IV Mostra Científica Fisioterapia
20 a 24 de outubro de 2025

Tratamento Conservador na Hérnia de Disco Lombar: Evidências Científicas Atuais

Autor(res)

Matheus Lima De Oliveira
Iadyra Margarida De Freitas
Julia Vitória Pereira Dias
Daiana De Oliveira Alves
Thauany Ariel Oliveira De Azevedo Lima Costa
Helen Azevedo Pardim
Amanda Kelly Oliveira Vasconcelos

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

Resumo

Introdução
A hérnia de disco lombar é uma das condições musculoesqueléticas mais comuns, afetando cerca de 10% da população mundial. Essa patologia provoca dor lombar e ciática, impactando a qualidade de vida e a capacidade funcional dos indivíduos. O tratamento cirúrgico é indicado apenas em casos graves, sendo o tratamento conservador a primeira opção recomendada. Objetivo
Analisar as evidências científicas sobre a eficácia do tratamento conservador — incluindo fisioterapia, acupotomia e terapias farmacológicas — na melhora da dor e da função em pacientes com hérnia de disco lombar. Metodologia
Foram utilizados três estudos científicos internacionais:
Yaman et al. (2024) – WFNS Spine Committee Recommendations, revisão sistemática de 342 estudos (Elsevier). Conclusão
Os três estudos reforçam que o tratamento conservador é eficaz na redução da dor e na melhora funcional de pacientes com hérnia de disco lombar. Entre as abordagens, destacam-se:
Fisioterapia: baseada em exercícios e técnicas manuais.
Acupotomia: alternativa segura e efetiva.
Uso racional de AINEs e repouso breve.
O manejo conservador deve ser priorizado antes de qualquer intervenção cirúrgica, exceto em casos com déficits neurológicos graves.