

## O Impacto da Liberação Miofascial na Lombalgia

### Autor(es)

Thabata Soares Terra  
Ana Carolina Brandão Silveira

### Categoria do Trabalho

TCC

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

### Resumo

A lombalgia é um problema comum que afeta muitos brasileiros, pode causar incapacidade e contribuir para o absenteísmo no trabalho. A dor lombar é complexa e multifatorial, o que dificulta o diagnóstico e tratamento. A fisioterapia é uma opção eficaz para tratar a lombalgia, possui recursos e técnicas como a liberação miofascial, que pode ser uma alternativa na analgesia, evitando assim os medicamentos usados de forma desordenada. O objetivo geral deste artigo é compreender o papel da fáscia no acometimento das dores musculares e discutir a importância da atuação do fisioterapeuta por meio das técnicas de liberação miofascial de forma isolada e associada a outros tratamentos para o alívio da lombalgia. Foi realizado um estudo de revisão bibliográfica, no qual a partir dos critérios de elegibilidade por inclusão e exclusão foram selecionados alguns artigos, seguido por leitura e análise na íntegra dos artigos elegíveis, então foram selecionados 10 artigos para discussão, publicados nos últimos 10 anos, na língua portuguesa e inglesa, relacionados ao tema técnica de liberação miofascial para tratamento da lombalgia e disfunção fascial. Publicados nas bases de dados SciElo, PubMED e Google Acadêmico, que apresentaram os seguintes descritores: lombalgia, dor lombar, disfunção fascial e liberação miofascial. Em suma, a liberação miofascial tem um impacto significativo sobre a dor lombar, proporcionando alívio na dor, melhora da função e da qualidade de vida das pessoas afetadas por essa condição, podendo ser utilizada de forma isolada ou compondo um protocolo de recursos fisioterapêuticos.

# CONGRESSO REGIONAL DE FISIOTERAPIA

# 2024

Desafios e práticas para geração do cuidado e bem-estar

Anais do 1º Congresso regional de Fisioterapia 2024