



## LIBERAÇÃO MIOFASCIAL NO TRATAMENTO DA CERVICALGIA: REVISÃO DE LITERATURA

---

**Marlayne Aparecida Endo do Prado Roesel**  
**Vanderleia Elizangela dos Santos**  
**Cleonice Garbuio Bortoli (Orientadora)**

### **Resumo**

**Introdução:** Nosso corpo internamente é recoberto por uma estrutura chamada de fáscia que é inseparável e com interconexões tridimensionais, que permite gerar uma força de tensão que é captada por receptores dolorosos presentes na fáscia. Qualquer alteração que ocorra nestas estruturas acaba gerando desequilíbrios, uma das principais queixas é a dor no pescoço também chamada de dor cervical ou cervicalgia. A cervicalgia gera incapacidade funcional, psicológica e socioeconômica, trazendo alteração na qualidade de vida dos indivíduos acometidos. A liberação miofascial é uma técnica manual que pode ser aplicada sobre a cervical dos indivíduos acometidos com a intenção de gerar relaxamento desses pontos de tensão que geram dor. **Objetivo:** Analisar se a liberação miofascial é eficaz na redução do quadro algico no tratamento da cervicalgia. **Metodologia:** foi realizada uma revisão de literatura sistemática nas bases de dados Lilacs, Medline, Google acadêmico, Pedro, Scielo e Pubmed no período de junho a agosto de 2021. Para a busca dos artigos foi utilizada a combinação dos descritores: cervicalgia (neck pain); manipulações musculoesqueléticas (musculoskeletal manipulations) e liberação miofascial (myofascial release). Foram selecionados os artigos publicados entre os anos de 2000 a 2021 que atenderam os seguintes critérios de inclusão: a) indivíduos de ambos os sexos com diagnóstico de cervicalgia e que abordassem a técnica de liberação miofascial sem e com a utilização de instrumentos (bolas, espátulas ou rolos); b) estar disponíveis na íntegra gratuitamente e excluídos os artigos de revisão de literatura, livros e capítulos de livros, resumos de eventos, estudos realizados com animais, artigos que abordem métodos invasivos, combinação de técnicas de liberação miofascial com fármacos e com a eletroterapia. **Resultado:** Foram encontrados 700 artigos sendo que 672 foram excluídos por não se encaixarem nos critérios de inclusão, dos 28 artigos selecionados para a revisão, após a leitura na íntegra foram excluídos mais 23 artigos por não abordarem o tema. Os cinco artigos utilizados nesta revisão mostram que a técnica de liberação miofascial é eficaz na redução do quadro algico. **Conclusão:** A técnica de liberação apresenta efeito benéfico na melhora do quadro algico em indivíduos com cervicalgia, porém são poucos os estudos que fazem a utilização da técnica de liberação miofascial de forma isolada, sendo assim novos estudos, com número amostral maior devem ser realizados para confirmar os resultados encontrados nesta revisão.

**Palavras-chave:** manipulações musculoesqueléticas; cervicalgia; liberação miofascial.