IV Mostra Científica Fisioterapia
20 a 24 de outubro de 2025

Comparação de TENS versus exercícios cervicais no tratamento de cervicalgia”

Autor(res)

Laura Bianca Dorásio Da Silva
Aline Lopes Moutinho
Marcela Nascimento Do Carmo
Dandara Cristina Soares Da Silva
Bianca Freitas De Souza
Larissa Miranda De Oliveira

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

Resumo

Introdução
A dor cervical crônica (Cervicalgia) representa um dos principais motivos de procura por atendimento fisioterapêutico, com grande impacto na funcionalidade, qualidade de vida, estado emocional e participações em atividades cotidianas. Entre as abordagens terapêuticas mais utilizadas , se destacam os exercícios de estabilização cervical e a estimulação elétrica (TENS), aplicados isoladamente ou de forma conjunta.
Objetivo
Comparar a eficácia do TENS e de exercícios cervicais em pacientes com cervicalgia, a fim de concluir em cada caso qual tratamento teve melhor resultado.
Metodologia
Esta é uma revisão de literatura do tipo narrativa sobre pesquisas de ensaios clínicos randomizados que visaram identificar e analisar a eficácia de exercícios terapêuticos no tratamento da dor crônica no pescoço.
A busca na literatura ocorreu entre março e abril de 2025, utilizando as bases de dados PubMed e SciELO. A busca foi realizada por descritores controlados e palavras-chaves com operadores booleanos: "therapeutic exercise" OR “tens” AND "neck pain".
Os critérios de inclusão adotados foram:
Estudos publicados de janeiro de 2019 a abril de 2025, textos em português e inglês
A pesquisa foi conduzida a partir das palavras-chave “therapeutic exercise” OR “TENS” AND “neck pain”, utilizando os filtros “últimos 5 anos”, “ensaios clínicos randomizados” e “texto completo gratuito”. Foram selecionados os três artigos mais relevantes para a análise.
CONCLUSÃO
Diante desse cenário, pode-se concluir que os exercícios terapêuticos devem continuar a ocupar papel central no manejo da dor cervical crônica, visto que apresentam eficácia comprovada de forma mais consistente. A TENS, por sua vez, deve ser compreendida como uma estratégia adjuvante, capaz de contribuir para o alívio sintomático e para a otimização da resposta clínica em programas de reabilitação multimodais. Todavia, seu emprego isolado deve ser realizado com cautela, em virtude da falta de evidências robustas que sustentem sua efetividade a longo

prazo.