

EFETIVIDADE DO MÉTODO MULLIGAN NA DOR LOMBAR CRÔNICA: REVISÃO DE LITERATURA

ASSIS, B.G.¹; SILVA, L.O.²

RESUMO

A dor lombar crônica (DLC) é uma síndrome incapacitante que ocorre na região posterior do corpo, persistindo por mais de três meses. Cerca de 80% dos adultos em algum momento da vida já tiveram ou irão ter essa condição. O tratamento requer uma abordagem multidisciplinar que irá ajudar também nos fatores modificáveis que são sociais, emocionais e físicos. A terapia manual por meio de mobilizações e manipulações dos tecidos moles e articulações irá ajudar na melhora da dor momentânea e tardia. O conceito Mulligan é um método de terapia manual, em que é realizada a mobilização da coluna vertebral. Essa técnica é indolor e tem o intuito de diminuir a dor do paciente. O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão de literatura sobre a eficácia do conceito Mulligan na melhora da dor lombar crônica e na biomecânica funcional da coluna vertebral. O resultado do estudo mostrou que o conceito Mulligan aplicado na DLC teve resultados positivos na diminuição da dor, aumento da amplitude de movimento e melhora da funcionalidade da biomecânica da coluna vertebral.

Palavras-chaves: Dor lombar crônica. Terapia manual. Conceito Mulligan.

ABSTRACT

Chronic low back pain (CALD) is a disabling syndrome that occurs in the posterior region of the body, persisting for more than three months. About 80% of adults at some point in life have had or will have this condition. The treatment requires a multidisciplinary approach that will also help in the modifiable factors that are social, emotional and physical. Manual therapy through mobilizations and manipulations of soft tissues and joints will help to improve momentary and late pain. The Mulligan concept is a method of manual therapy, in which the mobilization of the spine is performed. This technique is painless and aims to reduce the patient's pain. The objective of this study was to conduct a literature review on the efficacy of the Mulligan concept in improving chronic lumbar pain and functional biomechanics of the spine. The result of the study showed that the Mulligan concept applied to DLC had positive results in reducing pain, increasing the range of motion and improving the biomechanical functionality of the spine.

Keywords: Chronic low back pain. Manual therapy. Mulligan concept.

INTRODUÇÃO

¹Beatriz Grabosque Assis. Acadêmica do curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana - FAP. Apucarana – Pr. 2020.

²Laryssa Oliveira Silva. Docente do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2020.

A dor lombar crônica (DLC), é uma síndrome incapacitante que ocorre na região posterior do corpo; é aquela em que a dor persiste por mais de três meses após o primeiro episódio, em que pode haver períodos de melhora do quadro clínico (MASCARENHAS, SANTOS, 2011).

O tratamento da dor crônica requer uma abordagem de equipe, pois pode-se encontrar vários fatores que contribuem para a dor persistente na coluna e que podem ser modificáveis como fatores sociais, emocionais e físicos; devido à natureza multidimensional da dor. A dor crônica é incapacitante e interfere com todos os aspectos e qualidade de vida de uma pessoa (HALL, *et al.*, 2007).

A terapia manual tem como objetivo a utilização de técnicas de manipulação e mobilização de tecidos moles e articulações, visando estimular a produção de elasticidade nas fibras aderidas e, conseqüentemente, favorece uma melhora na amplitude de movimento da articulação relacionada, normalização do equilíbrio membranoso, diminuição da compressão nervosa, relaxamento dos tecidos moles e promover a diminuição do quadro algico, trazendo benefícios para a prática de atividade diária do paciente que sofre de dores no corpo (ANDRADE, FRARE, 2008).

O Conceito Mulligan é um método de terapia manual indolor em que é realizada a mobilização da coluna vertebral associado ao movimento ativo por parte do paciente, enquanto a coluna está em uma posição de suporte do peso e direciona a mobilização paralelamente aos planos da faceta espinal (MULLIGAN, 1999).

OBJETIVO

Ao analisar a eficácia do conceito Mulligan na melhora da dor lombar crônica o aumento da amplitude dos movimentos do tronco e melhora da biomecânica funcional da coluna vertebral.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica, que se caracteriza pelo levantamento de referências teóricas já analisadas e publicadas. Foram utilizados artigos científicos pesquisados por meio das bases de dados: Pubmed, PEDro, Database, Scielo, Google Acadêmico, utilizando as seguintes palavras-chaves: Dor lombar crônica, terapia

manual e Conceito Mulligan, e para a busca em inglês: *Chroniclowbackpain, manual therapy Mulligan Concept*.

Os critérios utilizados para definir os artigos selecionados para o estudo foram: a seleção de trabalhos publicados entre os anos de 2012 a 2017, nos idiomas português e inglês, e que abrangem o tema do conceito Mulligan na dor lombar crônica e conceito Mulligan no tratamento da dor lombar crônica inespecífica. Foram descartados os artigos que não disponíveis para o público, artigos publicados antes de 2012 e os que apresentam outros tratamentos para dor lombar crônica.

RESULTADOS

Foram encontrados 4 (quatro) artigos relevantes à revisão, os quais estão apresentados no quadro a seguir.

Quadro 1 - Apresentação dos artigos

Autor/ Ano	Métodos utilizados	Tipo de intervenção	Resultado	Conclusão
PIRAN, AILY, ARAÚJO, (2012).	Trata-se de um estudo clínico longitudinal, prospectivo, controlado.	Foram selecionados pacientes com diagnóstico de lombalgia, divididos em três grupos, onde foram submetidos a três técnicas: Maitland, Mulligan (SNAG) e estabilização segmentar. Os pacientes foram submetidos a 10 sessões de tratamento com duração variando de acordo com a técnica, em regime de duas vezes na semana em dias não consecutivos, onde a amplitude de movimento (ADM) foi reavaliada no décimo dia de tratamento e a dor no quinto e décimo dia de tratamento.	Ao quinto dia de tratamento notou-se resultados com valores semelhantes entre os grupos, porém o grupo II, tratado com a técnica de Mulligan, mostrou-se mais eficaz na melhora da dor. Ao décimo dia de tratamento verificou-se que o grupo II obteve melhores resultados que o grupo III e este melhores resultados que o grupo I. Em relação a ADM foi observado que o grupo II obteve resultado significativo quando comparado com as outras técnicas.	Conclui-se com o estudo que os pacientes que foram tratados com a técnica de Mulligan apresentaram alívio da dor mais rápido e melhores resultados ao final do tratamento quando comparado as outras técnicas estudadas.
ALVES <i>et al.</i> , (2013).	Este estudo corresponde a uma intervenção, descritiva, prospectiva e quantitativa. Foram selecionadas 42 pessoas, que apresentaram dor na coluna cervical e/ou lombar. Eles foram submetidos a 48 diferentes	As técnicas utilizadas foram extraídas de Mulligan (2009), SNAGs para coluna cervical e SNAGs para coluna lombar, as mesmas foram aplicadas uma única vez em cada sujeito com até três séries de dez repetições, com duração média de	Em relação à intensidade da dor em ambas as colunas houve diferença altamente significativa antes e logo após a mobilização, assim como quando comparado com o antes da mobilização e sete dias após a mesma. Além disso, a analgesia gerada pelas técnicas	Conclui-se no estudo que houve diminuição significativa nos níveis de dor e melhora da ADM ativa de todos os movimentos da coluna lombar após aplicação da técnica e sete dias após.

	<p>eleso conceito de-Mulligan (SNAG). Após a seleção da amostra foi aplicado à escala visual analógica (EVA), para a quantificação da dor na coluna. As técnicas de mobilização foram selecionadas de acordo com o local da dor tratamentos</p>	<p>cincominutos cada,entre avaliação e aplicaçãoda técnica. Após a mobilização, bem como sete dias depois, foi aplicada novamente a EVA para reavaliar a intensidade da dor, permitindo determinar o efeito agudo e crônico das técnicas no quadro algico.</p>	<p>deSNAGsfoi mantida-decorridosetedias de-sua aplicação.</p>	
	<p>entre e o movimento gerador do quadro algico.</p>			
<p>HUSSIEN <i>et al.</i>, (2017).</p>	<p>O objetivo deste estudo foi investigar os resultados da adição de SNAG, por meio de um ensaio clínico randomizado, para o tratamento convencional de dores crônicas não específicas em coluna lombar, visando a melhora da dor e função.</p>	<p>Foram inclusos neste estudo 42 participantes com diagnóstico de lombalgia inespecífica, divididos em dois grupos, onde o grupo I recebeu o tratamento convencional de fisioterapia, que consistia em alongamento e exercícios de fortalecimento mais SNAG nos níveis da dor lombar, e o outro grupo recebeu o mesmo programa convencional sem SNAG três vezes por semana por um mês.</p>	<p>O estudo mostrou que a técnica de Mulligan lombar SNAGs pode diminuir o erro de reposicionamento encontrado em paciente com dor crônica inespecífica. Além disso, sugere que SNAG adicionado ao tratamento da dor lombar pode fornecer melhores resultados do que usando o tratamento convencional em relação ao posicionamento de dor e função.</p>	<p>O estudo indicou que houve melhora em ambos os grupos citados adicionando à técnica de SNAG do conceito Mulligan para melhora da dor lombar crônica inespecífica, que resulta em eficácia do erro de reposicionamento reduzindo assim a dor e melhorando a função.</p>
<p>HIDALGO <i>et al.</i>, (2015).</p>	<p>Neste estudo clínico foram comparados os efeitos imediatos e de curto prazo da dor lombar, na técnica de SNAG em pacientes com dor lombar inespecífica, em relação à amplitude de movimento, velocidade, dor, incapacidade funcional e analgesia.</p>	<p>Para o estudo foram recrutadas inicialmente 87 pessoas com DL, destes 32 foram incluídos no estudo com base em critérios específicos, que reclamavam de DL principalmente provocada pela flexão de tronco em qualquer estágio (de aguda ou crônica). Os pacientes foram separados em dois grupos, o primeiro grupo recebeu o tratamento de SNAG lombar e o outro recebeu p tratamento SNAG lombar simulado.</p>	<p>Este estudo mostrou que o SNAG lombar pode diminuir o erro de reposicionamento encontrado em pacientes com dor lombar crônica inespecífica. Além disso, o estudo sugeriu que o SNAG lombar, se adicionado ao tratamento convencional para lombalgia, pode fornecer melhores resultados do que o uso do tratamento convencional apenas em relação ao erro de reposicionamento, dor e função.</p>	<p>O estudo forneceu uma nova discussão na compreensão dos efeitos fisiológicos resultantes da aplicação de SNAG na coluna lombar. O estudo forneceu evidências preliminares de que SNAGs lombares tem eficácia imediata e de curto prazo o tratamento de um grupo-alvo de pacientes com lombalgia inespecífica.</p>

Fonte: Autoras da pesquisa, (2020)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir da revisão realizada foi possível concluir que o Conceito Mulligan é eficaz na melhora da dor, aumento de amplitude e melhora da biomecânica da coluna vertebral em pacientes com dor lombar crônica, trazendo resultados positivos.

Contudo, visto a escassez de trabalhos encontrados para esta revisão, ainda há uma carência de estudos voltados a essa área.

REFERÊNCIAS

Alves, C.M.; Junior, A.J.C.; Vieira, T.C.; Cruz, R.S. da. **Efetividade do conceito Mulligan na dor cervical e lombar: estudo com intervenção**. Estudos. 2013;40(2):177–86. doi: 10.18224/est.v40i2.2720.

ANDRADE, T.N.C. de; FRARE, J.C. **Estudo comparativo entre os efeitos de técnicas de terapia manual isolados e associadas à laserterapia de baixa potência sobre a dor em pacientes com disfunção temporomandibular**. RGO, Porto Alegre, v. 56, n.3, p.287-295, jul./set. 2008.

ARAÚJO, R. O. de; PIRAN, M; AILY, S. M. **Análise comparativa do tratamento da dor lombar crônica utilizando-se as técnicas de Maitland, Mulligan e Estabilização Segmentar**. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires - Ano 17 - Nº 170 - Júlio de 2012.

CANEIRO, J. P.; O’SULLIVAN P. **CognitiveFunctionalTherapy: Reabilitação do atleta com dor lombar**. 2018. Disponível em: <https://www.portalsecad.com.br/artigo/4447>. Acesso em 12 de março de 2020.

HALL, C.M.; BRODY L.T. **Exercícioterapêuticosnabusca da função**. 2ª Ed. Editora: Guanabarra, 2007.

Hidalgo, B.; Pitance, L.; Hall, T.; Detrembleur, C.; Nielens, H. **Short-term effects of Mulligan mobilizationwith movement on pain, disability, and kinematic spinal movements in patients with nonspecific low backpain: A randomized placebo-controlled trial**. J. Manip. Physiol. Ther.2015,38, 365–374.

Hussien, H.M.; Abdel-Raouf, N.A.; Kattabei, O.M.; Ahmed, H.H. **Effect of Mulligan Concept Lumbar SNAGon Chronic Nonspecific Low Back Pain**. J. Chiropr. Med. 2017,16, 94–102.

MASCARENHAS, C.H.M.; SANTOS, L. S. **Avaliação da dor e da capacidade funcional em indivíduos com lombalgia crônica**. J Health Sci Inst. 2011; 29 (3): 205-8.

MULLIGAN, B. R. **Manual therapy: “Nags”, “Snags”, “MWMS”**.4th ed. Hutcheson Bowman: Stewart, 1999.