

# BANDAGEM NEUROMUSCULAR: ANÁLISE COMPARATIVA DO EFEITO IMEDIATO ENTRE A TÉCNICA DE TONIFICAÇÃO E RELAXAMENTO SOBRE A DOR E A MOBILIDADE LOMBAR EM INDIVÍDUOS COM LOMBALGIA

Autores

Christina Paramustchak Cruz Cepeda Alexandre Cabral da Silva Juliana Soriani Corrêa  
Roberto Mattar Cepeda

Afiliação

Universidade Positivo

**Introdução.** A dor lombar é uma importante causa de incapacidade que ocorre em prevalências elevadas em todas as culturas e influencia a qualidade de vida das pessoas. A bandagem neuromuscular (BNM) é um recurso terapêutico que tem sido utilizado no tratamento fisioterapêutico em diversas afecções. **Objetivo.** Comparar e analisar os efeitos imediatos da aplicação da BNM de tonificação do reto abdominal com a de relaxamento dos paravertebrais no quadro álgico e na mobilidade da coluna lombar em indivíduos com lombalgia. **Métodos.** Estudo quase experimental e prospectivo, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa sob nº39858/12. A amostra foi composta por 23 indivíduos de ambos os sexos, idade entre 20 e 50 anos, com diagnóstico de lombalgia no mínimo há 6 meses, com índice mínimo de 5 na Escala Visual Analógica da dor (EVA). Foram divididos aleatoriamente em um grupo de relaxamento de paravertebrais (GPV n=12, idade  $43,83 \pm 8,23$  anos, estatura  $167 \pm 0,08$  cm e massa corporal  $74,75 \pm 9,06$  Kg) e um grupo de tonificação de reto abdominal (GRA n=11, idade  $30,55 \pm 8,21$  anos, estatura  $167 \pm 0,08$  cm e massa corporal  $66,36 \pm 12,67$  Kg). Os participantes passaram por duas avaliações idênticas uma antes e outra após a aplicação da BNM. O nível álgico foi mensurado pela EVA e Questionário de McGill, (QMG) e a mobilidade pelo teste de Schöber modificado. Para análise estatística, foi realizada análise descritiva padrão das variáveis, para a normalidade o teste de Shapiro Wilk. Análises de variância (ANOVA two-way) foram aplicadas para testar as diferenças entre os grupos, para os paramétricos pós hoc de Scheffé e não paramétricos o de Fischer. O nível de significância foi de p0,05). Na EVA houve reduções do nível de dor em ambos os grupos, e estas foram similares (p0,05), no GPV (21%) e no GRA (19%). O GPV apresentou aumento na mobilidade da coluna lombar (Teste Schöber) de 2% (p0,05), no entanto, o GRA não apresentou alterações (p0,05). **Conclusões.** Os resultados mostraram que as duas técnicas foram efetivas na redução do nível álgico imediatamente após a aplicação, no entanto, somente a técnica de relaxamento dos paravertebrais promoveu aumento na mobilidade da coluna vertebral. Este recurso pode ser um importante recurso coadjuvante no tratamento fisioterapêutico para a lombalgia.