de tratamento. Portanto, nesse contexto, entende-se que há a necessidade do profissional fisioterapeuta de conscientizar o paciente acerca da terapêutica adotada.

### 3.2 ANATOMOFISIOLOGIA E SINTOMATOLOGIA DA HÉRNIA DE DISCO LOMBAR

O disco intervertebral lombar é um componente anatômico que atua na mobilização e na redução de impactos na coluna. É composto por uma placa terminal cartilaginosa, ânulo fibroso e núcleo pulposo (ALINI *et al.*, 2012). Essa estrutura, uma vez lesionada, pode resultar numa sintomatologia comum com quadros de lombalgia, cialgia, redução de força muscular, parestesia e redução da amplitude de movimento (ADM) (LIU *et al.*, 2017). Além disso, sentimentos de invalidez e culpa podem, também, estar associados (DARLOW *et al.*, 2013). Esses sintomas são relatados na hérnia de disco lombar.

**Tabela 2** – Representação dos artigos estudados na categoria: Anatomofisiologia do disco intervertebral e sintomatologia da hérnia discal lombar (Palhano-CE, 2018)

Ano	Autor	Título do Artigo	Objetivo	Metodologia	Resultados
2012	Alini <i>et al.</i>	Diversity of intervertebral disc cells: phenotype and function	Analisar a citologia do disco intervertebral de humanos.	Revisão sistemática	O disco é composto por núcleo pulposo, (NP), o elástico circundante e anel fibroso (AF) e a placa terminal cartilaginosa (CEP). Esses tecidos tem uma função diferente e consiste em uma estrutura de matriz específica que é mantida por uma população de células com fenótipo distinto.
2013	Darlow <i>et al.</i>	The Enduring Impact of What Clinicians Say to People with Low Back Pain	Explorar a formação e o impacto de atitudes e crenças entre pessoas com dor lombar aguda e subaguda.	Estudo longitudinal	As crenças subjacentes dos participantes sobre dor lombar foram influenciadas por uma variedade de fontes. O profissional pode contribuir com o aumento ou redução das crenças em pessoas com dor lombar.
2014	Bossadi <i>et al.</i>	Preoperative motor deficit in lumbar disc herniation and its influence on quality of life.	Avaliar o impacto do déficit motor (DM) nas medidas de dor, incapacidade, depressão e qualidade de vida de pacientes com DHL antes de um tratamento específico	Estudo longitudinal	Verificou-se força motora normal em 57 (33,9%) pacientes e o déficit motor (DM) foi observado em 111 (66,1%) casos. Com relação à qualidade de vida, não foi detectada diferença nos oito domínios do SF-36 entre os grupos. A única diferença observada foi taxa de deficiência superior no grupo DM.
2017	Liu <i>et al.</i>	Lumbar herniated disc: spontaneous regression	Avaliar e apresentar os resultados terapêuticos em pacientes com hérnia discal lombar (HDL) tratados por abordagem conservadora, consistindo em repouso e terapia medicamentosa.	Estudo retrospectivo	Todos os pacientes relataram que se beneficiaram de tratamento médico e repouso no leito, e melhora radiológica foi observada simultaneamente em exames de ressonância magnética. A duração média até a recuperação sintomática e / ou regressão dos sintomas de LDH foi de 13,6 ± 5,4 meses.

2017	Liu <i>et al.</i>	A narrative review of non-operative treatment, especially traditional Chinese medicine therapy, for lumbar intervertebral disc herniation	Analisar o conhecimento atualizado sobre a eficácia e segurança de vários métodos conservadores, com especial atenção para a terapia tradicional chinesa, incluindo acupuntura, autonomia, massagem chinesa e fitoterápicos chineses, para tratamento da hérnia de disco intervertebral lombar	Revisão sistemática	O tratamento não operatório ou tratamento conservador provou ser eficaz no alívio dos sintomas da LIDH e é considerado uma escolha de primeira linha para a maioria dos casos.
2017	Demirel; Ergun; Yorubulut.	Regression of lumbar disc herniation by physiotherapy. Does non-surgical spinal decompression therapy make difference? Double-blind randomized controlled trial	O objetivo do estudo foi determinar se a terapia não invasiva de descompressão medular (ETSN) foi eficaz na reabsorção da dermatita, aumentando a distância em pacientes com lombalgia	Ensaio clínico	Ambos os tratamentos tiveram efeito positivo na melhora da dor, restauração funcional e redução da espessura da hérnia. Embora a redução de hérnias seja maior no grupo SGtCG, não foram encontradas diferenças significativas entre os grupos e alguma superioridade entre si ( $p > 0,05$ ).

**Fonte:** dados da pesquisa.

Essa sintomatologia não está associada, impreterivelmente, a algum dano tissular. Dessa forma, uma lesão estrutural nos componentes anatômicos da coluna vertebral lombar não implica, necessariamente, no surgimento desses sintomas de forma geral. Além disso, o procedimento cirúrgico pode não promover os resultados esperados, sendo que 6% dos pacientes submetidos à cirurgia precisam novamente de uma técnica cirúrgica e entre 15 a 25% dessa população permanece com lombalgia (CAHILL *et al.*, 2015). Contudo, a grande variedade de modalidades cirúrgicas dificulta o entendimento de sua real aplicação.

### 3.3 AÇÕES E/OU MODALIDADES TERAPÊUTICAS APLICADAS PELO FISIOTERAPEUTA NO TRATAMENTO DE PESSOAS COM HÉRNIA DE DISCO LOMBAR NÃO TRATADAS CIRURGICAMENTE

Baseado nesta revisão bibliográfica, observou-se a atuação da Fisioterapia no tratamento conservador na hérnia de disco lombar, evidenciando a eficácia dessa intervenção (LIU *et al.*, 2017; DEMIREL; ERGUN; YORUBULUT, 2017). No entanto, vale ressaltar que mais estudos randomizados devem ser realizados com intuito de aplicar programas de tratamento mais precisos.

Dos estudos analisados, foram observadas poucas pesquisas que enfatizam a intervenção fisioterapêutica como proposta de tratamento conservador na hérnia discal lombar. No montante dessa pesquisa, foi verificado que pilates, eletroterapia, acupuntura, tração extensão lombar, terapia não invasiva de descompressão medular (ETSN), estabilização segmentar lombar, terapia manual e manter-se fisicamente ativo são eficazes no tratamento desta patologia. No entanto, essas técnicas quando mal direcionadas pelo profissional, podem exacerbar a hérnia. Contudo, o tratamento conservador é uma opção de tratamento com menor custos e com resultados satisfatórios.

**Tabela 3** – Representação dos artigos estudados na categoria: ações e/ou modalidades aplicadas pelo Fisioterapeuta no tratamento de pessoas com hérnia discal lombar (Palhano-CE, 2018)

Ano	Autor	Título Do Artigo	Metodologia
2017	Demirel, Ergun; Yorubulut.	Regression of lumbar disc herniation by physiotherapy. Does non-surgical spinal decompression therapy make difference? Double-blind randomized controlled trial	Ensaio clínico
2017	Liu <i>et al.</i>	A narrative review of non-operative treatment, especially traditional Chinese medicine therapy, for lumbar intervertebral disc herniation	Revisão sistemática
2017	Harrison; Oakley.	Lumbar extension traction alleviates symptoms and facilitates healing of disc herniation/ sequestration in 6-weeks, following failed treatment from three previous chiropractors: a CBP® case report with an 8 year follow-up	Estudo de caso
2017	Altun; Yüksel.	Lumbar herniated disc: spontaneous regression	Estudo retrospectivo
2017	Huang <i>et al.</i>	Characteristics of lumbar disc herniation with exacerbation of presentation due to spinal manipulative therapy.	Estudo experimental
2017	Jiang <i>et al.</i>	Incidence of Spontaneous Resorption of Lumbar Disc Herniation: A Meta-Analysis	Revisão sistemática com metanálise

**Fonte:** dados da pesquisa.

## 4 DISCUSSÃO

O primeiro estudo observado, uma revisão sistemática da literatura realizada em artigos desde 1980 a 2017, relatou a acupuntura como forma de tratamento da hérnia de disco lombar, uma técnica milenar chinesa que visa reequilibrar a energia do corpo por estimulação de pontos específicos (LIU *et al.*, 2017).

Esta pesquisa evidenciou a estimulação de pontos de acupuntura para o aumento da circulação sanguínea e liberação de substâncias analgésicas como endorfina<sup>1</sup> e o aminoácido GABA<sup>2</sup>, além de promover um relaxamento muscular e articular (LIU *et al.*, 2017). Porém, este artigo demonstrou que ainda não há evidências fortes que assegurem o uso da acupuntura para o seu desfecho.

Um outro estudo analisado se tratava de um ensaio clínico controlado randomizado duplo cego com 20 pacientes aleatorizados em grupo controle (GC) e grupo de estudo (GE) pelo método envelope selado. Cada grupo continha 10 pacientes com hérnias discais entre L4-L5 e L5-S1, sofrendo com dor há, no mínimo, 8 semanas (DEMIREL; ERGUN; YORUBULUT, 2017).

Ainda acerca do estudo supracitado, ambos os grupos receberam combinação de eletroterapia, fricção profunda e exercício de estabilização por quinze sessões. No entanto, somente no grupo de estudo (SG) foi aplicada a técnica de terapia não invasiva de descompressão medular (ETSN), diferente do grupo controle (CG), com intuito de evidenciar a eficácia desta intervenção no tratamento da hérnia de disco lombar. Após o tratamento foi observada uma maior redução da espessura da hérnia em comparação ao grupo controle (DEMIREL; ERGUN; YORUBULUT, 2017). Porém, em seus resultados, este estudo enfatiza que não houve diferença estaticamente significativa entre os grupos estudados.

Ademais aos dados já expostos, este estudo utilizou-se de aplicações de forma consecutiva com todas as técnicas. Assim, não evidenciam a eficácia isolada de cada intervenção (DEMIREL; ERGUN; YORUBULUT, 2017).

Um estudo de caso com um paciente de 56 anos com hérnia discal tipo sequestro entre L4-L5 usou procedimentos quiropráticos para o tratamento. Foi avaliado no paciente dor ciática e redução da amplitude de movimento lombar, apesar de estar sob cuidados contínuos de três quiropratas anteriores (HARRINSON; OAKLEY, 2017).

Foram utilizados 26 tratamentos de tração e extensão lombar durante 9 semanas. Na avaliação pós-tratamento, foi evidenciada redução da hérnia, diminuição da dor ciática e aumento da amplitude de movimento lombar. Durante o acompanhamento de 8 anos não foi observado nenhuma recidiva e o paciente manteve-se em boa saúde e em atividades normais. Este estudo concluiu que as técnicas tradicionais de quiropraxia não foram eficazes no tratamento da hérnia de disco tipo sequestro (HARRINSON; OAKLEY, 2017).

No entanto, por este estudo observar uma pequena amostra, seus resultados não podem ser expandidos para todos os pacientes, sendo necessárias mais investigações com este desfecho. Observa-se, assim, um índice crescente em novas técnicas no manejo da hérnia de disco lombar. Contudo, é necessário embasamento do profissional, pois estudos mostram, por exames de imagem, que tratamentos inadequados podem exacerbar a hérnia de disco lombar (HUANG, 2015).

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao delimitar a atuação da fisioterapia em pacientes com hérnia de disco lombar não submetidos à cirurgia como objeto de estudo, foi possível identificá-la como doença traumato-ortopédica debilitante que, atualmente, tem atingindo a população ativa e, além disso, em boa parte, os mais jovens. Esta patologia, bem como suas consequências, tem sido negligenciada pela maioria dos profissionais de saúde e pesquisadores

A lombalgia, principal sintoma da hérnia discal lombar, é um dos principais motivos de procura aos serviços de saúde nos países vizinhos e todo seu quadro sintomático representa uma boa parte do afastamento das atividades laborais e atividades de lazer, além de gerar um impacto negativo na qualidade de vida dessa população. Assim, seu quadro clínico requer um tratamento em que haja intervenção fisioterapêutica, bem como no diagnóstico cinesiológico funcional.

Reconhecendo as possibilidades de tratamento, descreveram-se as modalidades de fisioterapia aplicadas aos indivíduos em tratamento da hérnia de disco lombar, com base na produção científica

<sup>1</sup> Qualquer peptídeo de um grupo de proteínas de grande poder analgésico que estão presentes em estado natural no cérebro; endorfina.

<sup>2</sup> É um aminoácido que ocorre no SNC em altas concentrações. Este processo converte o principal neurotransmissor excitatório (glutamato).

estrangeira. O levantamento bibliográfico permitiu perceber que há uma vasta produção acadêmica sobre a patologia no referente à sintomatologia, pacientes tratados cirurgicamente e suas complicações, além de dimensões clínicas. Contudo, quando no referente à atuação e participação na produção científica do fisioterapeuta nesse campo, visualizou-se uma lacuna representada por escassa divulgação em periódicos científicos de estudos nessa temática. Além disso, o maior volume de artigos se refere à estudos observacionais.

Apesar desta limitação, é possível considerar que a hérnia de disco lombar constitui um campo de intervenção do fisioterapeuta, sendo possível instrumentalizar sua prática profissional com conjunto de testes, avaliações diagnósticas e intervenções com as mais diversas formas e objetivos. Além disso, foi evidenciado a disponibilidade de diferentes recursos e técnicas terapêuticas que, aplicadas adequadamente, permitem tratar e reabilitar os pacientes em tratamento da hérnia discal lombar.

No entanto, reconhece-se que ainda se faz necessário investir no desenvolvimento de mais pesquisas experimentais e inovação que permita a construção de novas evidências científicas que forneçam a base da atuação do fisioterapeuta junto a esse grupo populacional com maior qualidade e resolutividade no tratamento. Contudo, acredita-se que este estudo conseguiu sistematizar o conhecimento já produzido na temática em questão, que pode subsidiar a atuação profissional, bem como o desenvolvimento de novos projetos de pesquisa sobre a atuação da Fisioterapia na hérnia de disco lombar.

Com efeito, recomenda-se a realização de pesquisas na área da fisioterapia que busquem evidenciar a eficácia da intervenção fisioterapêutica na contribuição significativa para a redução dos indicadores de afastamento laboral, resolução do quadro da doença em foco mediante sua atuação na promoção da saúde, prevenção de doenças e tratamento e reabilitação dos enfermos.

## REFERÊNCIAS

- ALINI, M. *et al.* Diversity of intervertebral disc cells: phenotype and function. **Journal of Anatomy**, n. 221, p. 480-496, 2014.
- ALTUN, I.; YÜKSEL, K. Lumbar herniated disc: spontaneous regression. **Korean J Pain**, v. 30, n. 1, p. 44-50, 2017.
- BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 2011.
- BONSELL, J. *et al.* Adult Acute and Subacute Low Back Pain. **Institute for Clinical Systems Improvement**, 2012.
- BOSSADI, J. B. *et al.* preoperative motor deficit in lumbar disc herniation and its influence on quality of life. **Coluna**, v. 13, n. 4. p. 282-286, 2014.
- CAHILL, K. *et al.* Incidence of Low Back Pain After Lumbar Discectomy for Herniated Disc and Its Effect on Patient-reported Outcomes. **Clin Orthop Relat Res**, v. 473, n. 6, 2015.
- DARLOW, B. *et al.* The Enduring Impact of What Clinicians Say to People with Low Back Pain. **Ann Fam Med**, v. 11, n. 6, 2013.
- DAVID, N. *et al.* Two-year comprehensive medical management of degenerative lumbar spine disease (lumbar spondylolisthesis, stenosis, or disc herniation): a value analysis of cost, pain, disability, and quality of life. **J Neurosurg Spine**, v. 21. p. 141-142, 2014.
- DEMIREL, A.; YORUBULUT, M.; ERGUN, N. Regression of lumbar disc herniation by physiotherapy. Does non-surgical spinal decompression therapy make difference? Double-blind randomized controlled trial. **Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation**, p. 1-8, 2017.
- HARRISON, D. E.; OAKLEY, P. A. Lumbar extension traction alleviates symptoms and facilitates healing of disc herniation/ sequestration in 6-weeks, following failed treatment from three previous chiropractors: a CBP® case report with an 8 year follow-up. **J. Phys. Ther. Sci**, v. 29, n. 11. p. 2051-2057, 2017.

HEO, Y. J.; LEE, S. M.; SEO, Y. N. The Characteristics and Incidence of Posterior Apophyseal Ring Fracture in Patients in Their Early Twenties with Herniated Lumbar Disc. **Neurospine**, v. 15, n. 2, p. 138-143, 2018.

HUANG, S. *et al.* Characteristics of lumbar disc herniation with exacerbation of presentation due to spinal manipulative therapy. **Medicine**, v. 94, n. 12, 2015.

JIANG, H. *et al.* Incidence of Spontaneous Resorption of Lumbar Disc Herniation: A Meta-Analysis. **Pain Physician**, n. 20. p. 45-52, 2017.

JORDAN, J.; KONSTANTINOU, K.; O'DOWD, J. Herniated lumbar disc. **Clinical Evidence**, 2011.

LIU, B. *et al.* A narrative review of non-operative treatment, especially traditional Chinese medicine therapy, for lumbar intervertebral disc herniation. **BioScience Trends**, v. 11, n. 4, p. 406-417, 2017.

## **SOBRE OS AUTORES**

### **Jeffeson Hildo Medeiros de Queiroz**

Graduando em Fisioterapia pela Faculdade do Vale Jaguaribe (FVJ).

Contato: jeffesonrcc@gmail.com

### **Rose Lídice Holanda**

Graduada em Fisioterapia (2008). Especialista em Processos Educacionais na Saúde (2014) pelo Hospital Sírio-Libanês (SIRIO-LIBANÊS). Mestranda em Saúde Coletiva pela Universidade de Fortaleza (UNIFOR).

Contato: rose.holanda@fvj.br

### **Denilson de Queiroz Cerdeira**

Graduado em Fisioterapia (2002). Especialista em Fisioterapia em Traumatologia e Ortopedia (2004) pela Faculdade Integrada do Ceará (FIC). Mestrado em Ciências da Educação (2010) pela Universidade Tecnológica Intercontinental, UTIC, Paraguai. Doutor em Biotecnologia (RENORBIO) (2017) pela Universidade Estadual do Ceará (UECE).

Contato: denilsonqueiroz@hotmail.com