



Importância da Fisioterapia no Tratamento da Hérnia de Disco

Autor(res)

Cinara De Souza Nunes Freire
Gilberto Pereira De Souza Holanda
Walbron Arlan Freire De Sousa

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA TAGUATINGA SHOPPING

Introdução

A hérnia de disco é uma patologia bem comum que acomete boa parte da população, umas das maiores causas de cirurgia da coluna. Geralmente, surgem com queixas de dor intensa com irradiação para o membro cuja raiz nervosa é afetada, com fraqueza muscular seguida de parestesia e/ou parestesia do membro acometido. Outros sintomas são rigidez de nuca e parestesias em pés e mãos. Na região cervical, a dor inicia no pescoço e geralmente irradia para os membros superiores, topograficamente predomina na coluna lombar sendo 80% a nível de L4/5 e L5/S1 seguida pelos segmentos cervical e torácico, apesar de poder ser assintomática, configura importante causa de dor nas costas queixa de 13,5% dos Brasileiros, comumente presente entre a quarta e quinta década, apesar de ser descrita em todas as faixas etárias, sendo considerada também uma das principais causas de afastamento do trabalho em 2023, e o diagnóstico mais comum em alterações degenerativas da coluna lombar.

Objetivo

O objetivo deste trabalho é discutir sobre os tratamentos para hérnia de disco e a atuação do fisioterapeuta para evitar tratamentos mais invasivos, buscando o alívio da dor de forma mais conservadora.

Material e Métodos

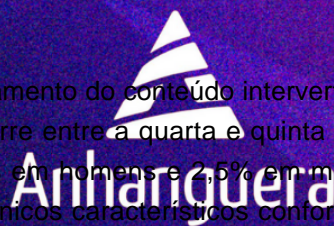
Trata-se de uma revisão de literatura, com buscas nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO); National Library of Medicine (PubMed); Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizando combinação das palavras-chaves: hérnia de disco, fisioterapia, tratamento. No período de 2010 até 2024. Foram selecionados conforme a relevância para o estudo, sobre a atuação da fisioterapia na hérnia de disco. Após a avaliação, as pesquisas que atenderam aos critérios de inclusão foram selecionadas.

Resultados e Discussão

A hérnia de disco consiste em um deslocamento do conteúdo intervertebral e dependendo do volume pode haver compressão de nervo causando dor, ocorre entre a quarta e quinta década de vida apesar de ser descrita em todas as faixas etárias entre esses 4,8% em homens e 2,5% em mulheres acima de 35 anos. Pacientes com hérnia de disco, apresentam sintomas clínicos característicos conforme a região de acometimento e de acordo com a dor apresentada o paciente pode ser encaminhado para avaliação e tratamento com um fisioterapeuta. A



3ª MOSTRA CIENTÍFICA





finalidade do tratamento, para o alívio da dor e recuperação de capacidade funcional, como primeira escolha são tratamentos não cirúrgicos e 60 a 90% dos casos ocorre a resolução espontânea nas primeiras 6-12 semanas com uso de medicamentos anti-inflamatórios e relaxantes musculares. Entretanto, a fisioterapia é uma opção para pacientes se reabilitarem também por meio de exercícios e outros recursos fisioterapêuticos, evitando assim procedimentos cirúrgicos.

Conclusão

Conclui-se então, que existem vários tipos de tratamentos para uma patologia tão comum, desde tratamentos não invasivos até tratamentos mais invasivos e devemos tratar cada caso com individualidade, e deve ser feita uma correta avaliação para definir a forma mais eficaz de trazer para o paciente o alívio desse desconforto, pois mesmo tratando da mesma patologia, pode se comportar com sintomatologia diferente e abordagens de tratamentos diferentes.

Referências

SECRETARIA DE SAÚDE DO DISTRITO FEDERAL. Hérnia de disco: doença foi a principal causa de afastamento do trabalho em 2023. 2024. Disponível em: <https://www.saude.df.gov.br/web/guest/w/hernia-de-disco-doenca-foi-a-principal-caoa-de-afastamento-do-trabalho-em-2023>

VIALLE, L.R. et al. Hérnia discal lombar. Revista Brasileira de Ortopedia. 45 (1), 2010, DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-36162010000100004>

SUSSELA, A.O. et al. Hérnia de disco: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento / Disc herniation: epidemiology, pathophysiology, diagnosis and treatment. Acta méd. (Porto Alegre) ; 38(2): [7], 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-883477>

3^A MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera