



**CENTRO UNIVERSITÁRIO NOBRE  
BACHARELADO EM FISIOTERAPIA**

MARIA CLEIDE NETO DE ALMEIDA  
REBECA MELO DOS SANTOS NOVAIS  
SHIRLEY SUAN EVANGELISTA GOMES

**TERAPIA MANUAL COMO PROTOCOLO DE TRATAMENTO EM PACIENTES  
COM LOMBALGIA**

FEIRA DE SANTANA  
2021

MARIA CLEIDE NETO DE ALMEIDA  
REBECA MELO DOS SANTOS NOVAIS  
SHIRLEY SUAN EVANGELISTA GOMES

**TERAPIA MANUAL COMO PROTOCOLO DE TRATAMENTO EM PACIENTES  
COM LOMBALGIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Centro Universitário Nobre como requisito parcial obrigatório para obtenção do grau de Bacharel em Fisioterapia, sob a supervisão do Prof. Ms. André Ricardo da Luz Almeida.

**Orientador:** Prof. Esp. Luan Carlos Andrade.

FEIRA DE SANTANA  
2021

**TERAPIA MANUAL COMO PROTOCOLO DE TRATAMENTO EM PACIENTES  
COM LOMBALGIA**

MARIA CLEIDE NETO DE ALMEIDA  
REBECA MELO DOS SANTOS NOVAIS  
SHIRLEY SUAN EVANGELISTA GOMES

Aprovado em XX de XXXXXXXX de XXXX

BANCA EXAMINADORA

---

Prof. Esp. LUAN CARLOS ANDRADE  
(ORIENTADOR)

---

Prof. Ms. ANDRÉ RICARDO DA LUZ ALMEIDA  
(PROFESSOR DE TCC II)

---

Prof. Ms. DJALMA CAMPOS  
(CONVIDADO)

CENTRO UNIVERSITÁRIO NOBRE

# TERAPIA MANUAL COMO PROTOCOLO DE TRATAMENTO EM PACIENTES COM LOMBALGIA

Maria Cleide Neto de Almeida<sup>1</sup>  
Rebeca Melo dos Santos Novais<sup>1</sup>  
Shirley Suan Evangelista Gomes<sup>1</sup>  
Prof. Esp. Luan Carlos Andrade<sup>2</sup>

## RESUMO

A lombalgia é uma dor na região lombar que pode afetar o indivíduo de ambos os sexos reduzindo as suas atividades do dia a dia. Dentre os recursos da Fisioterapia empregados no tratamento de quadros álgicos, tem se dado destaque a terapia manual, devido a se constituir uma abordagem não farmacológica e que a partir de movimentos e técnicas de manipulação contribui para equilibrar e normalizar diversas alterações musculoesqueléticas, nervosas e articulares. O objetivo deste estudo é identificar a eficácia da terapia manual como protocolo de tratamento em pacientes com lombalgia. Trata-se de uma revisão de literatura abordagem bibliográfica cuja coleta de dados deu-se junto as bases de dados do Scielo, Lilacs e Pubmed no período compreendido entre os anos 2015 a 2021. Observou-se nos resultados que a terapia manual, representa um recurso de importante apoio no tratamento da dor lombar leve, aguda ou crônica, que pode ser implementada por meio de técnicas de manipulação vertebral, deslizamentos e pompagens, cuja aplicação mostrou-se satisfatória e com resultados positivos na recuperação, alívio da dor, da funcionalidade de pacientes nestas condições. Conclui-se que, a terapia manual é eficaz no tratamento de lombalgia. Permitindo-lhe a realização das suas atividades diárias e deixando explícita a necessidade de novos estudos para melhorar o desempenho das técnicas aplicadas à patologia.

**Palavras-chave:** Tratamento da lombalgia. Dor lombar. Terapia manual.

## ABSTRACT

Low back pain is a pain in the lumbar region that can affect the individual of both sexes, reducing their daily activities. Among the Physiotherapy resources used in the treatment of pain conditions, manual therapy has been highlighted, due to its non-pharmacological approach, which, based on movements and manipulation techniques, contributes to balance and normalize various musculoskeletal, nervous and joint changes. The aim of this study is to identify the effectiveness of manual therapy as a treatment protocol in patients with low back pain. This is a literature review bibliographic approach whose data collection took place with the Scielo, Lilacs and Pubmed databases in the period between the years 2015 to 2021. It was

---

1        Graduandas do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Nobre (UNIFAN-BA).

2        Professor orientador e Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Nobre (UNIFAN-BA).

observed in the results that manual therapy represents a resource of important support in the treatment of mild, acute or chronic low back pain, which can be implemented through techniques of vertebral manipulation, sliding and pumping, whose application proved to be satisfactory and with positive results in recovery, pain relief, functionality of patients under these conditions. It is concluded that manual therapy is effective in the treatment of low back pain. Allowing you to carry out your daily activities and making explicit the need for further studies to improve the performance of the techniques applied to the pathology.

**Keywords:** Low back pain treatment. Backache. Manual therapy.

## 1 INTRODUÇÃO

A dor lombar, ou lombalgia, pode ser caracterizada por um quadro de desconforto, fadiga ou rigidez muscular localizada no terço inferior da coluna vertebral é uma das principais causas de incapacidade física. Dentre as causas da lombalgia destacam-se fatores musculoesqueléticos, como as síndromes dolorosas miofasciais e instabilidades do seguimento lombar, fato este que na ausência de alterações da arquitetura óssea da coluna lombar é citado como causa primária de dor lombar crônica (REINEHR et al., 2008).

A lombalgia é uma das queixas dolorosas mais frequentes na prática clínica e constitui uma das maiores causas de afastamento do trabalho. Os profissionais da área da saúde estão incluídos nas referências de altos índices de dor na coluna vertebral relacionados à ocupação laboral, e este é um sintoma que interfere na realização das atividades diárias, causando desde limitação de movimentos até invalidez temporária, dependendo da intensidade da patologia (SIQUEIRA et al., 2008).

É a causa mais comum de incapacidade laborativa nas pessoas abaixo de 45 anos e a segunda razão mais comum para visitas aos consultórios de profissionais de primeiro contato, como os quiropraxistas e osteopatas, que utilizam as técnicas de manipulação vertebral de alta velocidade como uma abordagem conservadora no tratamento de disfunções musculoesqueléticas (FERNANDES et al., 2016).

Devido uma maior mobilidade de L4-L5 e L5-S1, esses segmentos são os mais comprometidos, pois sustentam o peso do corpo quando comparado ao restante da coluna lombar. O quadro comum de hérnia de disco é a dor, a princípio aguda na região da coluna lombar, tendo uma irradiação em direção à fossa poplíteia até o

dorso do pé. Além do quadro doloroso, o paciente pode relatar formigamento com déficit de força muscular no membro afetado, levando ao quadro conhecido de lombociatalgia, uma vez que a dor faz o percurso do nervo ciático (PEREIRA et al., 2018).

De acordo com a duração, a lombalgia pode ser classificada em aguda (início súbito e duração menor do que seis semanas), subaguda (duração de seis a doze semanas), e crônica (duração maior do que 12 semanas). A dor crônica tem características biológicas diferentes da aguda. Estima-se que 46,5% das pessoas tem dor crônica e utilizam os serviços de saúde 5 vezes mais do que o restante da população. Fatores estressantes relacionados como a atividade laboral, transporte deficitário, acúmulo de atividades durante o dia e má postura resultam em um aumento da procura de tratamento para essas dores (MARQUES, 2016).

A fisioterapia dispõe de diversos recursos terapêuticos que auxiliam na promoção do alívio sintomático da dor e na reabilitação destes pacientes tendo como proposta geral, controlar o quadro algico e a promoção do bem-estar e do retorno às atividades funcionais do indivíduo. Entre os diversos tratamentos para a lombalgia, a terapia manual se diferencia por ser um recurso de uso exclusivo das mãos, de forma metódica, treinada e científica, a partir de uma avaliação detalhada do paciente visando finalidades terapêuticas e preventivas sobre tecidos musculares, ósseos, conjuntivos e nervosos que equilibrem e normalizem as diversas alterações musculares, osteoarticulares e orgânicas (GRANJEIRO et al., 2017).

Avaliando estes aspectos este estudo tem por objetivo identificar a eficácia da terapia manual como protocolo de tratamento em pacientes com lombalgia.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura de abordagem bibliográfica, que relaciona a terapia manual como protocolo de tratamento em pacientes com lombalgia. A amostra foi composta por livros, artigos científicos, revistas científicas e bases de dados que são voltados ao tema. Os artigos foram selecionados obedecendo ao critério de abordagem do tema, período de publicação e submetidos a dois testes de relevância (Teste de Relevância I e Teste de Relevância II) (PEIXOTO; PINTO; SANTOS, 2017).

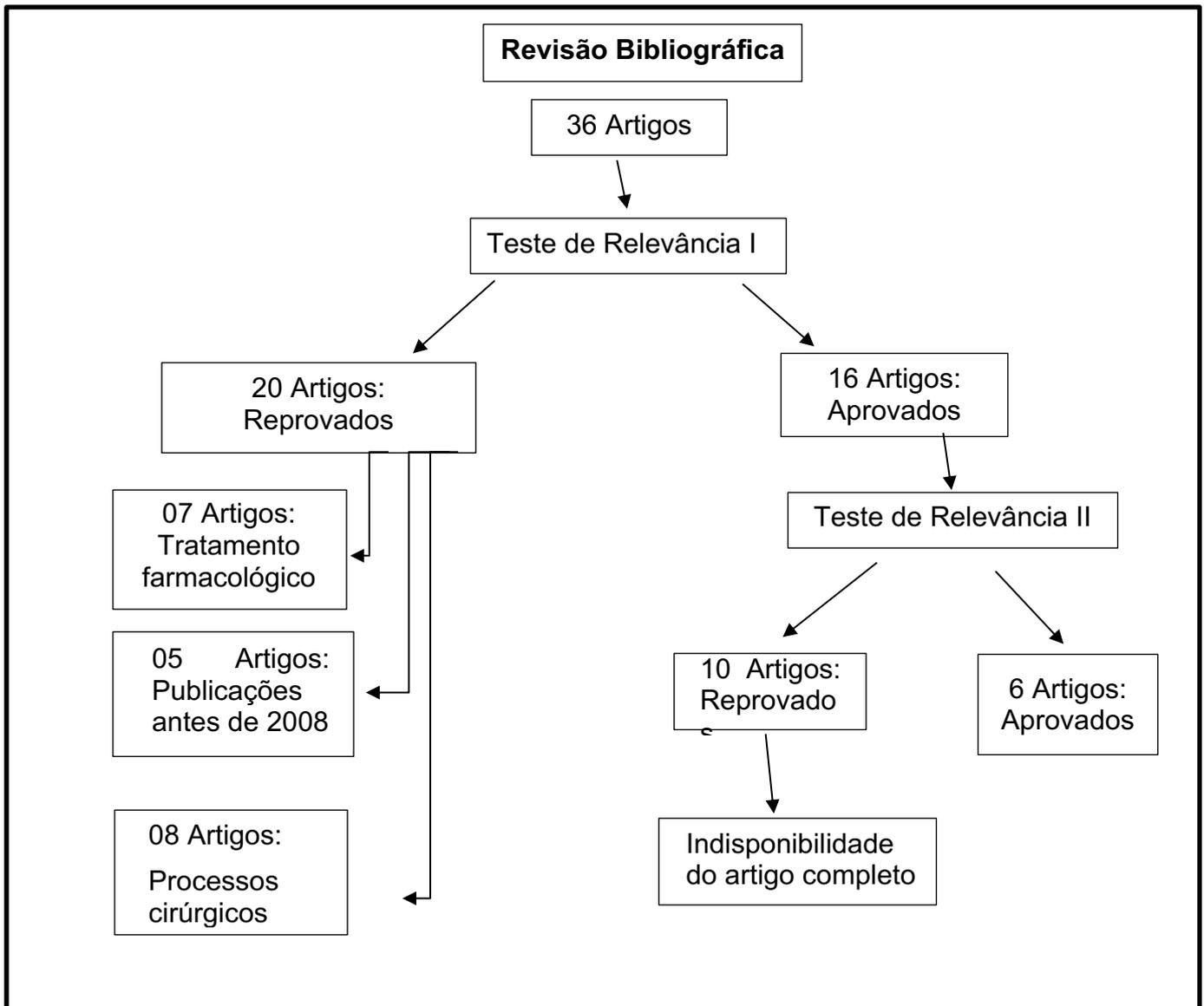
Os documentos usados para esta pesquisa foram coletados em fontes *on line* e impressas. A pesquisa *on line* foi feita nas bases de dados Scielo, Lilacs e Pubmed, considerando o critério de publicação no período 2015 a 2021 em língua portuguesa e inglesa, relacionado ao tema terapia manual como protocolo de tratamento em pacientes com lombalgia. As palavras-chave utilizadas para a busca via Internet foram: tratamento da lombalgia; dor lombar; terapia manual. Os documentos oriundos das fontes impressas foram pesquisados na biblioteca da Faculdade Nobre em Feira de Santana – Bahia, considerando sua relação com o tema de pesquisa e publicados no período 2015 a 2021 em língua portuguesa.

Após esse levantamento obtiveram-se 36 artigos relacionado ao tema, quando submetidos ao Teste de Relevância I o qual se analisou os resumos, conclusões e ano, determinando que 26 artigos foram incluídos e 10 foram excluídos, pois 07 tratavam de tratamentos farmacológicos, 05 publicações antes do período 2008, 08 que abordava sobre procedimentos cirúrgicos.

O Teste de Relevância II foi aplicado ao artigo na íntegra, 10 foram excluídos por indisponibilidade do artigo completo e dos objetivos da pesquisa que é a eficácia terapia manual como protocolo de tratamento em pacientes com lombalgia, bem como a especificação do tratamento aplicado aos artigos da pesquisa, resultando em 06 artigos incluídos.

Logo em seguida procura-se estudar e compreender sobre a terapia manual como protocolo de tratamento em pacientes com lombalgia. Os resultados foram descritos no quadro 01 através do diagrama abaixo:

**Figura 01** – Diagrama de fluxo de seleção de estudos.



FONTE: Elaborado pelos próprios autores (2022). (adaptado)

### 3 RESULTADOS

Com base nas diretrizes estabelecidas na metodologia, encontrou-se 06 estudos que fizeram parte da análise aqui proposta, cujas características gerais são resumidas no Quadro 1. Convém nesse caso destacar, a escassez de publicações sobre a temática, o que reforça a relevância desta pesquisa para o campo científico.

Em relação à abordagem, notou-se que os estudos apresentam casos diversos de aplicações da terapia manual e/ou de suas técnicas no tratamento de dores lombar. E foram, em sua maioria, publicados no ano de 2016 (03) e 2020 (02)

Quanto aos aspectos metodológicos, percebeu-se que estes estão representados por estudos classificados como ensaios randomizados (04), revisão integrativa (01) e relato de caso (01).

**Quadro 1-** Caracterização dos estudos analisados

Nº	Título	Autor/ Ano/ Revista	Metodologia	Objetivo	Conclusão
1	Duração dos efeitos de uma manipulação vertebral sobre a intensidade da dor e atividade eletromiográfica dos paravertebrais de indivíduos com lombalgia crônica mecânica.	Fernandes et al., (2016) Fisioter. Pesquisa	Estudo randomizado	Avaliar os efeitos de uma intervenção manipulativa sobre a atividade eletromiográfica dos músculos paravertebrais e a intensidade da dor na coluna lombar.	Na fase de relaxamento, os dados mostram que a manipulação foi capaz de reduzir a atividade eletromiográfica dos músculos paravertebrais na posição de flexão total do tronco no grupo de estudo realizado.
2	Recursos terapêuticos manuais aplicados à dor lombar no idoso: estudo de caso.	Granjeiro et al., (2016) ISSN: 2357-8645	Relato de caso	Mostrar os efeitos da terapia manual na dor lombar.	Ao final dos 28 atendimentos foi feita uma reavaliação onde a paciente teve diminuição do quadro algico para 0. Ela relatou não sentir mais dor na região da lombar, impactando em melhora para realizar suas atividades.
3	O efeito da terapia manual e da fisioterapia convencional no tratamento da dor lombar aguda: ensaio clínico randomizado.	Santos et al., (2016) Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano – Higia.	Estudo controlado randomizado	Avaliar a eficácia da terapia manual no tratamento de dor lombar aguda comparada a fisioterapia convencional nos desfechos dor e funcionalidade.	A terapia manual apresentou melhores evidências comparada à fisioterapia convencional nos desfechos dor e funcionalidade no tratamento de pacientes com dor lombar aguda.
4	Efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia: uma revisão integrativa.	Pereira e Santana (2018) Id on Line Rev. Mult. Psic.	Revisão integrativa.	Compilar informações, por meio de uma revisão integrativa da literatura científica, a respeito do efeito da terapia manual em amostras de Pacientes com diagnóstico clínico de lombalgia.	Apresentam que a terapia manual tem uma atuação significativa no desenvolvimento da lombalgia e da flexibilidade da coluna lombar, quando são utilizadas técnicas que promovem o relaxamento muscular, melhorando cada vez mais o quadro algico dos pacientes, a eficácia neuromuscular e prevenindo lesões.
5	Efeitos da adição de uma mobilização	Manzano . (2020)	Ensaio clínico randomizado	Um grupo paralelo foi conduzido para comparar os efeitos da adição de	Os exercícios de controle motor são eficazes no

	neurodinâmica ao treinamento de controle motor em pacientes com radiculopatia lombar devido à hérnia de disco.	American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation.	.	uma mobilização neurodinâmica em um programa de exercícios de controle motor na intensidade da dor, sintomas neuropáticos, deficiência relacionada, teste de elevação da perna reta e sensibilidade à pressão à dor em indivíduos com radiculopatia lombar.	tratamento da dor lombar. É possível que a mobilização neurodinâmica tenha a capacidade de alterar os mecanismos inibitórios descendentes da dor, para modificar o fluxo sanguíneo para regiões do cérebro associadas à dor, e reduzir a ativação dos centros de dor supraespinhais.
6	Efeito da Mobilização Neural com dor lombar crônica.	Ramos et al. (2020) BrJP. São Paulo.	Estudo randomizado	Avaliar o efeito da técnica de mobilização neural em indivíduos com lombalgia crônica, assim como possíveis alterações na dor, no comportamento motor e na quantificação de citocinas antes e após o tratamento.	Recomenda-se a utilização deste modelo junto aos médicos para tratar pacientes com este tipo de dor, melhorando a qualidade de vida dos pacientes e, consequentemente, reduzindo o uso de fármacos.

Fonte: Elaborada pelos próprios autores (2022).

#### 4 DISCUSSÃO

A presente pesquisa de revisão bibliográfica buscou verificar a eficácia da terapia manual como protocolo de tratamento em pacientes com lombalgia e seus resultados percebeu-se ser unânime entre os autores a percepção da terapia manual como um recurso fisioterapêutico de imprescindível apoio no tratamento de lombalgias, sobretudo na promoção do alívio da dor e da funcionalidade, caracterizando-se esta como uma técnica utilizada em diversas disfunções tanto as de ordem biomecânicas, neurológicas, articulares e musculoesqueléticas.

Fernandes et al (2016) através de seus estudos, alcançou um resultado positivo, em que a atuação fisioterapêutica no tratamento da lombalgia vem sendo essencial na redução de dor na coluna lombar, onde o tratamento da lombalgia é complexo, preciso e minucioso, o que faz a terapia manual um recurso fundamental para a reabilitação do paciente, tendo como o principal recurso capaz de atuar diretamente sobre a dor e incapacidade, sendo constatado efeito imediato.

Granjeiro et al (2016) complementa em seu estudo que após a avaliação final os 28 pacientes apresentaram resultados significativos e satisfatórios, com um quadro algíco com resultado 0 na EVA (escala visual analógica), na região lombar, sendo possível reduzir a sintomatologia dolorosa e melhorar a capacidade funcional,

tornando positivamente uma melhora no desenvolvimento das atividades de vida diária, originando a promoção do bem-estar, tendo como o primeiro principal resultado eliminação sobre a dor e aumentando amplitude de movimento.

Santos et al (2016) realizaram um estudo junto a 69 indivíduos com idade entre 18 a 65 anos que apresentavam dor lombar e foram submetidos a dois protocolos fisioterapêuticos: pacientes do grupo de controle (n=31) receberam terapia convencional e pacientes do grupo M (n=38) foram submetidos a terapia manual, ambos acompanhados duas vezes por semana. Os resultados demonstraram que o grupo que recebeu a terapia manual apresentou melhor desfecho na redução do quadro algico e da funcionalidade, confirmando a eficácia destes recursos no tratamento de lombalgias.

Corroborando com o trabalho citado acima, Pereira et al (2018) destacam que os benefícios da terapia manual residem de sua atuação no processo de flexibilidade da coluna lombar e no relaxamento muscular, motivo pelo qual é capaz de proporcionar alívio da dor e melhoria da qualidade de vida em pacientes que apresentam quadros algicos. Destacam ainda, a importância de se avaliar a frequência das sessões terapêuticas que não devem ser inferiores a duas sessões por semana, a fim de se alcançar resultados positivos. Deve-se ainda orientar o indivíduo quanto ao comportamento postural e modo de vida, que também são fatores determinantes para a recuperação ou recaída em processos de lombalgias.

No estudo realizado por Manzano et al.5 (2020) um total de quarenta indivíduos com radiculopatia lombar foram divididos em dois grupos, o de controle que apenas recebeu tratamento com exercícios de controle motor (n=16) e o outro grupo que foi submetido a exercícios de controle motor e mais intervenções com mobilização neuro dinâmica/nervosas. Os resultados demonstraram que o grupo que foi submetido a abordagem complementar com mobilizações neuro dinâmicas apresentaram redução das condições algicas.

Ramos et al.6 (2020) ratifica em seu estudo empregando a terapia manual com a técnica de mobilização neural junto a 16 indivíduos selecionados com lombalgia crônica. Foi observada uma melhoria na mobilidade da coluna lombar avaliada pelos testes de distância do terceiro dedo e de avaliação da goniométrica do quadril após o tratamento, além disso, foi observada também uma melhoria na qualidade de vida do paciente e redução da intensidade da dor.

## 5 CONCLUSÃO

Diante dos estudos analisados, nota-se que a terapia manual tem apresentado grandes benefícios no tratamento de lombalgias, atuando na redução do nível de dor, aumento da amplitude de movimento, reduzindo o uso excessivo de fármacos e principalmente contribuindo para a qualidade de vida dos pacientes nessa condição, permitindo-lhes a realização de suas atividades diárias.

Perante a sociedade o número de pacientes que sofrem com lombalgia ainda é grande, seja ela causada por patologias, má postura ou sobrecargas, gerando incapacidades funcionais. Por isso a importância de estabelecer um tratamento com efeito imediato como a terapia manual proporciona.

Conclui-se que, a terapia manual é eficaz no tratamento da lombalgia e deixamos explícita a necessidade de novos estudos para melhorar o desempenho das técnicas aplicadas à patologia.

## REFERÊNCIAS

ANGELI, TAÍSE BOFF. **Comparação dos efeitos de dois programas de terapia manual na dor e funcionalidade de indivíduos com dor lombar crônica não específica**. 2019. 64 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Reabilitação) - Universidade de Brasília. Brasília: UnB, 2019.

DESCONSI, MARCELE BUENO; BARTZ, PATRÍCIA THUROW; FIEGENBAUM, TAÍS REGINA; CANDOTTI, CLÁUDIA TARRAGÔ; VIEIRA, ADRIANE. **Tratamento de pacientes com dor lombar crônica inespecífica por fisioterapeutas**. Fisioter Pesqui. 2019.

DIAS, JULIANA CURSAGE PEREIRA . **Lombalgias em jovens: características e fatores associados: revisão bibliográfica**. Research, Society and Development, v. 9, n.1, e70911631, 2020. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/1631/1455>. Acesso em: 13 dez. 2021.

FERNANDES, WALKYRIA VILAS BOAS; BICALHO, EDUARDO SILVEIRA; CAPOTE ANDRIELLE ELAINE; MANFFRA, ELISANGELA FERRETTI. **Duração dos efeitos de uma manipulação vertebral sobre a intensidade da dor e atividade eletromiográfica dos paravertebrais de indivíduos com lombalgia crônica mecânica.** *Fisioter Pesqui.*, v.23, n. 2, p. 155-162, 2016.

GRANGEIRO, BÁRBARA PONTES; BRAGA, CRISTINA GOMES; SOUZA, GUILHERME DOUGLAS BRAGA. **Recursos Fisioterapêuticos manuais aplicados à dor lombar no idoso: estudo de caso.** In: *Processo de Cuidar Conexão FAMETRO 2017: Arte e Conhecimento - XIII Semana Acadêmica* ISSN: 2357-8645 - V Encontro de Monitoria e Iniciação Científica . Anais : Fortaleza, 2017.

MANZANO, GUSTAVO PLAZA; CILLERUELO, IGNACIO CANCELA; PEÑAS CÉSAR FERNÁNDEZ-DE-LAS; CLELAND, JOSHUA A.; BURÍA, JOSÉ L. ARIAS; GRAAF, MARLOES THOOMES-DE; SANTIAGO, RICARDO ORTEGA. **Efeitos da adição de uma mobilização neurodinâmica ao treinamento de controle motor em pacientes com radiculopatia lombar devido à hérnia de disco.** *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, v. 99, n. 2, p. 124- 132, 2020.

MARQUES, LARISSA BRAGANÇA FALCÃO. **Eficácia da terapia manual na redução da dor e melhora da função em indivíduos com lombalgia subaguda e crônica: uma revisão sistemática.** 2016. 31 f. Trabalho de conclusão de curso (Especialização em Fisioterapia Ortopédica) – Universidade Federal de Minas Gerais. Belo Horizonte: UFMG, 2016.

PEREIRA, DAYANA SALES; SANTANA, VIRGÍLIO. **Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: uma revisão integrativa.** *Id on Line Rev. Mult. Psic.* v.12, n. 41, p. 31-38, 2018.

RAMOS, MARINA; CRUZ, CAIO A. H.; LAURENTINO, MOISES F.; ASHMAWI, HAZEMAZEL; SANTOS, FABIO M.; CHACUR, MARUCIA. **Efeito da Mobilização Neural com dor lombar crônica.** *BrJP.* São Paulo, 2020 ul-set;3(3):205-12.

RAUSCHKOLB, PATRICK; GOMES, THAÍS DO NASCIMENTO. **Efeitos das técnicas manuais de imobilização e manipulação articulares da coluna vertebral.** Revista Saúde Integrada, v. 9, n. 17, p. 2-8, 2016.

REINEHR, FERNANDA BEATRIZ; CARPES, FELIPE PIVETTA; MOTA, CARLOS BOLLI. **Influência do treinamento de estabilização central sobre a dor e estabilidade lombar.** Fisioter. Mov. 2008 jan/mar;21(1):123-129.

SANTOS, PÉRICLES CELESTINO; JÓIA, LUCIANE CRISTINA; KAWANO, MARCIO MASSAO. **O efeito da terapia manual e da fisioterapia convencional no tratamento da dor lombar aguda: ensaio clínico randomizado.** Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano – Higia 2016; 1 (1) :73-84.

SIQUEIRA, GR; CAHÚ, FGM; VIEIRA, RAG. **Ocorrência de lombalgia em fisioterapeutas da cidade de Recife, Pernambuco.** Rev Bras Fisioter. 2008;12(3):222-7.