

# **ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICA NO TRATAMENTO DA HÉRNIA DE DISCO: ESTUDO DE CASO**

DA SILVA, L. K. G.<sup>1</sup> ANDOLFATO, K. R.<sup>2</sup>

Objetivo deste artigo foi analisar a eficácia de um protocolo de atendimento fisioterapêutico associado ao uso de órtese plantar no tratamento da hérnia de disco. Mensurar a capacidade funcional, a limitação por aspectos físicos, a dor e deformidades causadas pela hérnia de disco. O método escolhido estudo de caso experimental do tipo antes e depois, foi incluído ao presente estudo portador de hérnia discal, sem restrição de idade, sexo ou etnia. Foi utilizado avaliação fisioterapêutica, Índice Oswestry 2.0 de Incapacidade e avaliação podal. A análise foi satisfatória.

**Palavras-chave:** Hérnia de Disco. Coluna Vertebral. Intervenção Fisioterapêutica.

## **Abstract**

The aim of this article was to analyze the effectiveness of a physiotherapeutic care protocol associated with the use of plant orthosis in the treatment of disc herniation. To measure the functional capacity, the limitation by physical aspects, the pain and the deformities caused by the disc herniation. The method chosen was an experimental case study from the before and after type, it was included to this study a bearer of disc herniation, with no age, gender or ethnic restriction. Physiotherapeutic evaluation was applied, Oswestry 2.0 index of foot disability and evaluation. The analysis was satisfactory.

Key words: Disc Herniation. Vertebral Column. Physiotherapeutic Intervention. Stabilization. Muscular Strengthening.

## **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 (Loiola, et al, 2017)

Segundo MELO FILHO (2013) a estabilidade da coluna vertebral depende da integração de três sistemas: sistema passivo (composto pelos corpos vertebrais, articulações facetarias, cápsulas articulares, ligamentos espinhais e discos intervertebrais); sistema ativo (constituído de músculos e tendões); e sistema neural (sistema nervoso central e periférico). Esses subsistemas, sob condições normais, garantem a estabilidade estática e dinâmica da coluna.

Segundo TOSCANO (2001) pessoas mais fracas necessitam de mais esforços para realizar determinadas tarefas, ficando mais expostas a lesões, e pessoas pouco flexíveis, em geral, têm dificuldade de manter as várias posturas, estressando os discos vertebrais. O equilíbrio muscular da força e da flexibilidade dos músculos agonistas e antagonistas não implica indicar que os dois segmentos devem ter semelhantes índices de força e flexibilidade.

De acordo com CANTALINO (2008). O pé é um elemento importante para a estrutura corporal, principalmente para o sistema postural. Pelo fato de ser rica em receptores cutâneos, exteroceptivos e proprioceptivos, a planta dos pés torna-se um captor ou adaptadora podal; nessas condições, diferentes informações podem intervir. Nesse contexto, alterações podais podem ser responsáveis por causar desequilíbrios posturais, assim como também os pés se ajustam aos desequilíbrios de estruturas suprajacentes a eles.

## **MÉTODOS**

Trata-se de um estudo de caso experimental do tipo antes e depois, realizado na Clínica Escola da Faculdade De Apucarana (FAP). O critério de inclusão portador de hérnia discal, sem restrição de idade, sexo ou etnia. Tendo aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da FAP-CetiFap com o parecer nº3.551.553.

O projeto de pesquisa obedeceu aos critérios e normas éticas estabelecida na resolução (466/12). E só teve início após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com seres Humanos da FAP - CETI-FAP. O componente do estudo só participou do estudo após a leitura e entendimento do termo de consentimento livre e esclarecido.

A amostra foi composta por indivíduo de sexo masculino, com diagnóstico de hérnia de disco, com idade 30 anos, que não utiliza medicamento de uso contínuo.

Os critérios de exclusão foram qualquer outra patologia da coluna vertebral, déficit cognitivo, lesão musculoesquelética ou pacientes submetidos à cirurgia no último ano que possa interferir nas avaliações ou no tratamento.

Foi submetido a avaliação pré e pós tratamento feita por um aluno treinado do último ano do curso de fisioterapia. O protocolo foi realizado em doze sessões de tratamento com duração de até 45 minutos, com frequência de três vezes por semana.

Inicialmente foi aplicado uma ficha de avaliação postural, juntamente com avaliação podal onde foi colido a impressão plantar com uso do podoscópio, foi aplicado o questionários de Índice Oswestry 2.0 de Incapacidade.

Ao final das 12 seções paciente foi reavaliado com a ficha de avaliação e o questionário Índice Oswestry 2.0 e os resultados obtidos serão evidenciados por meio de tabelas montadas no Microsoft Excel.

## **RESULTADOS**

Foi avaliado um indivíduo do sexo masculino 30 anos, foram realizados avaliação postural, testes específicos para hérnia de disco, avaliação da marcha e avaliação podal. Na avaliação paciente relatou sedentarismo. Após avaliação o paciente foi submetido a um protocolo onde foi aplicado alongamento, fortalecimento muscular de estabilizadores da coluna e o uso contínuo de órtese plantar. Verificou se que após a intervenção um aumento da força muscular, flexibilidade e diminuição do quadro algico.

## **CONCLUSÃO**

Presente estudo se mostrou eficaz no tratamento de hérnia de disco, apesar do pouco tempo de aplicação. A estabilização da coluna vertebral durante o exercício com bola suíça se mostra eficaz na prevenção de novas lesões e o quadro algico. Então conclui se que o protocolo de atendimento juntamente com o uso de órtese plantar é eficaz.

## **REFERÊNCIAS**

LOIOLA, Gabriella Maria Lima Verde et al. Terapia manual em pacientes portadores de hérnia discal lombar: revisão sistemática. **Ciência em Movimento: Reabilitação e Saúde**, Fortaleza CE, v. 19, n. 38, p.89-97, 2017

MELO FILHO, Jarbas et al. Análise da musculatura estabilizadora lombopélvica em jovens com e sem dor lombar. **Fisio. Mov.**, Curitiba, 2013.

TOSCANOI, José Jean de Oliveira ; EGYPTO, Evandro Pinheiro do. A influência do sedentarismo na prevalência de lombalgia. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, Niteroi, 2001.

CATALINO, Juliana Leal Ribeiro; MATTOS, Hêrecules Moraes. Análise das impressões plantares imitadas por dois equipamentos distintos. **ConScientiae Saúde**, [S. l.], 23 ago. 2008.