IV Mostra Científica Fisioterapia
20 a 24 de outubro de 2025

Intervenções Fisioterapêuticas na Lombalgia: Estratégias para Redução da Dor e Melhora da Função.

Autor(res)

Lara Maria Da Silva Muniz
Kamille Vitória Felix Soares
Lavynia Vitória Lopes Silva
Mônica Martins Da Silva Rosa
Rafaela Soares Ramalho Da Silva
Yasmin Moreira Silva

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

Resumo

A dor lombar crônica é uma condição prevalente que impacta significativamente a funcionalidade e qualidade de vida dos indivíduos. A fisioterapia, por meio de diferentes modalidades de exercícios, tem sido amplamente estudada como estratégia para redução da dor e melhoria funcional. Revisões sistemáticas e ensaios clínicos recentes evidenciam que a terapia de exercícios proporciona benefícios modestos a significativos na diminuição da intensidade da dor e nas limitações funcionais.

Estudos comparativos apontam que modalidades como tai chi, yoga, Pilates, exercícios de estabilização do core e controle motor apresentam eficácia superior à reabilitação convencional ou à ausência de intervenção, promovendo melhora da função física e qualidade de vida. Além disso, ensaios clínicos demonstram que exercícios aquáticos terapêuticos são mais eficazes do que modalidades tradicionais de fisioterapia, oferecendo benefícios sustentados a longo prazo, com efeitos adversos mínimos.

Em conjunto, esses achados destacam que a personalização das estratégias fisioterapêuticas, considerando o perfil clínico do paciente e suas preferências, é fundamental para otimizar os resultados. A integração de diferentes modalidades de exercícios, associada a abordagens educacionais e comportamentais, constitui uma prática baseada em evidências para o manejo da dor lombar crônica.