



TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA DOR LOMBAR: REVISÃO DE LITERATURA

Regina Sales da Silva
Cleonice Garbuio Bortoli
Rachel Schettert De Camargo

Resumo

Introdução: Mecanicamente a coluna lombar é o segmento da coluna vertebral que suporta maiores cargas no sistema musculoesquelético, pois ela tem função de dissipar forças provenientes da força peso e dissipação das mesmas para os membros inferiores. Está susceptível a lesões pois ela recebe e dissipa as forças provenientes do solo, juntamente com as adaptações musculares do indivíduo, favorecendo a presença de dores e desconfortos. **Justificativa:** A dor lombar é uma das afecções mais comuns na população, estima-se que cerca de 80% dos indivíduos irão apresentar um episódio de dor em algum momento de sua vida, onde a maioria deles apresentarão quadros crônicos e recorrentes de dor. Esta condição é autolimitante devido a dor intensa causando limitação das atividades funcionais, alterações musculoesqueléticas que podem ou afastam os indivíduos das suas atividades laborais. Na fisioterapia existem várias modalidades terapêuticas como cinesioterapia, hidroterapia, eletrotermofototerapia entre outras técnicas que podem ser utilizadas no tratamento da dor lombar. **Objetivo:** Verificar os principais métodos de tratamento fisioterapêutico utilizados em indivíduos com dor lombar. **Metodologia:** Foi realizado um levantamento bibliográfico na base de dados Scielo, utilizando os descritores dor lombar e fisioterapia. Os critérios de inclusão corresponderam a artigos indexados no período de publicação compreendido entre os anos de 2018 a 2022. E os critérios de exclusão foram artigos duplicados, que não abordavam o tema, não estejam disponíveis gratuitamente na íntegra, estudos do tipo revisão de literatura e estudos realizados em animais. Após a busca dos artigos na base de dados, ocorreu a análise exploratória dos artigos através da leitura dos títulos e dos resumos de acordo com os critérios de inclusão, após todos os artigos selecionados foram analisados através da leitura minuciosa na íntegra. Os dados foram organizados em tabelas e analisados por meio de estatística descritiva. **Resultados:** Foram encontrados um total de 129 artigos, onde 104 artigos foram excluídos por não atenderem os critérios de inclusão do estudo, resultando 25 artigos. No entanto, 19 artigos foram excluídos pois não apresentavam intervenção de tratamento, resultando apenas 6 artigos para análise neste estudo. Os principais métodos de tratamento fisioterapêutico encontrados foram auriculoterapia, eletroterapia, Pilates e cinesioterapia. **Conclusão:** Pode-se verificar que existem vários métodos de tratamento na dor lombar que podem ser utilizados ou associados, promovendo melhora da dor e da qualidade de vida dos indivíduos acometidos.

Palavras-chave: dor lombar, fisioterapia e terapia física.