



#### Autor(res)

Érika Guerrieri Barbosa  
Samira Maria Dos Anjos De Pinho  
Marcela Nascimento Do Carmo  
Dandara Cristina Soares Da Silva  
Larissa Ferreira De Miranda

#### Categoria do Trabalho

1

#### Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

#### Resumo

Introdução A lombalgia é a dor na coluna lombar que afeta ambos os sexos, variando de leve a intensa. Cerca de 80% da população enfrenta essa condição em algum momento da vida, resultando em altos custos para o sistema de saúde e previdência devido ao afastamento do trabalho. Posturas inadequadas e condições de trabalho precárias são principais causas. Programas educacionais foram desenvolvidos para prevenir e lidar com esses problemas. Metodologia Esta pesquisa é uma pequena revisão bibliográfica de 3 artigos científicos que pesquisam o uso de facilitação neuromuscular proprioceptiva Escola de Coluna e a influência da terapia manual e cinesioterapia para o tratamento de lombalgia. Resultados após revisão de 208 publicações, três artigos foram selecionados para análise, abordando a lombalgia, facilitação neuromuscular proprioceptiva (FNP) e cinesioterapia. Os estudos empregaram o questionário Roland-Morris e a escala visual analógica de dor para avaliar os programas de reabilitação. Discussão A facilitação neuromuscular proprioceptiva (FNP) destaca-se pelos seus benefícios no tratamento da lombalgia, ativando indiretamente os músculos abdominais e melhorando a resistência muscular, flexibilidade e desempenho funcional. Enquanto a Escola de Coluna é mais comumente usada para prevenção secundária, o tratamento combinado de terapia manual e FNP demonstrou maior eficácia na melhora da funcionalidade em comparação com a cinesioterapia. Conclusão A lombalgia pode ser tratada de várias maneiras, incluindo o uso da Escola de Coluna como parte do tratamento preventivo secundário. No entanto, a combinação de facilitação neuromuscular proprioceptiva (FNP) com terapia manual é considerada mais eficaz para aliviar a dor e a incapacidade causadas pela lombalgia crônica. Referências CARAVIELLO, Eliana Zeraib et al. Avaliação da dor e função de pacientes com lombalgia tratados com um programa de Escola de Coluna. *Acta fisiátrica*, v. 12, n. 1, p. 11-14, 2005. -DOS SANTOS REIS, Emanuel Roger et al. Facilitação neuromuscular proprioceptiva na lombalgia crônica: revisão sistemática de ensaios controlados randomizados. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 3, p. 13595-13612, 2021. -BRIGANÓ, Josyane Ulian; MACEDO, Christiane de Souza Guerino. Análise da mobilidade lombar e influência da terapia manual e cinesioterapia na lombalgia. *Semina: Ciências Biológicas e da Saúde*, v. 26, n. 2, p. 75-82, 2005.