

## RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

### **IMPACTOS DA HÉRNIA DE DISCO INTERVERTEBRAL E OS EFEITOS DA TERAPIA MANIPULATIVA DE ALTA VELOCIDADE E BAIXA AMPLITUDE NA QUALIDADE DE VIDA**

*Letícia Da Silva Rodrigues (leticia.rodrigues8741@soufcb.com.br)*

*Beatriz Nunes Cravo (beatriz.cravo6730@soufcb.com.br)*

*Mariana De Souza Couto (mariana.couto2790@soufcb.com.br)*

*Jocelia Januário De Paula (jocelia.paula9770@soufcb.com.br)*

*Ana Luisa Cozzer Brumatti (ana.brumatti3799@soufcb.com.br)*

**INTRODUÇÃO:** A hérnia de disco intervertebral é uma das principais causas de dor lombar e incapacidade física em adultos e idosos. Ocorre quando o núcleo pulposo se desloca por fissuras no anel fibroso, comprimindo raízes nervosas e provocando dor irradiada, fraqueza muscular e perda funcional. Pode afetar a região lombar ou cervical, comprometendo atividades diárias e laborais. Além do aspecto estrutural, envolve fatores biopsicossociais, influenciando o bem-estar, a saúde mental e a qualidade de vida. A dor crônica

e as limitações físicas podem causar depressão e ansiedade, sendo motivo comum de afastamento do trabalho. O tratamento fisioterapêutico, especialmente com a técnica HVLA, mostra-se eficaz na redução da dor, melhora funcional e reabilitação dos pacientes. OBJETIVOS: Analisar os principais impactos da hérnia de disco intervertebral na qualidade de vida e avaliar os efeitos terapêuticos da manipulação espinhal de alta velocidade e baixa amplitude como abordagem fisioterapêutica complementar, com base em evidências científicas publicadas nos últimos dez anos. MÉTODOS: Este estudo é uma revisão integrativa da literatura, realizada entre março e julho de 2024, nas bases PubMed, SciELO, LILACS, PEDro e Web of Science. Foram usados os descritores “Hérnia de disco intervertebral”, “Qualidade de vida”, “Terapia manual” e “Manipulação espinhal”, combinados com “AND”. Incluíram-se artigos completos, publicados entre 2013 e 2023, em português, inglês e espanhol. Excluíram-se estudos duplicados, revisões sistemáticas, relatos de caso e pesquisas com animais. Após análise de títulos, resumos e leitura integral, restaram 17 artigos. Os resultados foram analisados de forma descritiva e comparativa, destacando os impactos da hérnia de disco e os efeitos terapêuticos da HVLA. A análise dos resultados foi feita de maneira descritiva e comparativa, destacando semelhanças, divergências e contribuições relevantes de cada estudo para a prática clínica fisioterapêutica. RESULTADOS: Foram encontrados 17 artigos, destes apenas 7 estavam de acordo com os critérios de inclusão. Os estudos analisados demonstram que a hérnia de disco intervertebral impacta de forma ampla a saúde física e mental dos indivíduos. O sintoma mais prevalente é a dor lombar crônica, associada à

limitação funcional, rigidez articular e alteração postural. Esses achados reforçam a necessidade de protocolos clínicos padronizados e da capacitação contínua dos fisioterapeutas que utilizam a HVLA. A combinação entre terapia manual, fortalecimento muscular e educação postural constitui o modelo mais efetivo para reabilitação desses pacientes. CONCLUSÃO: Foi observado que as hérnias de disco intervertebral representa um importante problema de saúde pública, responsável por elevados índices de incapacidade e afastamento laboral. Seu impacto vai além da dor física, atingindo aspectos psicológicos e sociais do indivíduo. A literatura evidencia que o manejo conservador é a primeira linha de tratamento, sendo a terapia manipulativa HVLA uma alternativa segura, eficaz e de baixo custo. Os resultados demonstram que a HVLA proporciona alívio significativo da dor, melhora da mobilidade e aumento da qualidade de vida, com efeitos superiores aos tratamentos convencionais em determinados contextos clínicos. Essa técnica deve, portanto, ser considerada uma ferramenta relevante dentro da fisioterapia moderna, desde que aplicada com critérios e segurança. Para pesquisas futuras, recomenda-se a realização de estudos clínicos randomizados com amostras maiores e acompanhamento de longo prazo, a fim de consolidar as evidências sobre a eficácia e segurança da HVLA. Além disso, é necessário investigar os efeitos combinados da manipulação com outras abordagens terapêuticas, como exercícios de estabilização e técnicas de controle neuromotor.

Palavras-chave: hérnia de disco intervertebral; terapia manipulativa; hvla; qualidade de vida; fisioterapia; reabilitação.