

## **A EFICÁCIA DA HIDROCINESIOTERAPIA NAS ALGIAS CRÔNICAS DA COLUNA LOMBAR**

**ISABEL ESTEVEZ ALVAREZ DE VICENTE; ANDRÉIA FUENTES DOS SANTOS;  
FERNANDA JARDIM VIEIRA; TANIA MALAGUTTI GIANANTE  
UNIPAR - UNIVERSIDADE PARANAENSE, UMUARAMA - Paraná**

**MARIZA MORAIS AMÉRICO. (Orientador)  
UNIPAR - UNIVERSIDADE PARANAENSE, UMUARAMA - Paraná**

A lombalgia é considerada como uma síndrome caracterizada por dor na região lombo-sacra de origem variada, conforme seu surgimento manifesta-se principalmente em decorrência do processo evolutivo do homem na posição ereta, locomovendo-se em bipedestação, passando a exigir da coluna vertebral, alterações morfológicas e funcionais sobrecarregando estruturas como articulações, ligamentos e músculos levando a desgastes significativos e conseqüente desconforto. Objetivos: analisar a eficácia da hidrocinestoterapia no tratamento das algias crônicas da coluna lombar em pacientes expostos ao tratamento durante dois meses, totalizando vinte sessões. Os participantes do estudo foram submetidos à avaliação que constou, das seguintes análises: protocolo de avaliação, constando dados pessoais, história, escala analógica visual da dor, testes de flexibilidade (Terceiro dedo-chão), teste sentado de laségue. O tratamento foi realizado na Clínica de Fisioterapia da Universidade Paranaense - UNIPAR de Umuarama no Setor de Hidroterapia, onde as sessões tiveram duração média de uma hora, realizada duas vezes por semana e no período de dois meses, totalizando 24 sessões. Obteve-se como resultados alterações significativas do quadro algico onde se utilizou a escala analógica visual da dor (valores entre 0 - 10), sendo que a média no início do tratamento foi de 08 e ao término da décima sessão, foi observada uma redução parcial da dor, sendo que a média foi de aproximadamente 1, observando a redução total da dor no final do tratamento. As pacientes estudadas no início do tratamento apresentaram uma média de 13,25 cm no teste (terceiro de chão). Após a reavaliação realizada na décima sessão, apresentaram uma média de 10,25 cm e, na vigésima e última sessão, permanecendo uma média 10.25 cm, todavia não havendo um resultado estatisticamente significativo. No teste de laségue os resultados obtidos foram 100% negativos, confirmando o diagnóstico fisioterapêutico de lombalgia crônica. A hidrocinestoterapia é um tratamento eficaz nas algias crônicas da coluna lombar pois, além de aliviar a dor, não foi um agravante para o surgimento da mesma.

[isavice@pop.com.br](mailto:isavice@pop.com.br); [mmamerico@unipar.br](mailto:mmamerico@unipar.br)