

## RESUMO EXPANDIDO - FISIOTERAPIA

### **A INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NO QUADRO ÁLGICO DE HÉRNIA DE DISCO LOMBAR RELATO DE CASO.**

*Sabrina Da Silva Costa (sabrinacosta00@hotmail.com)*

*Érika Da Costa Silva (erika\_silva321@hotmail.com)*

*Francisca Analice Silva Lima (analice\_beleu@hotmail.com)*

*Maria Eliciane Ribeiro Da Silva (elicianeefisioterapia@hotmail.com)*

*Fabíola Monteiro De Castro (fcastro5@fanor.edu)*

*Adriana Bombonato Oliveira Rocha (arocha@fanor.edu.br)*

## RESUMO

Introdução: A coluna vertebral possui ao todo 29 vértebras, 7 cervicais, 12 torácicas, 5 lombares, e 5 vértebras fundidas que formam o sacro e o cóccix. Tem como função permitir o movimento de flexão, extensão, flexão lateral e rotação do tronco, envolvem e protegem a medula espinhal e serve de ponto de fixação de costelas e musculatura dorsal que gera suporte e estabilidade corporal, a vértebra consiste em discos intervertebrais, que são estruturas cilíndricas formadas por um anel fibroso na porção externa e uma porção gelatinosa no interior, um arco que se estende para trás do corpo da vértebra é formado por dois processos transverso e espinhoso, pedículos e lâminas. A hérnia de disco é multifatorial e as mais freqüentes localizam-se na região lombar de origem mecânicos-posturais degenerativa, secundárias que são aquelas por desgaste gradativo, ou seja, má postura, desequilíbrio muscular e fraqueza dos estabilizadores lombares. No entanto, na maioria das vezes, as hérnias de disco lombares costumam resolver com o tratamento clínico: medicamentos, repouso e sessões de Fisioterapia e acupuntura. A pesquisa se justifica pela necessidade de verificar a intervenção fisioterapêutica no quadro álgico de hérnia de disco lombar em paciente domesticado que exerce atividade laboral. Objetivo: Avaliar a intervenção fisioterapêutica no quadro álgico de hérnia de disco lombar. Metodologia: O estudo é do tipo exploratório e descritivo de caráter quantitativo relato de caso realizado Clínica escola de uma

instituição de ensino superior particular da cidade de Fortaleza-CE no período compreendido entre agosto a novembro de 2016. Paciente Z.F. L, 42 anos de idade, sexo feminino, domestica, com diagnóstico nosológico hérnia de disco lombar, os objetivos do tratamento foram diminuir o quadro álgico e o espasmo muscular aumentar a mobilidade da musculatura e articulação, fortalecer os músculos posturais da coluna vertebral. Tratamento: Foram realizados 2 atendimentos por semana somando 26 atendimento com duração de 40 minutos. Usando pompage alongamentos recursos eletroterapicos, massagem terapêutica. Foram respeitados os aspectos éticos da resolução 466\12. Resultados: A paciente estudada, relatou através da escala de EVA melhora significativa da dor de 8 para 2, ganho de ADM para flexão de 81º para 100º e extensão de 12º para 21º e força muscular de flexores e extensores da coluna de 2º para 4º Conclusão: Através dos estudos presentes nesse trabalho com seus respectivos resultados, podemos concluir que o tratamento fisioterapêutico mostrou-se bastante eficaz para restabelecer a funcionalidade de pacientes com quadro álgico de hérnia de disco lombar, tanto melhora significativa do quadro álgico, função muscular e amplitude de movimento.

**Palavras-chave:** hérnia de disco lombar, fisioterapia, tratamento.