

O MÉTODO MCKENZIE NA DOR LOMBAR: REVISÃO SISTEMÁTICA

Wassmuth T¹, Rossi L. P².

¹acadêmica de Fisioterapia pela Universidade Estadual do Centro-oeste, Guarapuava, Brasil;

²Docente do departamento de Fisioterapia da Universidade Estadual do Centro-oeste, Guarapuava, Brasil;
e-mail: taliwassmuth2015@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O método McKenzie é uma das muitas modalidades de tratamento da dor lombar, descrito como um sistema diagnóstico e de manipulação mecânica da coluna vertebral, que serve de base para a avaliação e tratamento da dor lombar⁽¹⁾. Apesar de ser um método muito utilizado é necessário verificar as repercussões na função e dor à longo prazo. Portanto, esse estudo teve como objetivo avaliar o efeito do método McKenzie sobre a dor e função em pacientes com lombalgia inespecífica.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática da literatura que seguiu os critérios recomendados pelo PRISMA, partir da estratégia PICOS (Tabela 1). A busca dos estudos nas bases de dados SciELO, LILACS, PubMed, BIREME foi realizada em janeiro de 2019. Para incluir toda a produção realizada sobre o tema nessas bases de dados as associações realizadas foram *McKenzie therapy AND low back pain*. Foram considerados para análise somente artigos randomizados e controlados com textos completos disponíveis no meio *on-line* até o dia 30 de janeiro de 2019 com um recorte temporal entre o período de 2008 a 2018. Foram excluídos estudos de caso, artigos de revisão, revisões sistemáticas e estudos não randomizados. -

Tabela 1 Estratégia PICOS

P	<i>Participate</i>	Qualquer indivíduo com dor lombar
I	<i>Intervention</i>	O Método McKenzie
C	<i>Comparison</i>	Grupo Controle com outras intervenções
O	<i>Outcome</i>	Melhora da dor lombar e da função
S	<i>Study</i>	Estudos controlados e randomizados,

Os estudos foram

selecionados por dois revisores (TW, LPR), independentes. Para avaliar a qualidade metodológica dos estudos foi utilizada a escala de qualidade PEDro.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca resultou em 3371 registros, que após leitura de títulos e resumos resultou em 32 artigos para análise dos textos completos, destes, 29 foram excluídos, por não terem os textos completos ou serem outros tipos de estudos, resultando em três estudos. Os resultados estão detalhados na tabela 2.

Tabela 2 Resultados dos estudos

Aut or	Nota PE Dro	Métodos	Desfecho
SZU LC et al., 2015	6/11	Estudo randomizado com amostra de 60 pessoas, 10 tratamentos durante cinco dias consecutivos comparando o método McKenzie	O método Mckenie associado à técnica de músculo energia e apenas o método McKenzie apresentaram diminuição da pontuação do questionário Oswestry

		associado à técnica de músculo energia, apenas o método McKenzie e a Fisioterapia convencional.	de incapacidade e diminuíram a dor pela escala visual analógica da dor (EVA) comparados ao grupo tratado com a fisioterapia convencional
PET ERS EN et al., 2015	4/11	Estudo randomizado com 21 pessoas, 15 tratamentos por 12 semanas, comparando o método Mckenzie e a mobilização vertebral	O grupo tratado com o método Mackenzie apresentou uma diminuição da dor na escala analógica da dor (EVA), e houve uma diminuição da pontuação no questionário Roland-Morris de incapacidade.
GA RCI A et al., 2013	6/11	Estudo randomizado com 148 indivíduos. O tratamento de quatro semanas, uma sessão por semana. Comparou o método Mckenzie com a escola de postura	Ambos os grupos apresentaram uma diminuição da dor na escala numérica da dor e diminuição da pontuação no questionário Roland-Morris de incapacidade.

Szulc et al. 2015 comparou o método McKenzie, a técnica de músculo energia e a fisioterapia convencional mostrando uma diminuição na dor e diminuição da incapacidade a curto prazo. Em contrapartida Garcia et al. 2013 ao comparar o método Mckenzie e a mobilização vertebral, com um total de 15 tratamentos em período de 12 semanas à longo prazo, constatou que os dois recursos não apresentaram diferenças no que se refere a dor e função em pacientes com dor lombar.

CONCLUSÃO

Conclui-se que o método McKenzie, à curto prazo apresentou melhora na dor e na função, mas quando analisado à longo prazo, esse método não apresentou melhora significativa comparada a outros recursos. Os estudos utilizados esta revisão foram considerados com qualidade moderada a alta na escala de qualidade PEDro.

AGRADECIMENTOS

Agradeço ao professor Luciano e a professora Hilana pelo apoio.

REFERÊNCIAS

1. Szulc P, Wendt M, Waszak M, Tomczak M, et al. Impact of McKenzie Method Therapy Enriched by Muscular Energy Techniques on Subjective and Objective Parameters Related to Spine Function in Patients with Chronic Low Back Pain. *Med Sci Monit*, 2015; 21: 2918-293
2. Petersen T, Christensen R, Juhl C. Predicting a clinically important outcome in patients with low back pain following McKenzie therapy or spinal manipulation: a stratified analysis in a randomized controlled trial. *BMC Musculoskeletal Disorders*; 2015;16:74.
3. Garcia A N, Costa L C M, Hancock M J, Almeida M O, et al. Efficacy of the McKenzie Method in Patients With Chronic Nonspecific Low Back Pain: A Protocol of Randomized Placebo-Controlled Trial. *Physical Therapy*. 2015 February; Volume 95; Number 2.

