

KINESIO TAPING X ESTIMULAÇÃO ELÉTRICA NERVOSA TRANSCUTÂNEA NA DOR LOMBAR CRÔNICA INESPECÍFICA - UM ESTUDO CONTROLADO RANDOMIZADO CEGO

Autores

1. Adriana Lucia Pastore e Silva 2. Mariangela Rosante

Afiliação

1. Mestre em Ortopedia e Traumatologia pelo Instituto de Ortopedia e Traumatologia do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo; Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade Paulista (UNIP); 2. Pós-graduanda em Ortopedia e Traumatologia pelo Instituto de Ortopedia e Traumatologia do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo. Fisioterapeuta graduada pela Universidade Paulista (UNIP).

Introdução: A dor lombar é um dos sintomas mais comuns e recorrentes no mundo industrializado, além de ser extenuante e dispendiosa financeiramente. Ela é a principal causa de incapacidade física em adultos jovens em fase economicamente ativa e está relacionada a um alto índice de absenteísmo no trabalho, além das frequentes utilizações dos serviços de saúde. O principal objetivo do tratamento é o retorno às atividades usuais, realizadas antes sem a presença de dor. A fisioterapia engloba um conjunto de medidas, para promover o alívio sintomático da dor incapacitante, a qual facilita o processo de tratamento e conseqüentemente à chegada ao principal objetivo, dentre elas é a Kinesio Taping e a estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS). A realização de estudos que comparem atitudes terapêuticas é absolutamente necessária, para que possamos compreender melhor as razões dos insucessos terapêuticos nas dores lombares crônicas inespecíficas. **Objetivo:** Comparar a efetividade da aplicação da bandagem Kinesio Taping (KT) versus à Estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS) e um grupo controle (GC), em indivíduos com dor lombar crônica inespecífica. **Método:** Um ensaio clínico controlado randomizado foi composto por trinta participantes com dor lombar crônica inespecífica, randomizados em três grupos: KT (n=10), TENS (n=10) e GC (n=10); os grupos eram similares nas características demográficas e clínicas. Os grupos Kinesio Taping e TENS, receberam atendimento duas vezes por semana, durante 4 semanas (8 sessões), enquanto o grupo controle não recebeu qualquer intervenção. Os desfechos analisados foram: intensidade da dor (EVA), incapacidade funcional (Escala Roland Morris), cinesiofobia (Escala Tampa) e qualidade de vida (Questionário SF-36); coletados por um avaliador cego na linha de base e sete dias após o último atendimento. CAAE: 56269316.8.0000.5512. **Resultados:** O grupo Kinesio Taping apresentou diferença estatisticamente significativa a seu favor em relação ao grupo controle ($p < 0,05$), para o desfecho dor (domínio da qualidade de vida) e EVA e para o desfecho estado geral de saúde (domínio da qualidade de vida) em relação ao grupo TENS; o grupo controle e o grupo TENS não apresentou diferença estatística para nenhum desfecho. **Conclusão:** A técnica Kinesio Taping é mais efetiva no controle da dor e melhora do estado geral do que a Estimulação elétrica nervosa transcutânea em indivíduos com dor lombar crônica inespecífica.