



Importância da Fisioterapia no Tratamento da Hérnia de Disco

Autor(es)

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

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA TAGUATINGA SHOPPING

Introdução

A hérnia de disco é uma patologia bem comum que acomete boa parte da população, uma 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 paresia 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



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/hérnia-de-disco-doença-foi-a-principal-causa-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 médica (Porto Alegre) ; 38(2): [7], 2017. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-883477>



3^a MOSTRA CIENTÍFICA

