



FISIOTERAPIA NO TRATAMENTO DE PORTADORES DE HÉRNIA DISCAL LOMBAR

Clodoaldo Belivaqua de França¹

Ana Carolina do S. Zanin²

Thais Ribeiro³

Palavras chave: Hérnia discal lombar, fisioterapia, tratamento.

INTRODUÇÃO - A hérnia de disco é uma alteração que pode acometer qualquer parte da coluna vertebral, sendo mais frequente na região lombar. A composição do disco intervertebral é responsável pela hidratação do núcleo e pela distribuição das pressões uniformes sobre o anel. Com a diminuição dos componentes hídricos do disco, ocorre um aumento da pressão sobre as fibras anulares que se tornam suscetíveis a rupturas. A coluna lombar, por ser uma região de grande mobilidade, sofre forças de compressão, tornando o núcleo pulposo vulnerável à deslocamentos. Com o passar do tempo, em consequência de um trauma severo sobre a coluna, lesa as estruturas do disco intervertebral, sendo geralmente mais comuns nos segmentos L4-L5, L5-S1. Alguns dos mecanismos que favorecem a degeneração com consequente projeção do núcleo são: desequilíbrios musculares, esforços nas atividades de vida diária (AVD's) e posturas que facilitam a desorganização da distribuição das pressões do disco. As hérnias podem ser classificadas como prolapsadas, extrusas e sequestradas, o padrão de recorrência da dor lombar é elevado 30% a 60% dos casos estão relacionados ao trabalho, a perda do movimento, ligada ao esforço excessivo ou repetitivo, maus hábitos posturais e disfunções biomecânicas que podem levar ao aparecimento da hérnia de disco.

OBJETIVO- O objetivo deste artigo é mostrar a importância da fisioterapia no tratamento da hérnia discal lombar, e sua eficácia na reabilitação pós-operatória.

METODOLOGIA-O método de abordagem para realização desse artigo foi o indutivo, por meio de revisões bibliográficas de artigos e livros que abordam o assunto. Foram utilizados artigos indexados na base de dado SCIELO (Scientific Electronic Library Online).

RESULTADOS -Os resultados obtidos neste artigo comprovam a eficácia dos métodos de tratamento fisioterapêutico na melhora do quadro do paciente, incluindo prevenção e tratamento da dor lombar, considerada a queixa mais comum desses indivíduos.

CONCLUSÃO- A hérnia é uma patologia causada por diversos fatores, alguns até sem relação direta com a patologia, mas que ocasionam desconforto e incômodo aos portadores da hérnia deve-se enfatizar também a importância de uma boa avaliação e de um diagnóstico diferencial para descartar fatores associados à hérnia que se referem a outras patologias. É importante salientar a importância do tratamento conservador, medicamentoso e fisioterapêutico, que combinados geram um resultado rápido e efetivo. Os métodos de atuação fisioterapêuticos são variados e buscam atender a necessidade do portador atuando em três áreas distintas: tanto na prevenção da dor, como no tratamento e reabilitação precoce pós-operatório para proporcionar ao indivíduo uma melhor qualidade de vida.

BIBLIOGRAFIA

CARVALHO, Lilian Braighi. et al .Associação Brasileira de Medicina Física e Reabilitação,Sociedade Brasileira de Neurofisiologia Clínica, Rev.Acta Fisiatr,2013 p.75-82. Hérnia de disco lombar: tratamento. Disponível em:<<https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/viewFile/103762/102242>> Acesso em 23.04.2018

HELFENSTEIN, Junior Milton; GOLDENFUM, Marco Aurélio; SIENA, César. Rev.Assoc. Med. Bras 2010; 56(5): p.583-9. Trabalho realizado na Disciplina de Reumatologia da Escola Paulista de Medicina, São Paulo, SP. Lombalgia ocupacional. Disponível em:<<http://www.scielo.br/pdf/ramb/v56n5/v56n5a22.pdf>> Acesso em 28.04.2018

IMAMURA, Satiko Tomikawa; KAZIYAMA, Helena Hideko Seguchi; IMAMURA, Marta. Rev. Med., 80(ed. esp. pt.2):375-90, 2001(São Paulo).Lombalgia Lumbalgia. Disponível em:<<http://www.periodicos.usp.br/revistadc/article/view/70000/72646>> Acesso em 24.04.2018

¹Professor do curso de Fisioterapia CEULJI/ULBRA e-mail:Clodoaldo77@hotmail.com

² Acadêmica do curso de Fisioterapia CEULJI/ULBRA e-mail:carolszanin@gmail.com

³ Acadêmica do curso de Fisioterapia CEULJI/ULBRA e-mail:Thais.ulbrajipa@gmail.com