

ESTABILIZAÇÃO SEGMENTAR E LIBERAÇÃO MIOFASCIAL EM INDIVÍDUOS COM HÉRNIA DE DISCO LOMBAR: ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO

S. Porto, L. Sampaio, V. Santana Junior, K. Santos, A. A. Silva, C. Ataíde

Objetivo: Analisar a eficácia da Estabilização Segmentar e Liberação Miofascial em indivíduos com Hérnia de Disco Lombar. **Métodos:** Ensaio clínico randomizado, intervencionista e transversal. A amostra não probabilística foi composta por 18 indivíduos distribuídos igualmente em dois grupos, de forma aleatória, de ambos os sexos e idades entre 18 e 59 anos. Após assinado o Termo de consentimento livre e esclarecido, foi utilizado o questionário sócio demográfico, contendo informações como idade, sexo e escolaridade, a Escala Visual Analógica, goniometria, Rolland Morris de Incapacidade e o Start Back Screening Tool, para identificar fatores biopsicossociais e funcionalidade. Os dados foram tabulados e processados pelo software Statistical Package for the Social Sciences - SPSS 22.0 para o windows e fixado a significância em 0,05. **Resultados:** O tratamento foi realizado em 12 sessões e observado redução na Escala Visual Analógica para ambos os grupos, sendo $<0,001$ para o grupo estabilização segmentar e $<0,003$ para o grupo liberação miofascial. A Incapacidade, por Rolland Morris demonstrou uma redução apenas para o grupo liberação miofascial apresentando antes $11,33 \pm 1,53$ e após $5,11 \pm 0,84 < 0,001$. O questionário de Start Back Screening Tool também apresentou redução para ambos grupos, sendo 0,038 para liberação miofascial e 0,02 para a estabilização segmentar. A goniometria da mesma forma obteve ganho em ambos os grupos, ficando 0,003 para estabilização segmentar e $<0,001$ para liberação miofascial. **Conclusão:** Houve redução da dor e da incapacidade funcional. Apenas a goniometria que não apresentou diferença estatística entre as técnicas.