A Atuação da Fisioterapia no Tratamento de Pacientes com Hérnia Discal na Região Lombar

Autor(res)

Gabriel Ribeiro Lopes

Categoria do Trabalho

3

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Introdução

A hérnia discal lombar ocorre devido à ruptura do anel fibroso do disco intervertebral, causando dor e comprometimento da medula espinhal e dos nervos, causando parestesia, entre outros. Comum entre as vértebras L4-L5 e L5-S1, essa condição afeta a qualidade de vida dos pacientes.
Este estudo investigou como as técnicas fisioterapêuticas tratam a hérnia discal lombar, proporcionando alívio da dor, fortalecimento e estabilização lombar, prevenindo novas lesões.
A pesquisa destaca a importância da fisioterapia na melhoria da funcionalidade e qualidade de vida dos pacientes, devido ao aumento significativo de casos.

Objetivo

Analisar como a fisioterapia atuou com pacientes que sofrem com hérnias discais lombares e como as técnicas fisioterapêuticas auxiliaram os pacientes no seu problema com um tratamento fisioterapêutico adequado.

Material e Métodos

A metodologia consistiu em uma Revisão de Literatura, utilizando artigos científicos e estudos das bases de dados PeDro, SciELO e Google Acadêmico, abrangendo o período de 2013 a 2023. Foram excluídos estudos sem relevância direta com a hérnia discal lombar. A pesquisa priorizou artigos com comprovações científicas e utilizou as palavras-chave: hérnia discal lombar, tratamento fisioterapêutico, técnicas fisioterapêuticas e coluna lombar. A análise focou na relevância e atualidade dos estudos selecionados para compreender a eficácia das técnicas fisioterapêuticas no tratamento da hérnia discal lombar.

Resultados e Discussão

Os resultados evidenciam que as vértebras lombares, especialmente L1-L5, são fundamentais para a sustentação e estabilização do corpo, conforme descrito por Carmo (2022). A revisão de Sussela et al. (2017) destaca que o tratamento inicial da hérnia discal lombar deve ser conservador, utilizando anti-inflamatórios não esteroides e fisioterapia para alívio da dor e recuperação neurológica. Oliveira (2018) e Mendonça e Andrade (2016) enfatizam que o tratamento conservador, além de ser menos dispendioso, frequentemente resulta em melhores desfechos para os pacientes, promovendo melhora funcional a longo prazo e diminuindo a necessidade de intervenção

cirúrgica.
Assim, a abordagem integral da fisioterapia, utilizando diferentes técnicas e intervenções conforme descritas pelos autores, emerge como uma estratégia eficaz para manejar a hérnia discal lombar, proporcionando alívio sintomático, recuperação funcional e redução da necessidade de procedimentos cirúrgicos invasivos.

Conclusão

Em vista dos estudos apresentados foi possível compreender que, a hérnia discal lombar é uma condição séria causada pela ruptura do anel fibroso e deslocamento do disco intervertebral, frequentemente relacionada à sobrecarga na coluna. A fisioterapia mostrou-se eficaz como tratamento conservador, promovendo alívio da dor, fortalecimento da musculatura lombar e melhoria na qualidade de vida. Métodos como terapias manuais, Maitland e Mackenzie demonstraram eficiência significativa. A variedade de

Referências

CARMO, Rafael Lourenço do. Vértebras lombares. 2022. Disponível em: https://www.kenhub.com/pt/library/anatomia/vertebras-lombares. Acesso em: 30 mar. 24 às 23:30.