

Análise comparativa dos efeitos da mobilização articular pósterio-anterior central aplicada em estudantes universitários com dor lombar realizada no solo e na água

Adriano Pezolato, Mônica Cristina Branco Gonçalves, Roberta Coelho Rodrigues, Thaíse Cardoso e Silva, Kênia Cristina Mancioppi Gomes

Introdução

A dor lombar é um problema econômico, social e clínico crescente em todo o mundo (Wadell, 1996 ; Deyo e Phillips, 1996).

Tem sido estimado, que fisioterapeutas chegam a despende 40% do seu tempo profissional no tratamento de pacientes com dor lombar (Kolt e McEvoy, 2003).

A mobilização articular é uma forma de intervenção manual usada para modular a dor e restabelecer a mobilidade articular acessória e fisiológica.

Muitos fisioterapeutas utilizam o meio aquático para o tratamento da dor lombar (McNamara e Thein, 1997; Hill, 2000). Shepherd e Michel (1998) relataram que este ambiente é adequado para a aplicação de mobilizações oscilatórias de pequena amplitude direcionadas a coluna lombar.

A falta de evidências científicas que comprovem os efeitos e a eficácia desta intervenção no meio aquático é grande. Mesmo diante de resultados clínicos que caracterizem o seu potencial terapêutico, a ausência de conhecimento científico prejudica a sua difusão nos cenários do tratamento aquático.

O objetivo deste estudo visou comparar os efeitos da mobilização articular pósterio-anterior central aplicada em estudantes universitários com dor lombar realizada no solo e na água.

Materiais e Métodos

A amostra foi composta por 20 estudantes universitários de ambos os sexos com idade de 18 a 33 anos (média de 22,8 +/- 2,8) com queixas de dor lombar.

Os indivíduos foram submetidos a uma avaliação fisioterapêutica onde foram avaliadas a intensidade e a localização da dor e a amplitude de movimento lombar.

Para avaliação da intensidade da dor foi utilizada a escala analógica visual (EVA) e para a determinação do local dos sintomas utilizou-se o mapa corpóreo.

As amplitudes de movimento de flexão, extensão e inclinação lateral lombar foram avaliadas utilizando-se dois inclinômetros (Baseline Enterprise Inc[®]-USA).

Após a obtenção destes dados os indivíduos foram randomizados em 2 grupos de tratamento: grupo água e grupo solo (Figura 1 e 2)

Mobilização pósterio-anterior central foi aplicada em todos os segmentos lombares, ou seja, de L1 a L5, durante um 1 minuto, repetindo duas vezes este procedimento para cada vértebra durante um período de 4 (quatro) semanas.

Figura 1: Mobilização pósterio-anterior na água



Figura 2: Mobilização pósterio-anterior no solo



Resultados

A análise dos resultados permitiu-nos concluir que de maneira geral, não houve diferenças estatisticamente significativas nos ganhos de amplitude de movimento da coluna lombar e redução da dor entre os indivíduos tratados no meio aquático e no solo. Embora a amplitude de movimento tenha aumentado na maioria dos indivíduos, quando estes ganhos em média são comparados entre os grupos não se verifica uma significância estatística entre eles, o mesmo também ocorreu em relação à intensidade da dor que mesmo diminuída em ambos os grupos não se observou diferenças significativas entre eles.

Discussão

Muitos casos de dor lombar estão relacionados com posturas inapropriadas e efeitos acumulativos de sobrecargas pequenas e constantes (Boissonnault e DiFabio,1996).

Levando em consideração à intensidade da dor o grupo tratado em meio aquático apresentou um ganho superior na redução da dor quando comparado ao grupo que sofreu intervenção no solo. O calor da água pode ter sido um fator contribuinte para esta redução mais acentuada no grupo submetido à intervenção aquática. Um aspecto importante condizente a variável dor, é que 79%

apresentaram uma diminuição de 2 cm ou mais na EVA. Uma diminuição de 2 cm na EVA é tido como melhora de significância clínica, como apresentado por Farrar et al (2001), e este ganho esteve presente na maioria dos indivíduos desse estudo.

Conclusão

A mobilização articular póstero-anterior central realizada na água e no solo possibilitou melhora na amplitude de movimento lombar e redução da dor, mas quando comparado os seus efeitos entre os meios os resultados estatísticos não são expressivos. Dentro de um aspecto clínico, a redução da dor atingida no grupo tratado no meio aquático foi superior ao grupo mobilizado em terra, o que nos permite afirmar que a mobilização articular póstero-anterior central aplicada na água é mais efetiva no controle da dor em um curto período de tempo, demonstrando ser esta intervenção um recurso importante no tratamento de pacientes com dor lombar.

FAVOR COLOCAR NO BANNER A LOGO DA UNIVERSIDADE (Centro Universitário Barão de Mauá) QUE SEGUE ABAIXO: (PATROCINIO)



Referências

- Wadell, G. (1996). Low back pain: a twentieth century health care enigma. *Spine*, 21, pp.2820-2825
- Deyo, R.A., Phillips, W.R. (1996). Low back pain: a primary care challenge. *Spine*, 21, pp.2826-2832
- Kolt, G.S., McEvoy, J.F. (2003). Adherence to rehabilitation in patients with low back pain. *Manual Therapy*, 8, 2, pp.110-116
- McNamara, C., Thein, L. (1997) Aquatic rehabilitation of clients with musculoskeletal conditions of the spine. In: Ruoti, R.G., Morris, D.M., Cole, A.J. *Aquatic Rehabilitation*. Philadelphia: Lippincott, pp. 59-82
- Hill, J. (2000). Mobilizações vertebrais. In: Campion, M.R. *Hidroterapia: princípios e prática*. São Paulo: Manole, pp 224-238
- Shepherd, J., Mickel, C. (1998) Towards the localization of the lumbar postero-anterior mobilization technique in water in the treatment of low back pain: a clinical note. *Manual Therapy*, 3, pp.162-163
- Boissonault, W., DiFabio, R.P. (1996). Pain profile of patients with low back pain referred to physical therapy. *JOSPT*, 24, pp.180-191
- Farrar, J.T., Youg, J.P., Lamoreaux, L., Weith, J.L. (2001). Clinical importance of change in chronic pain intensity measured on an 11 point numerical point rating scale pain. *Pain*, 94, pp.149-158

