

## Atuação da fisioterapia no tratamento da lombalgia crônica

### Autor(es)

Cláudia Mara Miranda Russi

Aline França

### Categoria do Trabalho

TCC

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

### Introdução

O estudo visou descrever abordagens na área de fisioterapia traumato-ortopédica que visam o tratamento da lombalgia crônica. Além disso, em específico se buscou discorrer sobre a importância da fisioterapia traumato-ortopédica no tratamento de dores crônicas; apresentar intervenções recomendadas para o tratamento de lombalgia crônica; e identificar medidas de prevenção e manejo voltadas aos pacientes que apresentam o quadro de lombalgia crônica.

Assim, questiona-se: como as diferentes abordagens da fisioterapia traumato-ortopédica contribuem para o tratamento e manejo da lombalgia crônica, e quais são as intervenções mais eficazes segundo a literatura acadêmica dos últimos dez anos?

### Objetivo

O estudo se justificou visto que a lombalgia crônica é um problema de saúde amplamente difundido na sociedade, impactando negativamente a qualidade de vida e limitando as atividades diárias.

### Material e Métodos

O estudo se caracterizou como qualitativo descritivo no formato de revisão de literatura. A busca foi conduzida respeitando o período dos últimos dez anos (2013 -2023). Foram incluídos estudos que abordam a lombalgia crônica e intervenções de fisioterapia traumato-ortopédica, bem como pesquisas revisadas por pares descrevendo resultados de intervenções fisioterapêuticas em pacientes com lombalgia crônica

### Resultados e Discussão

As lombalgias representam um cenário doloroso que afeta 65% e previsões apontam que afetará aproximadamente 80% da população global, com maior prevalência observada entre indivíduos com mais de 45 anos (CARGNIN et al., 2019). Essas condições dolorosas têm suas raízes em uma variedade de fatores causais, incluindo posturas inadequadas adotadas durante as atividades diárias, sobrecarga mecânica e lesões musculares. É importante ressaltar que, na ausência de uma intervenção terapêutica adequada, essas lombalgias podem evoluir para um estado crônico de dor (VALADARES et al., 2020). Segundo Chou et al., (2016), a recomendação da fisioterapia no tratamento da dor lombar é respaldada pela diversidade de recursos terapêuticos disponíveis, os quais possibilitam uma intervenção direta nos aspectos da dor, da incapacidade e da qualidade de



vida do paciente.

### Conclusão

As descobertas deste estudo enfatizam a importância de abordagens personalizadas e direcionadas, garantindo que cada paciente receba o tratamento mais adequado às suas necessidades.

Contribuindo para o avanço do conhecimento sobre o tratamento da lombalgia crônica, beneficiando profissionais de saúde, e fisioterapeutas.

### Referências

- BARBOSA, Rafael Inácio; SILVA, Marcelo Faria. Fisioterapia traumato-ortopédica. Porto Alegre: Artmed Editora, 2021.
- CARGNIN, Zulamar Aguiar et al. Atividades de trabalho e lombalgia crônica inespecífica em trabalhadores de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 32, p. 707–713, 2019. Disponível em <https://www.scielo.br/j/ape/a/zTp7JyNvcn4cTxM8DqQpvRC/> Acesso em abr. de 2024.
- CHOU, Roger et al. Noninvasive treatments for low back pain Agency for Healthcare Research and Quality (US); 2016. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26985522/> Acesso em abr. de 2024.
- CHOU, Roger et al. Nonpharmacologic therapies for low back pain: a systematic review for an American College of Physicians clinical practice guideline. *Annals of internal medicine*, v. 166, n. 7, p. 493–505, 2017. Disponível em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28192793/> Acesso em abr. de 2024.
- VALADARES, Jessyka Viana et al. Prevalência da lombalgia e sua repercussão anatomofuncional em adultos e idosos: