Mostra Científica
FACULDADE CATHEDRAL

LIBERAÇÃO MIOFASCIAL: Abordagem fisioterapêutica na reabilitação de Cervicalgia

Natália Ferreira Farias, Graduanda de Fisioterapia da Faculdade Cathedral[1]
natalia.f.farias21@gmail.com

Thayná Vivian Urbano de Mesquita, Graduanda de Fisioterapia da Faculdade Cathedral[2]
thayvivian2002@gmail.com

A cervicalgia é reconhecida como uma das disfunções musculoesqueléticas mais prevalentes na população adulta, caracterizando-se por dor na região cervical associada principalmente a desequilíbrios musculares, sobrecargas mecânicas, movimentos repetitivos e posturas inadequadas, fatores que comprometem consideravelmente a funcionalidade, o desempenho nas atividades diárias e, consequentemente, a qualidade de vida dos indivíduos. Diante desse contexto, a fisioterapia desempenha papel essencial no manejo terapêutico, destacando-se a liberação miofascial como uma técnica de terapia manual frequentemente utilizada para redução da dor, melhora da mobilidade e restauração funcional. O presente estudo teve como objetivo analisar a importância e a relevância dessa técnica como recurso fisioterapêutico no tratamento da cervicalgia em adultos, considerando seus efeitos sobre a diminuição do quadro álgico, o ganho de amplitude de movimento e a melhora da função cervical. A problemática central consistiu em compreender de que maneira a liberação miofascial pode atuar como uma abordagem terapêutica eficaz na manutenção do tratamento da cervicalgia, contribuindo para o controle da dor e para o bem-estar global dos pacientes. A metodologia utilizada consistiu em uma revisão bibliográfica narrativa, de abordagem qualitativa, fundamentada em materiais científicos publicados entre 2021 e 2025, selecionados em bases de dados como Scielo, Google Acadêmico, Biblioteca Digital da Faculdade Cathedral e periódicos científicos, considerando critérios de relevância teórica, disponibilidade na íntegra e compatibilidade temática. A análise da literatura evidenciou que a liberação miofascial promove benefícios significativos, como a redução de tensões musculares, a liberação de aderências fasciais, a melhora da circulação local, o aumento da flexibilidade, o ganho de amplitude de movimento e a diminuição da percepção dolorosa, especialmente em casos de cervicalgia mecânica inespecífica. Conclui-se que a liberação miofascial representa uma intervenção fisioterapêutica eficaz e relevante no tratamento da cervicalgia, contribuindo de forma positiva para a recuperação funcional, redução da dor e melhoria da qualidade de vida, embora ainda sejam necessárias pesquisas clínicas mais consistentes para ampliar e consolidar as evidências científicas sobre seus efeitos em longo prazo.

Palavras-Chave: Cervicalgia. Fisioterapia. Liberação miofascial. Terapia manual.