



UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA

RITA DE CÁSSIA DA SILVA NASCIMENTO

**EFETIVIDADE DA MOBILIZAÇÃO ARTICULAR ACESSÓRIA NO TRATAMENTO
DA DOR LOMBAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

JUAZEIRO DO NORTE
2021

RITA DE CÁSSIA DA SILVA NASCIMENTO

**EFETIVIDADE DA MOBILIZAÇÃO ARTICULAR ACESSÓRIA NO TRATAMENTO
DA DOR LOMBAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Fisioterapia do Centro Universitário
Dr. Leão Sampaio, como requisito para
obtenção de nota para a disciplina de Trabalho
de Conclusão de Curso II, Projeto de pesquisa.

Orientador: Prof. Esp. Romulo Bezerra de
Oliveira

JUAZEIRO DO NORTE
2021

RITA DE CÁSSIA DA SILVA NASCIMENTO

EFETIVIDADE DA MOBILIZAÇÃO ARTICULAR ACESSÓRIA NO TRATAMENTO
DA DOR LOMBAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

DATA DA APROVAÇÃO: 08/07/2021

BANCA EXAMINADORA:

Professor (a) Especialista Romulo Bezerra de Oliveira
Orientador

Professor (a) Especialista Victor Filgueira Rosas
Examinador 1

Professor (a) Especialista Thiago Santos Batista
Examinador 2

JUAZEIRO DO NORTE
2021

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar, a Deus que fez com que meus objetivos fossem alcançados, durante todos os meus anos de estudos, e a mim que mesmo diante de tantas provas consegui manter o foco e passar por mais essa fase tão importante na vida acadêmica. Ao professor Romulo Bezerra, por ter sido meu orientador e ter desempenhado tal função com tamanha dedicação e compromisso, que me incentivou orientou e motivou a desempenhar meu melhor independente de notas e julgamentos, que além de professor foi amigo que soube orientar e corrigir, mas também soube elogiar e enaltecer quando foi preciso. E a todos os professores em geral, pelas correções e ensinamentos que me permitiram apresentar um bom desempenho no meu processo de formação profissional ao longo do curso. Enfim a todos que participaram, direta ou indiretamente do desenvolvimento deste trabalho de pesquisa, enriquecendo o meu processo de aprendizado.

ARTIGO ORIGINAL

EFETIVIDADE DA MOBILIZAÇÃO ARTICULAR ACESSÓRIA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

Rita de Cássia da Silva Nascimento¹, Romulo Bezerra de Oliveira².

*1-Acadêmico do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio.

2- Professor do Colegiado de Fisioterapia do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, especialista-Recife-PE.

Correspondência: ritadecassiadasilva7@mail.com

Palavras-chave: Dor lombar; Fisioterapia; Mobilização articular.

RESUMO

Introdução: A dor lombar também conhecida como lombalgia ou lombociatalgia é considerada um problema comumente encontrado em adultos jovens, a mesma pode ser definida como dor ou até mesmo desconforto localizado na parte baixa da coluna e acima da linha glútea superior, caracterizada como aguda ou crônica. A mobilização articular se dá através de um sistema de avaliação e tratamento, neste se empregam movimentos passivos ou ativos oscilatórios ou sustentados rítmicos. Estes movimentos se perfazem em deslocamentos intra-articulares denominados como acessórios, são: movimentos de giro, rolamento e deslizamento. **Objetivo:** Analisar a efetividade da mobilização acessória no tratamento da dor lombar. **Metodologia:** O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa de caráter descritivo, realizada entre setembro de 2020 a março de 2021, sendo os dados para análise e discussão pesquisados na BVS, PUBMED, PEDro e SciELO, usando os descritores e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: “dor lombar”, “fisioterapia”, “mobilização articular”, com uso dos operadores booleanos “AND” e “OR”. Foram incluídos nesse estudo artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados entre os anos 2015-2021, nos idiomas português e inglês; arquivos na íntegra, que contenham em sua população, adultos maiores de 18 anos. **Resultados:** Foram encontrados 90 artigos nas bases de dados consultadas sendo que, PUBMED n=52, peDRO n=20, BVS n=15, SciELO n=3. Após a análise minuciosa de acordo com os critérios de elegibilidade definiu-se uma amostra de 5 artigos estando esses depositados em; PUBMED n=4, peDRO n=0, BVS n=0, SciELO n=1 em seguida os mesmos foram analisados e discutidos de acordo com os objetivos da pesquisa. **Conclusão.** Os resultados analisados e discutidos neste estudo demonstraram que a mobilização articular poderá ser utilizada como uma medida de tratamento fisioterapêutico para dor lombar uma vez que essa técnica poderá ser utilizada em associação com outros modelos de tratamento podendo assim proporcionar resultados mais consistentes e duradouros.

Palavras-chave: Dor lombar; Fisioterapia; Mobilização articular.

ABSTRACT

Introduction: Low back pain also known as low back pain or lumbar sciatic pain is considered a problem commonly found in young adults, it can be defined as pain or even discomfort located in the lower part of the spine and above the upper gluteal line, characterized as acute or chronic. Joint mobilization takes place through a system of evaluation and treatment, in which passive or active movements oscillatory or rhythmic sustained movements are used. These movements are made up of intra-articular displacements called accessories, are rotating, rolling and sliding movements. **Objective:** To analyze the effectiveness of accessory mobilization in the treatment of low back pain. **Methodology:** The present study is a literature review of the integrative type of descriptive character, carried out between September 2020 and March 2021, and the data for analysis and discussion were researched in the BVS, Pubmed, PEDro and SciELO, using the descriptors and their combinations in the Portuguese and English languages: "low back pain", "physiotherapy", "joint mobilization", using boolean operators "AND" and "OR". Published and indexed articles in these databases between the years 2015-2021, in the languages of Portuguese and English; files in their entirety, containing in its population, adults over 18 years of age. **Results:** We found 90 articles in the databases consulted, and PUBMED n=52, PEDRO n=20, BVS n=15, SciELO n=3. After the thorough analysis according to the eligibility criteria, a sample of 5 articles was defined and these were deposited; PUBMED n=4, PEDRO n=0, BVS n=0, SciELO n=1 were then analyzed and discussed according to the research objectives. **Conclusion:** The results analyzed and discussed in this study demonstrated that joint mobilization can be used as a measure of therapeutic treatment for low back pain, since this technique can be used in association with other treatment models that can provide more consistent and lasting results.

Keywords: Low back pain; Physiotherapy; joint mobilization

INTRODUÇÃO

A dor lombar também conhecida como lombalgia ou lombociatalgia é considerada um problema comumente encontrado em adultos jovens, a mesma pode ser definida como dor ou até mesmo desconforto localizado na parte baixa da coluna e acima da linha glútea superior, caracterizada como aguda ou crônica (ALMEIDA; KRAYCHETE, 2017).

A Dor lombar é um problema que afeta 80% dos adultos em algum momento da vida, afetando assim a população de forma indiscriminada, a mesma se firma entre as 10 primeiras causas de consultas médicas. Em cada ano de 5 a 10% dos trabalhadores se ausentam de suas atividades por motivo de intenso desconforto e incapacidade em razão dessa doença, assim a dor lombar é considerada como um problema de saúde pública, com grande importância social e econômica (ALMEIDA; KRAYCHETE, 2017; STEFANE, et al., 2013).

Vários fatores colaboram para o desencadeamento dos tais desconfortos na região lombar, sendo estes fatores como: psicossociais, insatisfação laboral, obesidade, tabagismo, grau de escolaridade, realização de trabalhos pesados, sedentarismo, fatores genéticos e antropológicos, hábitos posturais. O sedentarismo também está relacionado a dores na coluna, pois as estruturas músculo-articulares são responsáveis pelo antagonismo das ações mecânicas da coluna promovendo assim a sustentação e equilíbrio do corpo. A dor pode se dar pelo processo degenerativo das articulações, da acentuação da lordose por aumento da curvatura da coluna, pela fraqueza na musculatura abdominal que acarreta maior pressão nas articulações facetarias e da assimetria das facetas articulares. (TUL AIN, 2019; OLIVEIRA; SALGUEIRO; ALFIERI 2014)

Para o tratamento da dor lombar e suas disfunções se faz necessário que o tratamento seja realizado de forma multidisciplinar, incluindo médico, fisioterapeuta e psicólogo, visando controlar o quadro algico e promover o bem-estar do indivíduo. (BRIGANÓ; MACEDO, 2005).

De acordo com Araújo (2012) são exemplos de técnicas da terapia manual: manipulações, mobilizações e massagens, sendo realizadas afim de produzir elasticidade as fibras, estimular o líquido sinovial, promovendo uma redução do quadro algico, as mesmas são realizadas pelo profissional fisioterapeuta. A mobilização articular é uma técnica da terapia manual caracterizada por movimentos passivos, tendo como objetivo melhorar a congruência articular e reduzir a dor e/ou o edema, e assim restaurar a biomecânica articular. (RAUSCHKOLB; GOMES, 2016).

A mobilização articular se dá através de um sistema de avaliação e tratamento, neste se empregam movimentos passivos ou ativos oscilatórios ou sustentados rítmicos, visando à

recuperação da artrocinemática. Estes movimentos se perfazem em deslocamentos intra-articulares denominados como acessórios, são: movimentos de giro, rolamento e deslizamento. (OLIVEIRA; SILVA,2013)

Esse estudo foi conduzido afim de analisar a efetividade da mobilização articular acessória no tratamento da dor lombar, tendo em vista a sua alta prevalência da mesma nos indivíduos adultos causando altos gastos elevados para os serviços de saúde assim como incapacidade física funcional.

MÉTODO

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura do tipo integrativa de caráter descritivo. O presente estudo foi realizado entre o período de setembro de 2020 a março de 2021, sendo os dados para análise e discussão pesquisados nas principais bases de dados em pesquisa para fisioterapia, como; BVS (biblioteca virtual de saúde), PUBMED (biblioteca nacional norte americana de medicina) e do banco de dados PEDro (base de dados de evidência em fisioterapia) e o SciELO.

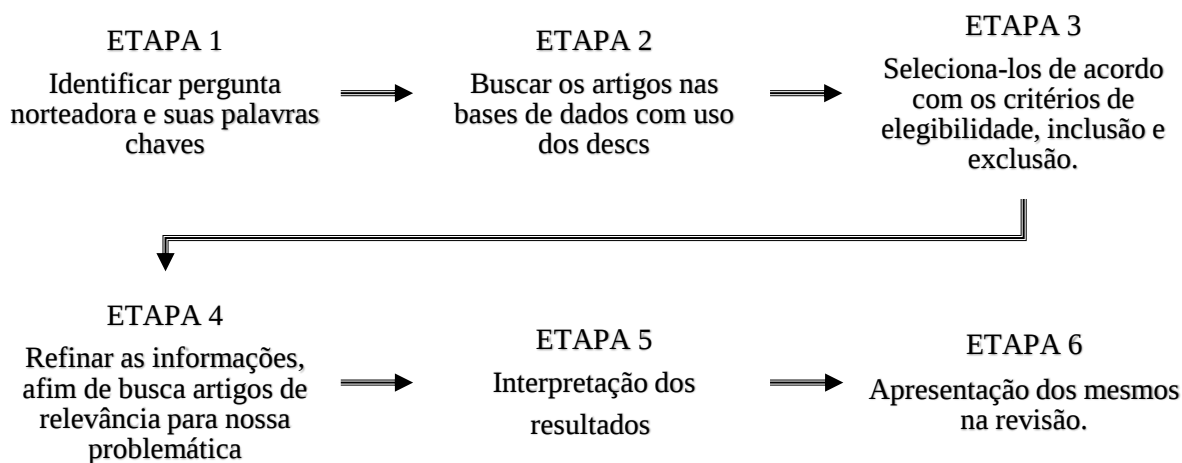
Critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos: artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados entre os anos 2015 a 2021; publicados em idiomas português e inglês; arquivos na íntegra, que contenham em sua população, adultos maiores de 18 anos de ambos os sexos. Serão selecionados para análise e discussão apenas estudos do tipo estudo de casos, série de casos e ensaios clínicos.

Como critérios de exclusão, estudos que não estejam de acordo com os objetivos, estudos sem determinação de metodologia clara, artigos com impossibilidade de acesso a publicação impressa ou online.

Inicialmente foi levantada a seguinte problemática: as técnicas de mobilização articular acessória oscilatória se mostrará uma medida de tratamento fisioterapêutico efetiva para dor lombar? Em seguida foi realizada busca por artigos nas bases de dados, utilizando descritores inseridos nos DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), na categoria “termo exato”. Utilizando-se dos seguintes descritores e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: “dor lombar”, “fisioterapia”, “mobilização articular”, com uso dos operadores booleanos “AND” e “OR” para busca.

Inicialmente os estudos foram analisados pelos títulos e os resumos para verificar se respondem à pergunta norteadora e se estavam de acordo com os objetivos estabelecidos na presente pesquisa. Após a análise inicial foi realizada a seleção dos mesmos de acordo os critérios de elegibilidade, inclusão e exclusão.

Fluxograma1: Descrição do processo da coleta de dados.



Após a seleção dos artigos que se firmaram relevantes para o estudo foi realizado a análise dos estudos, mediante a leitura dos artigos selecionados, tendo os achados indexados nas ferramentas excel e word em formato de tabelas para facilitar a análise dos dados de forma clara e objetiva, sendo estes discutidos posteriormente.

RESULTADOS

Através das estratégias de buscas realizadas no período de setembro de 2020 a março de 2021, foram encontrados 90 artigos nas bases de dados consultadas sendo que, PUBMED n=52, peDRO n=20, BVS n=15, SciELO n=3. Após a análise minuciosa de acordo com os critérios de elegibilidade definiu-se uma amostra de 5 artigos estando esses depositados em; PUBMED n=4, peDRO n=0, BVS n=0, SciELO n=1. Os mesmos estão expostos na tabela 1, logo abaixo.

Tabela 1: seleção dos artigos encontrados nas bases eletrônicas antes e após serem submetidos aos critérios de elegibilidade, inclusão e exclusão.

Base de dados	Estratégia de busca		Total antes	Total após análise
PUBMED	Avançada	articular mobilization AND low back pain AND physiotherapy	52	4
BVS	Avançada	articular mobilization AND low back pain AND physiotherapy	15	0
PeDRO	Avançada	mobilization joint AND low back pain	20	0
SciELO	Avançada	joint mobilization AND low back pain	3	1
TOTAL			90	5

Fonte: Dados da pesquisa (2021).

Tabela 2: descrição dos estudos incluídos na revisão integrativa, quanto ao título, autor, ano de publicação, idioma e base de dados.

TÍTULO	AUTOR(ES)	ANO	IDIOMA	BASE DE DADOS
Comparison of two mobilization techniques in management of chronic non-specific low back pain	ALI; SETHI; NOOHU.	2019	Inglês	PUBMED
Short-Term Effects of Mulligan Mobilization With Movement on Pain, Disability, and Kinematic Spinal Movements in Patients With Nonspecific Low Back Pain: A Randomized Placebo-Controlled Trial	HIDALGO ET AL.	2015	Inglês	PUBMED
Effects of Sustained Natural Apophyseal Glides with and without thoracic posture correction techniques on mechanical back pain: a randomized control trial	AIN ET AL.	2019	Inglês	PUBMED

Effects of unilateral posteroanterior mobilization in subjects with sacralized lumbosacral transitional vertebrae	ANGMO; MOHANTY; PATTNAIK.	2015	Inglês	PUBMED
Immediate effects of joint mobilization compared to sham and control intervention for pain intensity and disability in chronic low back pain patients: randomized controlled clinical trial	TAVARES ET AL.	2017	Inglês	SciELO

Fonte: Dados da pesquisa (2021).

A tabela acima mostra a relação dos estudos que foram selecionados, tendo esses as características de estarem dispostos todos na língua inglesa e sua maioria, 4 dos 5 estarem na base de dados PUBMED, e apenas 1 estando na base de dados SciELO.

Tabela 3: Caracterização dos artigos quanto ao autor, objetivos, tipo de estudo e conclusão.

AUTOR(ES)	OBJETIVO	TIPO DE ESTUDO/ AMOSTRA	CONCLUSÃO
ALI; SETHI; NOOHU.	O objetivo do estudo foi comparar os efeitos da mobilização pósterio-anterior de Maitland e deslizamento apofisário natural sustentado de Mulligan na dor lombar	Participaram do estudo 33 indivíduos divididos aleatoriamente em 2 grupos	Os escores das medidas de desfecho mostraram melhoras, porem adição de técnicas de mobilização de Maitland ou Mulligan da coluna vertebral não mostra diferença
HIDALGO ET AL.	O objetivo deste estudo clínico foi comparar os efeitos de curto prazo dos deslizamentos apofisários naturais sustentados por Mulligan (SNAGs) em pacientes com dor lombar	Ensaio randomizado controlado. Com uma amostra de dois grupos de 16 indivíduos duplo cego.	De 6 variáveis, 4 demonstraram melhora significativa com tamanhos de efeito moderados a grandes, logo, estudo mostrou evidências de que os SNAGs da

			coluna lombar tiveram um efeito favorável
AIN ET AL.	Determinar a eficácia de deslizamentos apofisários naturais sustentados com e sem técnicas de correção postural torácica em pacientes com dor lombar mecânica crônica.	O ensaio clínico randomizado. Foi realizado com 40 pacientes do sexo feminino, divididos em 2 grupos iguais.	Os SNAGS de Mulligan foram considerados eficazes na melhora da dor, independência funcional e ADM em todas as direções em pacientes com lombalgia mecânica. No entanto, a eficácia aumentou quando SNAGS foram fornecidos junto com exercícios TPCT em pacientes com lombalgia mecânica
ANGMO; MOHANTY; PATTNAIK.	Verificar a eficácia da mobilização posteroanterior (PA) unilateral sobre as vértebras transicionais lombosacras centralizadas tipo IA e IIA em pacientes com dor lombar com ou sem dor nas pernas.	Estudo experimental de controle randomizado. Realizado com 30 sujeitos em uma amostragem aleatória simples.	Os resultados do estudo sugerem que a pressão unilateral de PA é um método de mobilização eficaz na redução da dor lombar, melhorando a ADM e a deficiência relacionada
TAVARES ET AL.	O objetivo deste estudo foi avaliar os efeitos da mobilização articular lombar sobre os seguintes desfechos: intensidade da dor e incapacidade em pacientes com dor lombar crônica.	Ensaio clínico controlado randomizado. Participaram do estudo 60 indivíduos de ambos os sexos	Foram observadas diferenças significativas pré e pós-tratamento para a variável de intensidade de dor. Os presentes resultados sugerem efeito sham relacionado à aplicação de mobilizações em

Fonte: Dados da pesquisa (2021).

DISCUSSÃO

A dor lombar é uma condição patológica complexa e heterogênea, desta forma abrangendo uma vasta quantidade de sinais e sintomas. Também é caracterizada por ser uma causa frequente de morbidades e incapacidades a mesma pode ser definida como uma dor e desconforto localizados abaixo do rebordo costal e acima da linha glútea superior, com ou sem dor referida no membro inferior. (ALMEIDA; KRAYCHETE, 2017)

A mobilização articular é uma técnica muito utilizada na Fisioterapia para o tratamento das mais diversas doenças articulares, se tratando de uma técnica da terapia manual que envolve movimentos acessórios das superfícies articulares. É utilizada com diversas finalidades, como redução de dor, reposicionamento e realinhamento da articulação, restauração da artrocinemática sendo essas consideradas eficazes para recuperar tais algias e percas, restabelecendo uma melhor congruência articular (ARAÚJO, 2012; OLIVEIRA ET AL 2013).

No estudo de ALI, et al (2019) foi realizado um comparativo dos efeitos da mobilização pósterio-anterior de Maitland (deslizamento PA) e deslizamento apofisário natural sustentado de Mulligan (Sustained Natural Apophyseal Glide-SNAG) na dor lombar crônica, os indivíduos da amostra foram divididos em 2 grupos no qual o grupo 1 recebeu a mobilização por deslizamento do PA de Maitland e o do grupo 2 recebeu SNAG de Mulligan. Junto com a respectiva técnica de mobilização, exercícios individualizados eram comuns para os sujeitos de ambos os grupos. As medidas de resultado foram escores de escala numérica de dor (NPRS), flexão lombar e amplitude de movimento de extensão, atividade do músculo eretor da espinha e pontuação do questionário de incapacidade de dor lombar Oswestry.

Os indivíduos em ambos os grupos receberam tratamento 4 dias por semana durante 4 semanas. Observou-se como resultado que ambas técnicas, deslizamento PA de Maitland e os SNAGs de Mulligan mostraram melhora significativa nas medidas avaliadas, porém não se notou diferença na melhora dos sintomas no quesito comparação das técnicas.

As técnicas de Maitland envolvem a aplicação de movimentos oscilatórios passivos e acessórios nas articulações vertebral e vertebral para tratar dor e rigidez de natureza mecânica,

sendo esta graduada em grau I, II, III, IV e V. Os SNAGS são deslizamentos acessórios apofisários naturais sustentados, no qual o paciente tenta mover ativamente uma articulação dolorosa ou rígida, enquanto o terapeuta sustenta o deslizamento paralelo ao plano de tratamento.

Temos um artigo cujo objetivo é comparar ambas as técnicas supracitadas, no qual de acordo com o próprio autor não se tem uma diferença notável entre os efeitos comparados das mesmas, entende-se que por se tratarem mobilizações acessórias ambas compartilham dos mesmos princípios fisiológicos, logo seus resultados serão pertinentemente parecidos.

Hidalgo, et al (2015) interviu com divisão de sua amostra em 2 grupos, tendo os indivíduos, cegos para a alocação dos grupos, SNAG real e o sham, sendo o grupo real mostrando resultados significativamente melhores comparado ao grupo controle. Todos os pacientes foram tratados durante uma única sessão de SNAG real / sham (3 × 6 repetições) na coluna lombar na posição sentada em uma direção de flexão.

O objetivo do estudo supracitado foi comparar os efeitos imediatos e de curto prazo de deslizamentos apofisários naturais sustentados, avaliando a dor em repouso e durante a flexão, bem como incapacidade funcional e cinesiofobia, registrados por medidas autorreferidas. Este estudo mostrou evidências de que os SNAGs da coluna lombar tiveram um efeito favorável imediato e de curto prazo.

Em seu estudo Tul Ain, et al (2019) também avaliou a eficácia dos deslizamentos apofisários naturais sustentados, sendo que sua população foi alocada aleatoriamente em dois grupos iguais. O grupo 1 recebeu mobilização de deslizamento apofisário natural sustentado, enquanto o grupo 2 recebeu o mesmo junto com técnicas de correção postural torácica. Os SNAGS foram aplicados em flexão, extensão e rotação. Eles foram aplicados por alguns segundos com 3 repetições no primeiro dia e 10 repetições na próxima visita.

O estudo teve a intervenção com duração de 4 semanas, sendo 3 sessões por semana e uma sessão por dia. As medidas de desfecho incluíram de avaliação da Dor, Índice de Incapacidade de Oswestry e Goniometria da Lombar. De acordo com o referente artigo, em comparação com as leituras da linha de base, dor, independência funcional e amplitude de movimento mostraram melhora significativa pós-intervenção em ambos os grupos. Os escores médios no grupo 2 apresentaram melhores resultados do que no grupo 1 em todas as variáveis. Logo obteve-se uma melhor eficácia nos exercícios de correção postural torácica juntamente com deslizamentos apofisários naturais sustentados em comparação com os que receberam apenas os deslizamentos apofisários.

De acordo com os resultados apresentados no estudo ALI, et al (2019) a combinação da mobilização articular acessória com outras técnicas, como exercícios, alongamentos e correções posturais tem um melhor efeito nos quesitos avaliados como a dor e o ganho na amplitude de movimento, uma vez que a técnica de mobilização é aplicada em consonância a técnicas de correção postural os resultados se sobressaem.

No estudo de Angmo; Mohanty; Pattnaik (2015), foi realizada a divisão da amostra em 2 grupos iguais, sendo esses o grupo A que foi realizado auto mobilidade lombar e exercícios de alongamento, mobilização AP unilateral e a compressa quente, o grupo B recebeu a auto mobilidade lombar e exercícios de alongamento e a compressa quente. Antes de iniciar o tratamento, os indivíduos foram avaliados quanto às variáveis dependentes: intensidade da dor por VAS, ADM para flexão e inclinação, pelo método dedo ao chão modificado com a ajuda de uma fita-polegada e funções por Questionários de Incapacidade Funcional Oswestry Modificados. As medições pós-teste foram feitas após a conclusão de 2 semanas de terapia.

De acordo com o autor os resultados sugerem que a pressão PA unilateral é um método de mobilização eficaz na redução da dor lombar, melhorando a ADM e a deficiência relacionada, em comparação com exercícios baseados em deficiência isoladamente em pacientes com dor lombar com ou sem radiação para membros inferiores.

Por fim temos o estudo de Tavares, et al (2015), no qual o mesmo realizou a distribuição aleatoriamente de sua amostra em três grupos de 20 indivíduos. Os pacientes do GM foram submetidos a mobilização articular, durante a aplicação das técnicas, os pacientes permaneciam em decúbito ventral e o procedimento era repetido uma vez em cada segmento, O GS foi submetido a uma técnica sham. É grupo controle (GC) não recebeu nenhuma intervenção. Todos os grupos foram avaliados pelo mesmo investigador cego e responderam às seguintes ferramentas antes e imediatamente após as dez sessões de intervenção: escala numérica de dor para avaliar a intensidade da dor, Índice de deficiência de Oswestry para avaliar incapacidade relacionada à dor lombar e Escala de pensamentos catastróficos avaliar a catastrofização relacionada à dor.

O tratamento teve duração de 5 semanas, 2 vezes por semana totalizando 10 sessões. No GM foi aplicada a técnica de pressão posteroanterior central durante 30 segundos com média de 30 repetições em cada vértebra lombar, de L5 a L1, utilizando mobilização articular grau II. No GS foi reproduzido o mesmo posicionamento das mãos utilizado no grupo GM, porém sem as oscilações rítmicas, apenas com as mãos em repouso. Da mesma forma, o posicionamento foi mantido por 30 segundos em cada vértebra lombar.

Em seu estudo Tavares, et al (2015) observou redução significativa na intensidade de dor no grupo tratado com mobilização e mobilização-sham em relação ao grupo controle. No grupo mobilização, 75% dos participantes apresentaram 30% de mudança na intensidade de dor versus 60% do grupo sham, enquanto que no grupo controle isso ocorreu em apenas 15% dos participantes. Os presentes resultados demonstraram que a mobilização articular foi eficaz na melhora da incapacidade, intensidade da dor. Entretanto, na comparação dos efeitos entre os grupos de intervenção foi observada redução significativa na intensidade de dor apenas nos grupos mobilização e sham em relação ao grupo controle.

Trabalhos prévios têm demonstrado efeito das técnicas de mobilização articular para intensidade de dor, como e o caso de ANGMO; MOHANTY; PATTNAIK (2015), Hidalgo, et al (2015) e Tavares, et al (2015), os mesmo utilizaram-se de desenhos metodológicos similares, no caso ensaios clínicos com a divisão da amostra em grupos tendo sempre um grupo controle, nos quais foram verificados efeitos similares, melhores resultados nos grupos que receberam a mobilização articular acessória em comparação aos que receberam o sham e os que não foram expostos a intervenções.

CONCLUSÃO

A dor lombar é uma condição clínica muito comum que afeta a população das mais variadas faixas etárias trazendo inúmeros gastos para os serviços de saúde e incapacidade funcional. Sendo assim se faz necessário cada vez mais a busca por medidas de tratamento mais seguras e eficientes, visando proporcionar aos acometidos uma melhor qualidade de vida

A fisioterapia, através de vários estudos, vem demonstrando ser uma excelente medida de tratamento para a dor lombar e dentre as suas medidas de tratamento destacamos a mobilização articular, uma técnica da terapia manual caracterizada por movimentos rítmicos que se perfazem em deslocamentos intra-articulares denominados como acessórios, tendo como objetivo melhorar a congruência articular e reduzir a dor e edema, e assim restaurar a biomecânica articular

Esta pesquisa demonstrou, com base nos resultados dos estudos analisados e discutidos, que a mobilização articular poderá ser utilizada como uma medida de tratamento para a dor lombar, tendo em vista que a mesma demonstra efetividade para o controle da dor e consequente

incapacidade funcional. Vale ressaltar que mobilização articular deverá ser utilizada em associação com outras intervenções, principalmente exercícios para um melhor controle da dor lombar evitando assim recorrência.

Levando em consideração os resultados apresentados nessa pesquisa, de acordo com os estudos aqui apresentados, os dados coletados poderão ser grande relevância para acadêmica e científica a fim aprofundar os conhecimentos acerca da temática desenvolvida, reforçando a importância da busca de medidas terapêuticas eficientes para dor lombar.

REFERENCIAS

- ALI, M.N; SETHI, K; NOOHU, M.M. Comparison of two mobilization techniques in management of chronic non-specific low back pain. *J Bodyw Mov Ther.* 2019 Oct;23(4):918-923.
- ALMEIDA, D.C; KRAYCHETE, D.C. Dor lombar-uma abordagem diagnóstica. **Revista Dor**, v. 18, n. 2, p. 173-177, 2017
- ANGMO, P; MOHANTY, P.P; PATTNAIK, M. Effects of unilateral posteroanterior mobilization in subjects with sacralized lumbosacral transitional vertebrae. *J Bodyw Mov Ther.* 2016 Jan;20(1):19-25.
- ARAUJO, F. G. **Técnicas de terapia manual: definições, conceitos e princípios básicos:** uma revisão bibliográfica. 2012. 12 f. TCC (Graduação) - Curso de Fisioterapia, Faculdade Ávila, Goiania, 2012.
- BRIGANÓ, J.U; MACEDO, C.S.G. Análise da mobilidade lombar e influência da terapia manual e cinesioterapia na lombalgia. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, v. 26, n. 2, p. 75-82, 2005.
- HIDALGO, B; PITANCE, L; HALL, T; DETREMBLEUR, C; NIELENS, H. Short-term effects of Mulligan mobilization with movement on pain, disability, and kinematic spinal movements in patients with nonspecific low back pain: a randomized placebo-controlled trial. *J Manipulative Physiol Ther.* 2015 Jul-Aug;38(6):365-74.
- RAUSCHKOLB, P; GOMES, T.N. Efeitos das técnicas manuais de mobilização e manipulação articulares da coluna vertebral. *Revista Saúde Integrada*, v. 9, n. 17, 2016
- OLIVEIRA, A.L; SILVA, A.C. Análise cinemática da passada normalizada e frequência da marcha de idosos com gonartrose após mobilização pelo conceito Maitland. **Fisioterapia Brasil**, [S.l.], v. 14, n. 1, p. 27 - 32, jul. 2018. ISSN 2526-9747.
- OLIVEIRA, A.L; VEIGA, T.R; YUAN, C.C; PEREIRA, F.G.S.A; FELÍCIO, M.P.S; SILVA, A.C. Análise cinemática da passada normalizada e frequência da marcha de idosos com gonartrose após mobilização pelo conceito Maitland. **Fisioterapia Brasil**, Vol 14, Número 1 - janeiro/fevereiro de 2013.
- OLIVEIRA, J. G; SALGUEIRO, M.M.H.A. O; ALFIERI, F.M. Lombalgia e Estilo de Vida.UNOPAR, **Cient Ciênc Biol Saúde**,16(4):341-4,2014.
- STEFANE, T; SANTOS, A.M; MARINOVIC, A; HORTENSE, P. Dor lombar crônica: intensidade de dor, incapacidade e qualidade de vida. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 26, n. 1, p. 14-20, 2013.

TAVARES, F. A. G; CHAVES, T.C; SILVA, E.D; GUERREIRO, G.D; GONÇALVES, J.F; ALBUQUERQUE, A.A.A. Immediate effects of joint mobilization compared to sham and control intervention for pain intensity and disability in chronic low back pain patients: randomized controlled clinical trial. *Revista Dor* [online]. 2017, v. 18, n. 1 [Accessed 25 June 2021] , pp. 2-7.

TUL AIN, S.Q; SHAKIL, U.R; REHMAN, S; MARYAM, M; KIANI, S.K. Effects of Sustained Natural Apophyseal Glides with and without thoracic posture correction techniques on mechanical back pain: a randomized control trial. *J Pak Med Assoc.* 2019 Nov;69(11):1584-1587.