

Título: Tratamento fisioterápico em pacientes com hérnia de disco lombar: revisão bibliográfica

Autor(es) Helena Héliida Oliveira Castro; Ana Caroline Bessa Araújo; Jussarah Mendes de Paula; Jordana Vasconcelos Ribeiro; Denise Maria Sá Machado Diniz*

E-mail para contato: dmsmdiniz@hotmail.com

IES: ESTÁCIO FIC / Ceará

Palavra(s) Chave(s): coluna vertebral; hérnia discal; fisioterapia

RESUMO

A hérnia de disco é uma desordem músculo esquelética, frequentemente responsável pela lombociatalgia. A expressão hérnia de disco é usada como termo coletivo para descrever um processo em que ocorre ruptura do anel fibroso, com subsequente deslocamento da massa central do disco nos espaços intervertebrais, comuns ao aspecto dorsal ou dorso-lateral do disco. Diversos fatores contribuem para o surgimento dessa patologia, dentre eles alteração musculoesquelética, causas extrínsecas (tais como hábitos de carregar peso, traumas e dirigir), sendo o local mais comum de surgimento dessa patologia entre as vértebras de L4 e L5, L5 e S1, L3 e L4. Essa herniação provoca dor, caso seja comprometida alguma raiz nervosa ou saco tecal. O comprometimento neurológico pode ocorrer por compressão mecânica, ou secundariamente ao processo inflamatório, com edema das estruturas nervosas. Diante do exposto, a fisioterapia apresenta-se como uma eficaz perspectiva perante o tratamento de patologias relacionadas à hérnia discal. Este trabalho se justifica pela possibilidade de os pacientes que apresentam hérnia discal obterem melhora do seu quadro clínico através do tratamento fisioterápico. O presente trabalho tem por objetivo analisar o tratamento fisioterápico para pacientes com hérnia de disco, através de pesquisas feitas nos estudos publicados sobre o assunto. Tratou-se de um estudo de revisão de literatura de caráter descritivo, documental e longitudinal com estratégia qualitativa dos resultados apresentados. A pesquisa de artigos referentes ao tema foi feita através das bases de dados MEDLINE, PUBMED, BVS (Biblioteca Virtual de Saúde) e Google Acadêmico, utilizando-se os seguintes descritores: coluna vertebral, hérnia discal, fisioterapia. O tratamento fisioterápico alivia os sintomas dolorosos, promovendo reabilitação da função muscular comprometida. Os principais objetivos de tratamento são: alívio ou eliminação da dor músculo-esquelético, restauração da força e da função dos músculos que estão alterados com os estímulos sensoriais, redução da inflamação, redução da regeneração e o reparo nos tecidos, buscando equilíbrio muscular e relaxamento. Sendo assim, a Neuroestimulação Elétrica Transcutânea (TENS) é utilizada no controle das dores agudas e crônicas, pois os estímulos elétricos bloqueiam a algia, gerando um bloqueio da condução nervosa e a crioterapia possui o efeito antiinflamatório, analgésico e anestésico. Seguindo ainda o protocolo, o Laser é um antiinflamatório, além de ser analgésico, regenerativo, cicatrizante e anti-edematoso. Já os raios infravermelhos atuam como calor superficial e o seu principal objetivo é aliviar o quadro algíco, sendo utilizado principalmente antes da cinesioterapia e massoterapia, e a cinesioterapia através de exercícios terapêuticos, tem como objetivo a reeducação funcional dos componentes músculos-esqueléticos. Através de ampla leitura entre diversos autores, pode-se observar que a fisioterapia propõe diversidades de tratamento para pacientes com hérnia de disco lombar, sendo estes individuais, baseados na necessidade e particularidade de cada paciente, e a eleição da conduta adequada depende de uma avaliação criteriosa. Conclui-se que verificando os fatores patogênicos relacionados à hérnia de disco lombar, a fisioterapia, em âmbito geral, atua na melhora eficaz do quadro clínico do paciente.