

A PRESENÇA DA DOR MUSCULAR E A ABORDAGEM TERAPÊUTICA PELA FISIOTERAPIA

Andressa Irineu Kauffman¹, Simone Araújo da Silva², Henrique Nogaroto³

¹ Acadêmica do curso de Fisioterapia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR.kauffman.andressa@gmail.com

² Acadêmica do curso de Fisioterapia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar – UNICESUMAR.si.asilva34@gmail.com

³ Orientador, Mestre, Departamento de Fisioterapia, Campus Maringá/PR, Universidade Cesumar - UNICESUMAR. Pesquisador do Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação – ICETI. henrinogaroto@gmail.com

RESUMO

No cotidiano do trabalho, rotina de exercícios, estresse e também, na agitação do dia a dia, fazem com que as pessoas estejam propícias a manifestar sintomas de dores, muitas vezes, sem uma casuística evidenciada pela clínica, ou até mesmo, tratadas de forma ineficiente pela maioria dos profissionais da área da saúde. Como exemplo, temos a dor musculoesquelética ou síndrome miofascial. Problema que causa muitas dúvidas quanto à sua origem ou tratamento adequado. Desta forma, o objetivo deste estudo foi avaliar a eficácia da utilização da técnica de Mobilização ou Liberação no tratamento da Síndrome Dolorosa Miofascial, onde nos fundamentamos em pesquisa e estudos científicos prévios, onde identificou-se a necessidade de mais estudos comprobatórios da eficácia da Mobilização Miofascial, uma vez que, a Síndrome Dolorosa Miofascial tem sua causa pouco esclarecida. A presente pesquisa foi elaborada em formato de revisão da literatura, através de artigos previamente publicados sobre o tema. Almejamos proporcionar um maior conhecimento na área, abordando essa temática e assim, verificando sua efetividade no tratamento de disfunções musculoesqueléticas, comprovando seus benefícios e eficácia, de modo que possamos contribuir para a literatura, através da base para a elaboração de novos protocolos de tratamento e pesquisas futuras.

PALAVRAS-CHAVE: Fásia; Mialgia; Mobilização; Promoção da Saúde; Síndrome da Dor Miofascial.

1 INTRODUÇÃO

Ao longo da rotina diária, utilizamos na maioria das vezes, inconscientemente, nossa estrutura corporal como um todo, sendo esta composição muito complexa, rica em detalhes, onde cada um é uma importante “engrenagem” de trabalho, atuando em harmonia para manter o equilíbrio corporal e uma boa funcionalidade dos movimentos do dia a dia (GIOJA; JIMENEZ, 2017; FELÍCIO; MARTINS; PEREIRA, 2019; CORREIA; DOMICIANO; MACENA; JÚNIOR; SOUZA, 2015).

No cotidiano do trabalho, rotina de exercícios, estresse e também, na agitação do dia a dia, as pessoas tendem a manifestar sintomas de dores, muitas vezes, sem uma casuística evidenciada pela clínica, ou até mesmo, tratados de forma ineficiente pela maioria dos profissionais da área da saúde (KAMONSEKI; NARCISO; PEIXOTO, 2011; MAIA; NASCIMENTO; SANTOS; VASCONCELOS; VITORINO, 2012; FERNANDES; FERNANDES, 2011).

Uma das causas mais comuns de quadros algícos musculoesqueléticos ocorre com a desordem das estruturas, principalmente, dos músculos, originando áreas de hipersensibilidade e dor que compromete toda ou parcialmente a função das estruturas corporais, trazendo em consequência, limitações na rotina diária, determinando condições clínicas que podem ser multifatoriais (PEÑAS; DOMMERHOLT, 2014; COSTA *et al.*, 2012; ALMEIDA; FORNER; PEGORARO; RODRIGUES; SCHUSTER; ZANOLLI, 2013).

Uma abordagem por profissionais qualificados, dentro das técnicas mais utilizadas para esses quadros, são as técnicas manuais de avaliação e tratamento, utilizadas frequentemente pela fisioterapia, mas que porém, precisam de um conhecimento apurado da parte desses profissionais, para que obtenha de maneira eficiente e satisfatório, o resultado para com o paciente tratado (SILVA; SILVEIRA, 2011; FELÍCIO *et al.*, 2019; BATISTA; BORGES; WIBELINGER, 2012).

Podemos, portanto, afirmar que mais do que tratar a patologia, é importante que os profissionais da área da saúde, aqui mais especificamente o fisioterapeuta, visualizar o indivíduo como um todo, considerando seus aspectos físico, mental e social e assim, através de intervenções na promoção da saúde, melhorar a qualidade de vida desses (BRONDANI; QUARTIN; RODRIGUES, 2018; ASSUMPÇÃO; DAVID; MENDES; RIBEIRO; SCHIVINSKI; ZANOLLI, 2013).

O objetivo desse estudo é comprovar a eficácia da utilização da Terapia Manual no tratamento da Síndrome Dolorosa Miofascial, por meio da técnica de Mobilização ou Liberação Miofascial, evidenciando a importância desse tipo de abordagem fisioterapêutica para o tratamento do quadro, assim como, a importância do fisioterapeuta e seu bom conhecimento para a adoção dessa técnica.

Nos fundamentamos em pesquisas e estudos científicos prévios, onde observamos a necessidade de mais estudos comprobatórios da eficácia da Mobilização Miofascial, uma vez que, a Síndrome Dolorosa Miofascial tem sua causa pouco esclarecida.

Dessa forma, entendemos a necessidade de relacionar os benefícios da Mobilização ou Liberação Miofascial com o conhecimento científico, para que essa técnica seja melhor vista ou utilizada dentre os profissionais e pacientes da área da saúde, e também, se fundamente como mais uma alternativa válida de tratamento para abordagem fisioterapêutica.

2 METODOLOGIA

O presente projeto foi elaborado em formato de revisão da literatura, através de artigos previamente publicados sobre o tema.

Foram utilizadas as seguintes palavras-chave para a pesquisa, em português, conforme os Descritores da Área da Saúde (Decs): fásia, síndrome da dor miofascial, mialgia, mobilização, promoção da saúde.

As bases de dados online utilizadas foram: Periódicos Capes, portal Ebsco (Base de Dados Científicos) e Scholar Google® (Google Acadêmico®), Scielo (Scientific Electronic Library Online), com data de publicação entre janeiro de 2010 e janeiro de 2020.

Após a análise dos artigos selecionados, os resultados do estudo serão discutidos e apresentados como forma de conclusão.

3 RESULTADOS ESPERADOS

Tratando-se de uma disfunção cada vez mais frequente na população, o intuito deste projeto de revisão da literatura será reconhecer as características (sinais e sintomas) da síndrome dolorosa miofascial, pretendendo-se evidenciar também, a importância de uma abordagem coerente através de intervenções de tratamento realizadas em estudos de pesquisas prévios, almejando-se assim, contribuir para um melhor entendimento e domínio das técnicas de avaliação e tratamento utilizadas por profissionais da área da saúde, principalmente através das técnicas de mobilização ou liberação miofascial (FELÍCIO *et al.*, 2019).

Sendo assim, pretendemos assegurar os benefícios e a eficácia do emprego da mobilização ou liberação miofascial como abordagem terapêutica no tratamento da síndrome dolorosa miofascial, tornando esse tipo de intervenção melhor aceita dentre os profissionais da área e pelos indivíduos tratados, fornecendo ainda, dados para a construção de novos protocolos de atendimento e estudos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, N. O. S.; FORNER, F. C.; PEGORARO, W.; RODRIGUES, A. M.; SCHUSTER, R. C.; TEDESCO, S. O efeito do método de tratamento geral osteopático em pacientes com espasticidade em membro superior hemiparético. **I Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG**, 2013.

ASSUMPCÃO, M. S.; DAVID, M. L. O.; MENDES, R. T.; RIBEIRO, M. A. G.; SCHIVINSKI, C. I. S.; ZANOLLI, M. L. Proposta de atuação da fisioterapia na saúde da criança e do adolescente: uma necessidade na atenção básica. **Saúde em Debate**, v. 37, n. 96, p. 120-129, 2013.

BATISTA, J. S.; BORGES, A. M.; WIBELINGER, L. M. Tratamento fisioterapêutico na síndrome da dor miofascial e fibromialgia. **Rev. Dor**, v. 13, n. 2, p. 170-174, 2012.

BRONDANI, S. C.; QUATRIN, L. B.; RODRIGUES, L. S. Percepção de acadêmicos de fisioterapia sobre a promoção da saúde. **Rev. APS**, v. 1, n. 21, p. 86-92, 2018.

CORREIA, M. B.; DOMICIANO, B. R.; MACENA, R. H. M.; JÚNIOR, F. F. U. S.; SOUSA, P. H. C. Transmissão de força miofascial: uma revisão sistemática dos fundamentos e implicações para Fisioterapia. **Fisioterapia Brasil**. v. 16, n. 2, p. 160-164, 2015.

COSTA, N. A.; PEDRONI, C. R.; POGGETTO, S. F. D. O efeito da manipulação miofascial sobre o limiar doloroso em atletas durante período competitivo. **Ter Man**, v. 10, n. 50, p. 486-490, 2012.

FELÍCIO, L. R.; MARTINS, A. P.; PEREIRA, K. P. Evidências da técnica de liberação miofascial no tratamento fisioterapêutico: revisão sistemática. **Arquivos de Ciências do Esporte**, v. 7, n. 1, p. 8-12, 2019.

FERNANDES, E. H.; FERNANDES, J. H. M. Síndrome dolorosa miofascial em trabalhadores com LER/DORT. **Síndrome Miofascial em LER/DORT**, v. 9, n. 1, p. 39- 44, 2011.

GIOJA, C.; JIMENEZ, F. T. Alavanca longa: A "nova" abordagem terapêutica à fáscia. **Handspring Pub Ltd**, cap 43, p. 445-446, 2017.

KAMONSEKI, D. H.; NARCISO, A. L. G.; PEIXOTO, B. O.; Y. L. C.; ZAMUNÉR, A. R. Técnicas manuais para dor miofascial e ponto gatilho. **Ter Man**, v. 9, n. 46, p. 937-942, 2011.

MAIA, M. R. A.; NASCIMENTO, J. D. S.; SANTOS, R. V. C.; VASCONCELOS, D. A.; VITORINO, M. S. Pontos-gatilho miofasciais: artigo de revisão. **Rev. Cien. Saúde Nov. Esp**, v. 10, n. 2, p. 79-89, 2012.

PEÑAS, C. F.; DOMMERHOLT, J. Myofascial Trigger Points: Peripheral or Central Phenomenon? **Curr Rheumatol Rep**, vol. 16, n. 1, p. 395, 2014.

SILVA, I. D.; SILVEIRA, M. F. A humanização e a formação do profissional em fisioterapia. **Ciência & Saúde Coletiva**, vol. 16, supl. 1, p. 1535-1546, 2011.