

## RESUMO EXPANDIDO - FISIOTERAPIA

### **APLICAÇÃO DO MÉTODO MACKENZIE NO TRATAMENTO DA HÉRNIA DE DISCO LOMBAR: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA**

*Antonio Alan Brandão Ferreira (alanbrandaof1@gmail.com)*

*Claudia Cavalcante Campos (claudia\_pinheiro\_@hotmail.com)*

*Mayara De Sousa Carlos Aires (eusoudecristo.maycarlos@gmail.com)*

*Luana Almeida De Sá Cavaleiro (luana.almeida@fate.edu.br)*

## RESUMO

**Introdução:** A hérnia de disco é uma patologia que atinge frequentemente a coluna lombar, por ser uma região de alta mobilidade. Acomete cerca de 2 a 3% da população adulta mundial, podendo levar indivíduos economicamente ativos a se aposentarem por invalidez. Nos protocolos de tratamento vem se destacando o método Mackenzie, técnica diagnóstica e terapêutica cujo o objetivo é aliviar a dor e recuperar a função através de posições sustentadas e mobilizações do próprio paciente. **Objetivo:** Avaliar a eficácia do método Mackenzie como alternativa de tratamento na hérnia de disco lombar, através de uma revisão sistemática. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão sistemática descritiva, com estratégia de busca online nas bases de dados: PubMed, MEDLINE, Scielo e PEDro, usando os seguintes descritores: fisioterapia, hérnia de disco lombar e método Mackenzie, nos idiomas português e inglês. Foram encontrados 216 artigos, dos quais foram selecionados 31 para análise. Após leitura criteriosa, 12 artigos publicados entre 2012 à 2017 contemplaram os critérios metodológicos: pesquisas sobre hérnia de disco lombar, que abordassem a utilização do método mackenzie nos protocolos de tratamento. Foram excluídos artigos inespecíficos a temática, trabalhos de conclusão de curso e pesquisas envolvendo animais. **Resultados:** Os estudos avaliados mostraram-se favoráveis quanto a eficiência do método mackenzie na reabilitação da hérnia discal lombar, com resultados positivos para diminuição do quadro algico, aumento da amplitude de movimento, da força muscular e melhora da limitação funcional dos pacientes. Houve um consenso dos autores

quanto ao bom alinhamento postural que o método propicia, além de induzir a realização das atividades de vida diária de maneira correta. Evidências comprovaram que o componente educacional da técnica estimula o paciente a melhorar sua capacidade de autocuidado, prevenindo e diminuindo o número de novos episódios de crises ou encurtando sua duração, e com isso reduzindo significativamente o índice de absenteísmo no trabalho. Conclusão: Os achados mostraram que na atualidade, as condutas fisioterápicas na hernia discal lombar que envolvem o método mackenzie apresentam resultados satisfatórios em um curto período de tempo, e com isso aumentam a resolutividade dos tratamentos e a qualidade de vida dos pacientes.

**Palavras-chave:** Fisioterapia, Hérnia de disco lombar, Método Mackenzie