

## TERAPIA DE LIBERAÇÃO POSICIONAL E POMPAGE NA DOR E QUALIDADE DE VIDA DE PACIENTES COM CERVICALGIA: REVISÃO DA LITERATURA

Ritzel, H. C.<sup>1</sup>, Rodrigues P. M.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Instituto de Ensino e Pesquisa do Hospital Moinhos de Vento, Porto Alegre, Brasil;  
e-mail: lisaprestes84@hotmail.com

### INTRODUÇÃO

A Cervicalgia é uma síndrome caracterizada por dor e rigidez transitória, devido a movimentos bruscos dos membros superiores gera sobrecarga sobre a musculatura da coluna cervical, levando ao aparecimento de pontos gatilho, dor e tendo como consequência o declínio da atividade diária e na sua qualidade de vida<sup>1</sup>.

Justifica-se a elaboração deste estudo para averiguar qual destas técnicas é mais eficaz para o tratamento da cervicalgia. Objetivo: Este estudo visa realizar uma revisão literária para determinar o efeito de duas técnicas em região cervical.

### METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada por meio das bases eletrônicas de dados: Lilacs, Pubmed, Scielo e Google acadêmico, através das palavras-chaves: terapia manual, fisioterapia, cervicalgia, qualidade de vida e pompagem; combinadas entre si.

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na presente pesquisa, foram encontrados 20 artigos e utilizados para elaboração deste estudo. Ainda assim, destes foram selecionados 04 estudos que se encaixavam nos critérios de inclusão (estudos experimentais) para análise e tabulação.

Tabela 1: Análise descritiva dos artigos pesquisados (n=04) relacionados à Técnica de Pompagem e Liberação Posicional.

Autor / Ano	Tema	Método
Silva et al 2017	Tratamento da cervicalgia mecânica por meio das técnicas de tração e pompagem.	Participou 10 voluntário, gênero Masculino com 36 anos. O tratamento foi realizado durante 15 sessões com técnicas de tração e pompagem.
Antunes et al 2017	Comparar os efeitos da massoterapia e pompagem cervical na dor e qualidade de vida	Foram incluídos no estudo 20 mulheres entre 45 e 65 anos e divididos em 2 grupos: 10 receberam massoterapia; 10 receberam pompagem em 10 sessões.
Sobral et al 2010	A efetividade da terapia de liberação posicional em pacientes com cervicalgia	Foi composta por 20 pacientes e divididos em 2 grupos: 10 com grupo experimental e 10 com grupo controle em 10

		sessões.
Mohamadi et al 2012	Cefaleia tensional tratada por terapia de liberação posicional	Composta por uma paciente de gênero feminino com 47 anos. Foi realizada 3 sessões.

### DISCUSSÃO

Em seu estudo Silva e colaboradores, constataram que a utilização das duas técnicas juntas houve melhora nos movimentos do pescoço e zerou a dor.

Antunes et al (2017) concluíram que o uso da pompagem demonstrou eficiência apenas para a qualidade de vida. A massoterapia promoveu melhora na dor. Mas ambas podem ser usadas para tratar cervicalgias.

Estudo realizado por Sobral e colaboradores, observaram resultados positivos após a aplicação da TLP em relação à diminuição da dor, movimento e força muscular. Concluíram a importância da utilização da TLP nas disfunções tensionais nas cervicalgias.

Mohamadi et al (2012) abordaram uma paciente que relatava cefaleia tensional há nove meses. Tratada com TLP, a participante relatou que as dores de cabeça cessaram completamente. E após oito meses em uma reavaliação, constatando que a paciente não teve dores novamente.

### CONCLUSÃO

Conclui-se que tanto a pompagem quanto a terapia de liberação posicional promovem melhora no quadro de dor e na qualidade de vida, sendo mais significativa a TLP na redução imediata da dor tensional e a pompagem na qualidade de vida. Desta forma, ambas as técnicas podem ser utilizadas como complemento terapêutico para cervicalgias. Porém ainda há necessidade de novas pesquisas.

### REFERÊNCIAS

1. Antunes M, Favoreto A. Análise comparativa dos efeitos da massoterapia e pompagem cervical na dor e qualidade de vida em mulheres. *ConScientiae Saúde*. 2017 Mar; 16(1): 109-115.
2. Mohamadi M, Ghanbari A, Rahimjaberi A. Tension Type - Headache treated by Positional Release Therapy: a case report. *Manual Therapy Journal*. 2012 Out; 17(5): 456-458.

3. Sobral M.K.M., Silva P.G., Vieira R.A.G et al. A efetividade da terapia de liberação posicional (TLP) em pacientes com cervicalgia. *Fisio. Movim.* 2010, v. 23, n. 4, p. 513-521.
4. Silva D.A.M., Soares F.B.M., Oliveira P.M. et al. Tratamento da cervicalgia mecânica por meio das técnicas de tração e pompagem: relato de caso. *Rev Cien Saude*, 2017;2(3):8-12.