

Título: A estabilização segmentar vertebral nas algias da coluna lombar

Autor(es) Patricia Gomes da Silva; Ana Caroline Bessa Araújo; Jordana Vasconcelos Ribeiro; Eriza de Oliveira Parente; Denise Maria Sá Machado Diniz*

E-mail para contato: dmsmdiniz@hotmail.com

IES: ESTÁCIO FIC / Ceará

Palavra(s) Chave(s): dor lombar; coluna vertebral; exercícios; estabilização vertebral

RESUMO

A coluna vertebral forma o esqueleto do dorso e a parte principal do esqueleto axial, compondo-se de 33 vértebras que se articulam, nas articulações intervertebrais anteriores e posteriores. A coluna é flexível, sendo sua estabilidade dependente principalmente de ligamentos e músculos, na qual esta estabilidade é proporcionada pela forma da coluna e suas partes constituintes. A estabilidade da coluna lombar tem uma grande importância no equilíbrio corporal. A dor lombar devida à instabilidade segmentar vertebral tem se revelado um problema de saúde pública mundial, essa instabilidade vertebral lombar tem sido considerada representando significativa de um subgrupo dentro da população com dores lombares, exercícios para a estabilização dos músculos do tronco tem se revelado alvo no tratamento de dores e complicações da coluna lombar. Objetivou-se analisar os efeitos da estabilização segmentar vertebral nas algias da coluna lombar através do fortalecimento dos músculos responsáveis pela estabilidade lombar. Este estudo é uma revisão bibliográfica de artigos encontrados nas bases de dados Pubmed, Lilacs, Scielo e Bireme que abordam a técnica de estabilização segmentar vertebral no tratamento de algias da coluna lombar. Inicialmente, foram pesquisados artigos entre 1999 e 2010 que discutem o tema estabilidade articular. Após essa etapa, tendo em vista que a bibliografia levantada discute as características da estabilidade lombar, mostrando as teorias da estabilização, os músculos responsáveis e suas funções, as referências não relacionadas as mesmas foram excluídas. Foram encontrados vinte e quatro artigos sobre os efeitos da estabilização segmentar vertebral nas algias somente da coluna lombar, na redução dos seus sintomas e reincidivas de crise, mostrando seus objetivos e princípios de realização. A revisão permitiu constatar a eficácia da estabilização segmentar nas lombalgias e, principalmente, na prevenção de sua recidiva, por atuar diretamente no controle motor, devolvendo a função protetora dos músculos profundos.