

Equilíbrio Lombar: Integração da FNP, Terapia Manual e Escola de Coluna para o Tratamento da Lombalgia

Autor(res)

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

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Resumo

IntroduçãoA 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 Está 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.DiscussãoA 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.ReferênciasCARAVIELLO, 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.