

EFETIVIDADE DA ESTABILIZAÇÃO SEGMENTAR NA DOR LOMBAR INESPECÍFICA

Autores

Oliveira Rc(1); Santos Mll(1); Poderoso Neto Ml(1) Santana Etn(1) Santana Wg(1) Maciel Lys (1).

Afiliação

(1) Universidade Federal de Sergipe Campus Lagarto

Introdução: A lombalgia é um dos distúrbios dolorosos que mais afetam o homem, na qual é comumente caracterizada por um quadro de desconforto, fadiga ou rigidez muscular localizada no terço inferior da coluna vertebral. Ela está associada a variadas causas, dentre elas destacam-se as degenerativas, inflamatórias, congênitas, tumorais, infecciosas e mecânico-posturais (lombalgia inespecífica), sendo esta última a mais intimamente relacionada com a instabilidade do segmento lombar da coluna vertebral e a mais frequente. **Objetivo:** Analisar a eficiência da técnica de Estabilização Segmentar Vertebral (ESV), em indivíduos que apresentam quadros de lombalgia inespecífica e avaliar o efeito da intervenção no comportamento da dor e melhora da capacidade funcional. **Métodos:** O presente estudo foi aprovado na plataforma Brasil pelo CAAE: 56356316.1.0000.5371. Trata-se de um ensaio clínico com distribuição aleatória e encoberto realizado na Faculdade Estácio de Sergipe, onde os sujeitos foram igualmente distribuídos em 2 grupos: Grupo Experimental (GE), o qual os indivíduos foram submetidos a um programa com doze sessões de estabilização lombar, realizado duas vezes na semana. E Grupo Controle (GC), o qual não houve nenhum tipo de intervenção. As variáveis de estudo e suas respectivas ferramentas de mensuração foram: dor (Escala Visual Analógica), avaliação da ativação do transversos (Unidade de Biofeedback Pressórico) e a qualidade de vida (SF-36). **Resultados:** Comparando a intensidade da dor de GE antes e depois houve melhora significativa, apresentando um $p < 0,0001$, da mesma forma quando comparado GE com GC depois, o que evidencia que a intervenção trouxe redução na intensidade da dor. Ao analisar a força do transversos houve melhora no grau de força do GE tanto quando comparado o antes e depois do mesmo grupo, quanto ao depois do GE e GC ($p < 0,0001$). Por fim, analisou-se a qualidade de vida dos sujeitos em que observou-se melhora estatisticamente significativa no antes e depois do GE, como também quando comparado o GE e GC após a intervenção. Já ao analisar o antes e depois do GC não houve melhora significativa. **Conclusão:** Evidencia-se que a técnica ESV pode ser um método de tratamento para pacientes com dor lombar inespecífica. Visto que a mesma contribuiu para maior estabilidade da coluna através do recrutamento dos músculos estabilizadores, acarretando assim em uma redução do quadro algico e conseqüentemente melhora nos níveis de qualidade de vida.