

**FACULDADE DO NORTE DE MATO GROSSO - AJES**  
**BACHARELADO EM FISIOTERAPIA**

**ANANDA APARECIDA BARBOSA LOPES**

**EFEITOS DA TERAPIA MANUAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA EM ADULTOS:**  
**Revisão bibliográfica**

Guarantã do Norte-MT

2022

**FACULDADE DO NORTE DE MATO GROSSO - AJES**

**ANANDA APARECIDA BARBOSA LOPES**

**EFEITOS DA TERAPIA MANUAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA EM ADULTOS**

**Revisão bibliográfica**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharelado em Fisioterapia, da Faculdade do Norte de Mato Grosso, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia, sob orientação do Prof.<sup>a</sup> Veronica Jocasta Casarotto.

Guarantã do Norte-MT

2022

**FACULDADE DO NORTE DE MATO GROSSO - AJES**  
**BACHARELADO EM FISIOTERAPIA**

LOPES, Ananda Aparecida Barbosa. **EFEITOS DA TERAPIA MANUAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA EM ADULTOS: Revisão bibliográfica.** (Trabalho de Conclusão de Curso) AJES - Faculdade Norte de Mato Grosso, GUARANTÃ DO NORTE - MT, 2022.

Data da defesa: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_.

**MEMBROS COMPONENTES DA BANCA EXAMINADORA:**

---

**Presidente e Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Veronica Jocasta Casarotto**  
AJES/GUARANTÃ DO NORTE

---

**Membro Titular: Prof.**

AJES/GUARANTÃ DO NORTE

---

**Membro Titular: Prof..**

AJES/GUARANTÃ DO NORTE

Local: Associação Juinense de Ensino Superior AJES  
- Faculdade Norte de Mato Grosso AJES  
- Unidade Sede, Juína– MT

**FACULDADE DO NORTE DE MATO GROSSO - AJES**

**DECLARAÇÃO DO AUTOR**

Eu, **ANANDA APARECIDA BARBOSA LOPES**, DECLARO e AUTORIZO, para fins de pesquisas acadêmica, didática ou técnico-científica, que este Trabalho de Conclusão de Curso, intitulado, **EFEITOS DA TERAPIA MANUAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA EM ADULTOS: Revisão bibliográfica**, pode ser parcialmente utilizado, desde que se faça referência à fonte e ao autor.

Autorizo, ainda, a sua publicação pela AJES, ou por quem dela receber a delegação, desde que também seja feita referências à fonte e ao autor.

GUARANTÁ DO NORTE – MT, \_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
**ANANDA APARECIDA BARBOSA LOPES**

# **EFEITOS DA TERAPIA MANUAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA EM ADULTOS: Revisão de literatura**

## ***EFFECTS OF MANUAL THERAPY ON CHRONIC LUMBAR PAIN IN ADULTS: Literature review***

Amanda Aparecida Barbosa Lopes <sup>1</sup>  
Veronica Jocasta Casarotto<sup>2</sup>.

### **RESUMO**

A dor lombar é uma patologia decorrente de sintomas presente em alterações músculo esquelético da região lombar que pode acarretar incapacidade funcional, é considerado uma das causas que mais afasta o indivíduo da função laboral e o tratamento pode incorrer em elevados custos entretanto, o tratamento quando iniciado com terapia manual irá fazer com que a dor tenha uma redução e melhora na amplitude dos movimentos; o objetivo da presente pesquisa é identificar as diferentes intervenções, utilizando como base a abordagem manual ou exercícios direcionados, bem como sua eficácia, em pacientes com dor lombar inespecífica; a metodologia utilizada nesta pesquisa é uma revisão bibliográfica e foi realizada as buscas em bases de dados de acesso livre disponíveis na web, entretanto foi utilizado termos descritores relativos ao tema da pesquisa e método de inclusão e exclusão na limitação das publicações entre os anos de 2017 a 2022; o resultado apresentado de acordo com a análise dos artigos selecionados foi possível constatar a eficácia da estabilização segmentar, que incluem exercícios físicos de forma geral aliado ao fortalecimento, aliado aos tratamento multidisciplinar

**Palavras-chave:** Fisioterapia. Coluna lombar, Estabilização segmentar. Terapia manual.

### ***ABSTRACT***

*Low back pain is a pathology resulting from symptoms present in skeletal muscle changes of the lumbar region that can lead to functional disability, it is considered one of the causes that most distances the individual from the work function and the treatment can incur high costs, however, the treatment when started with manual therapy it will cause the pain to have a*

---

<sup>1</sup> LOPES, Amanda Aparecida Barbosa. Acadêmica do curso de bacharelado em fisioterapia da AJES – Faculdade do Norte de Mato Grosso -MT. e-mail: cristinasilva.acad.@ajes.edu.br

<sup>2</sup> CASAROTTO, Veronica Jocasta. Coord. Do curso de Bacharelado de Fisioterapia – AJES – Faculdade do Norte de Mato Grosso – MT. e-mail: veronica\_casarotto@hotmail.com

*reduction and an improvement in the range of motion;: the objective of the present research is to identify the different interventions, based on the manual approach or targeted exercises, as well as their effectiveness, in patients with nonspecific low back pain; Methodology: the methodology used in this research is a narrative bibliographic review and searches were carried out in open access databases available on the web, however descriptors related to the research topic and method of inclusion and exclusion were used in the limitation of publications between the years from 2017 to 2022;: the result presented according to the analysis of the selected articles, it was possible to verify the effectiveness of segmental stabilization, which includes physical exercises in general combined with strengthening, combined with multidisciplinary treatment*

**Keywords:** *Physiotherapy. Lumbar spine, Segmental stabilization. Manual therapy.*

## INTRODUÇÃO

O tratamento da lombalgia é essencialmente a função do fisioterapeuta, pois o mesmo dispõe de conhecimentos e técnicas como a manipulação de osteopatia, liberação miofascial, cinesioterapia, terapia manual entre outras técnicas capazes de promover a reestruturação do segmento que possibilita aliviar a sintomatologia (ALMEIDA, *et al.*, 2017).

A terapia manual é muito utilizada como uma das técnicas que mais proporciona alívio na dor lombar, esta técnica é realizada através de manipulação de movimentos passivos circulares dentro da articulação do padrão de amplitude de movimentos normais de membros, conhecida como técnica de manipulação. (BIALOSKY, 2019).

A algia lombar denominada de lombalgia, é considerado um problema de saúde pública, com grande prevalência, as pessoas de diferentes idades têm buscado tratamento para lombalgia sendo em sua maioria os adultos, entretanto, a dor lombar inespecífica está relacionado a conceito de dor que ocorre principalmente sem sinais de graves condições periférica (MEUCCI *et al.*, 2018).

Os músculos do tronco são divididos em dois grandes grupos: os músculos profundos, que são os oblíquos internos, o transversos abdominal e os multífidos; e os músculos superficiais, que são os oblíquos externos, os eretores espinhais e o reto abdominal, para que o corpo possa se manter em uma postura correta é necessário que todas estas musculaturas estejam perfeitamente saudáveis, e todas as complexas ligações dos nervos possuem funções distintas na estabilização da coluna lombar e fazem parte da estrutura muscular (ALMEIDA, *et al.*, 2017).

Em sua pesquisa *Hasanpour-Dehkordi et al.*, (2017).relata que ao persistir a dor por um tempo acima de seis meses é caracterizado como dor crônica, e neste caso deve-se procurar tratamento medicamentoso aliado a terapia manual, entretanto este tipo de tratamento é

concedido pelo sistema único de saúde, o quadro da patologia poderá interferir nas relações laborais, sociais e econômicas, contudo a lombalgia é um sintoma de etiologia multifatorial, causadas por um conjunto de fatores dentre eles os comportamentais decorrente da condição socioeconômica e alguns fatores relacionados ao uso de fumo e baixa atividade física, ou sociodemográfica decorrente da idade, sexo, graus de escolaridade, exposição ocorrida no cotidiano como trabalho físico extenuante, movimentos repetitivos, posição viciosa, obesidade.

Na maioria dos casos, os sintomas melhoram naturalmente com três meses, mas podem ser auxiliados com tratamentos clínicos e fisioterapêuticos. Mesmo o paciente se sentindo bem sem tratamento, é importante que ele faça um programa de tratamento voltado para a funcionalidade normal da coluna e para o seu fortalecimento. As pesquisas são categóricas: após os primeiros sintomas de dores nas costas, os músculos que protegem a coluna vertebral começam a ficar fracos e atrofiados. (LOIOLA *et al.*, 2021).

De acordo com a norma NR17, que habilita o profissional fisioterapeuta, dentro de um quadro específico do CBO, quando se trata de prevenção e reabilitação de funcionário dentro da especificidade de ergonomia, a dor lombar é uma das patologias que mais afasta o funcionário do seu labor, entretanto o profissional fisioterapeuta é essencial na reabilitação dos pacientes e os estudos comprovam a eficácia no tratamento da lombalgia entre outras patologias, embora o exercício seja um dos poucos tratamentos baseados em evidências para a lombalgia crônica, contudo, vários tipos de tratamento são encontrados na literatura e alguns destes métodos que trabalham com a reorganização neuromuscular e com o controle postural (SANTOS, COSTA e SILVA, 2022).

A dor lombar crônica possui alta prevalência e carga social, mas sua fisiopatologia é incerta e o tratamento insatisfatório e que os resultados encontrados em sua pesquisa de estudo de caso do tipo causa e efeito foram 31 jovens com lombalgia crônica associado a dismenorreia, em seu período pré-menstrual (MOHA e VILAGRA 2022).

A dor é uma patologia que consegue ser medida através do EVA, e também é uma função sensorial que a ciência considera normal necessária para a sobrevivência, ela se comunica com os sensores neurais para proteger o indivíduo de danos contínuos ou atuais, quando esta sensação se torna anormal e evolui para um quadro crônico e torna-se disfuncional, causando malefícios ao indivíduo fazendo que o mesmo perca a qualidade de vida diante dos desconforto decorrentes das dores (TREEDE, 2019; LEE, 2020).

Entretanto a lombalgia é uma patologia dolorosa e seus sintomas se caracterizam pela rigidez em graus variados de intensidade na região lombar entre a região inferior do dorso, é de fundamental importância conhecer a anatomia e fisiologia para compreensão dos mecanismos

da dor, que pode ter origem nos elementos posteriores, nos músculos, no disco, ou estruturas extrínsecas a coluna. (FERNANDES, 2020).

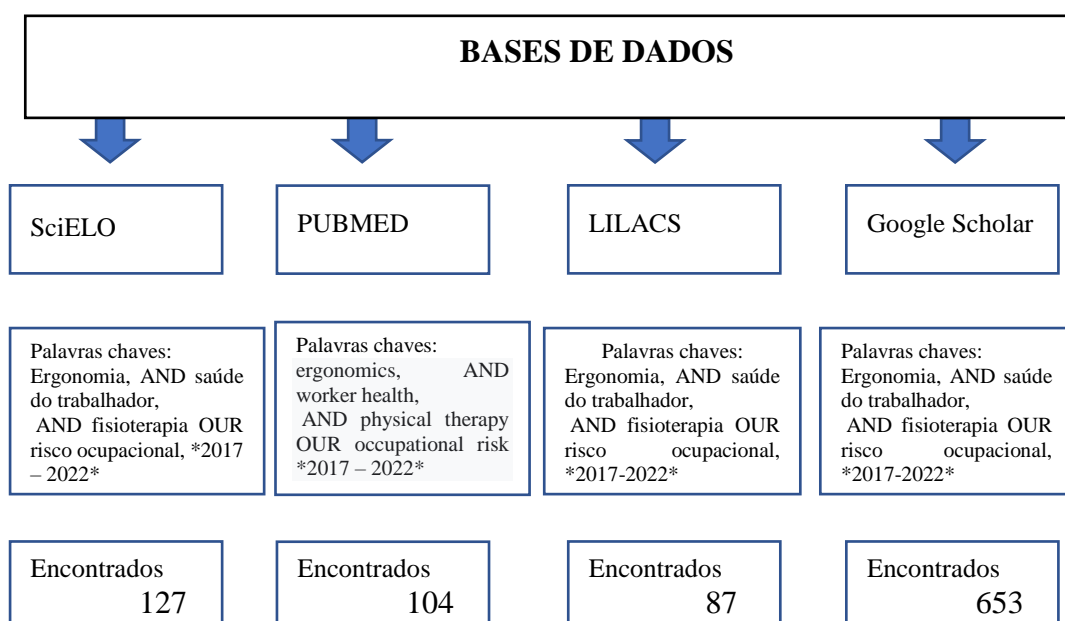
O objetivo da presente pesquisa é identificar as diferentes intervenções, utilizando como base a abordagem manual ou exercícios direcionados, bem como sua eficácia, em pacientes com dor lombar inespecífica

## METODOLOGIA

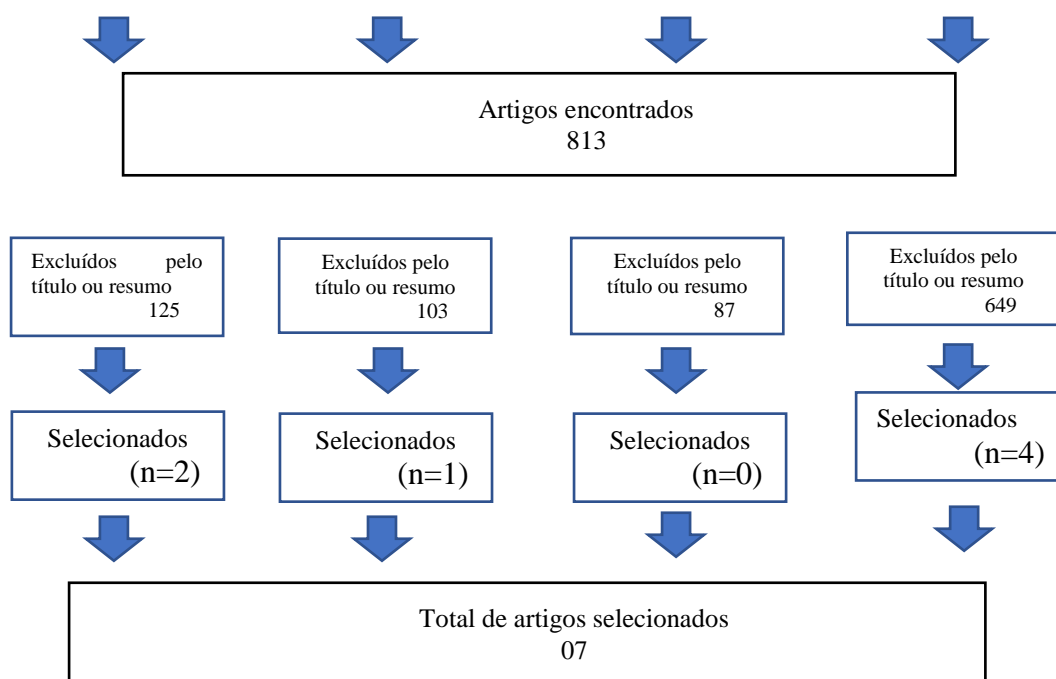
A pesquisa apoia-se na revisão bibliográfica narrativa e utilizou de pesquisas em bases de dados específica da área da saúde de acesso livre e foram analisados os artigos que se apresentaram completos em língua portuguesa, como o método e exclusão os artigos deveriam ser publicados no período de 2017 a 2022 em texto completos, entretanto e as buscas foram realizadas de acordos com os termos descritores “terapia manual”, “dor crônica”, “fisioterapia “ e “estabilização segmentar”, segundo Markoni e Lakatos (2017), definem revisão bibliográfica como o estudo de toda bibliografia já publicada em relação ao tema escolhido e Elias *et al.* (2012) corrobora que a revisão narrativa consiste em um método que permite o desenvolvimento do artigo a partir da análise e interpretação de estudos já publicados, de forma abrangente, sob uma ótica contextual e teórica e pesquisa.

## FLUXOGRAMA

**Figura 1 – Fluxograma representativo das etapas de seleção dos artigos**







Fonte: própria, 2021

## ANÁLISE DE DADOS E RESULTADOS

Para esta revisão, após busca nas bases de dados, foram incluídos 07 artigos, analisando os casos clínicos descritos e a relação disposta nos artigos pesquisados sintetizando as etapas do processo de seleção dos artigos para o estudo e os mesmos foram separados e extraídos em uma disposição para explanação com os respectivos dados pertinentes a pesquisa apresentada, contendo informações referentes à identificação como autor, ano de publicação, método de pesquisa e resultado obtido.

**Quadro1: Artigos selecionado**

AUTOR	TÍTULO DO ARTIGO	ANO	TIPO DE ESTUDO	RESULTADO
A(1) GALHARDO, Jessica <i>et al.</i>	O uso do ultrassom e liberação miofascial em lombalgias não específicas	2019	Estudo de caso	o encontrou como resultados melhora significativa da dor lombar dos voluntários envolvidos e melhora significativa na amplitude de movimento da coluna lombar dos envolvidos. Com esse estudo conclui-se que

				as técnicas empregadas são eficazes para melhora das dores lombares.
A (2) CARGNIN, Zulamar Aguiar; SCHNEIDER, Dulcinéia Ghizoni; DE OLIVEIRA VARGAS, Mara Ambrosina.	Prevenção e reabilitação da dor lombar em trabalhadores de enfermagem	2020	Estudo de caso	Pode-se notar que o protocolo de Fisioterapia proposto nesta pesquisa obteve êxito, diminuindo o quadro algico do paciente e realinhando algumas estruturas. Revelando que Fisioterapia é indicada na reabilitação do paciente com lombalgia.
A(3) ALVES, Marina Daniele Sousa <i>et al.</i>	Efeito comparativo entre pompage e crocheteagem na dor lombar em costureiras	2022	Este é um estudo clínico, com características quantitativa, analítico, descritivo, intencional e prospectivo.,	O estudo apresentou, nos dois grupos, resultados satisfatórios e positivos no quadro algico em região lombar das participantes que possuem ocupação profissional voltada para costuras. A Crocheteagem, no entanto, apresentou melhor nível de significância em relação a Pompage.
A(4) MARGARIDO, Jesica <i>et al.</i> .	Estudo de caso – A decisão do utente na escolha de tratamento em situação de radiculopatia lombra.	2019	Trata-se de um estudo caso	Após tudo o que foi mencionado anteriormente podese concluir que a decisão da utente sobre a escolha do seu tratamento é relevante e, neste caso em específico, a sua escolha pelo tratamento conservador permitiu uma evolução clínica

				positiva com restituição da sua funcionalidade, da sua participação social, familiar e profissional. Consequentemente, evitou-se uma intervenção cirúrgica e consequente recuperação.
A5 MARCHIORI, Alexia Natacha Ribeiro <i>et al.</i>	Tratamento fisioterapêutico pela reeducação postural global na lombalgia gestacional: relato de caso	2019	Relato de caso	foi possível verificar que a Reeducação Postural Global reduziu a dor lombar da gestante estudada, pois a escala de dor passou de dez para zero, todos os testes especiais inicialmente positivos se apresentaram negativos, e o escore pelo questionário de Roland Morris do valor 16, passou para 4. Dessa forma, se pôde concluir que a técnica se mostrou eficaz para o tratamento da dor lombar crônica gestacional e que contribuiu para proporcionar uma melhora da qualidade de vida da gestante.
A6	Dor lombar inespecífica e sua relação com o	2019	Estudo de caso	Demonstrou-se que o processo de raciocínio clínico

CARGNIN, Zulamar Aguiar <i>et al.</i>	processo de trabalho de enfermagem.			efetuado na intervenção, utilizando uma abordagem centrada no utente, baseada na evidência científica e na experiência clínica anterior, obteve os resultados positivos indo encontro aos objetivos iniciais e evidenciam que o programa de fisioterapia teve efeitos na dor, funcionalidade e qualidade de vida.
A(7) MOHA MUD VILAGRA, Jose. MOHA, Iranilda Moha	A influência na intensidade da dor na lombalgia crônica associada a dismenorreia, com a utilização da técnica hemodinâmica visceral	2017	Estudo de caso	. O resultado nesse estudo apresentou redução da dor lombar tanto em repouso quanto na palpação do útero após a intervenção com a manobra visceral, sendo maior na avaliação em repouso, com um total de redução da dor lombar de 46,71%. Dessa forma pode se concluir que nessa amostra estudada houve uma influência positiva, com redução do quadro algico lombar com a única intervenção da manobra visceral

Fonte: própria, 2022.

## DISCUSSÃO

O (A1), relata em sua pesquisa do tipo estudo de caso, que as lombalgias crônicas representa problema de saúde pública e causa enormes despesas através de internações e

tratamentos por incapacidade de mobilidade do paciente causando afastamento laboral e possíveis incapacitações dos trabalhadores, causando dores e diminuindo a amplitude articular, encurtamento muscular e que diante deste problema a solução é a terapia manual que é uma técnica que utiliza o conceito de micromovimento para estimular a função muscular estática e dinâmica; baseado nas evidências elaborou um protocolo de tratamento para diminuir as algias empregando o uso de ultrassom e da liberação miofascial com a finalidade de comprovar seus benefícios, neste protocolo foram realizadas dez sessões de fisioterapias utilizando esta técnica e houve nova avaliação após o tratamento com estes pacientes, entretanto elaborou-se escala visual analógica de dor, questionário McGill e os teste lasegue e teste de schober e o resultado encontrado foi a melhora significativamente da dor lombar dos voluntários envolvidos, afirma ainda que esta técnica de ultrassom são eficiente.

(A2), corrobora que o foco é identificar estratégias de prevenção e reabilitação da dor lombar em trabalhadores de enfermagem, contudo estudo propiciou conhecer algumas estratégias de prevenção e reabilitação da dor lombar. Não envolvem um tratamento único, mas múltiplas opções. A alta taxa de cronicidade indica que ela está mal resolvida e que faltam evidências para os enfrentamentos do problema e ações que envolvem controle da dor, autogestão e conhecimento preventivo parecem proporcionar melhores resultados.

Contudo Silva e Ferreira (2022), fomenta sobre a terapia manual ainda que sua pesquisa também é uma chega ao consenso que as principais intervenções como terapia manual, exercício físico e treino respiratório aumentaram a capacidade respiratória e ventilatória, reduziram a dor, aumentou a mobilidade lombar, a estabilidade e melhoraram a qualidade de vida dos pacientes.

(A3), em seu estudo clínico, quantitativo, analítico, prospectivo, intencional, realizado em uma indústria têxtil e utilizou algumas técnicas investigativas com EVA e questionários e foram divididos em dois grupos pois aplicaram a técnica de crocheteamento em um grupo e no outro grupo a técnica de pompage e o resultado relata que a Crocheteamento, no entanto, apresentou melhor nível de significância em relação a Pompage produzindo uma diferença altamente significativa na recuperação da dor lombar. Tal ferramenta tem se mostrado promissora e amplamente utilizada por fisioterapeutas por ser de baixo custo, fácil utilização, não invasiva e sendo aplicada da forma correta, não apresenta riscos aos pacientes, com resultados consideráveis e imediatos. Sendo assim, os resultados da pesquisa apontam que ambas modalidades podem ser acrescentadas ao tratamento de pacientes com dor lombar já que se mostraram efetivas na sintomatologia.

Para (A4) relata em sua pesquisa de estudo de caso, que a utente do sexo feminino após uma discussão emocionalmente pesada, começou a surgir forte dor na coxa esquerda ao se locomover até seu veículo e a dor foi causando falta de mobilidade na coluna lombar e a mesma não tinha força para caminhar sozinha e necessitava de ajuda de outra pessoa, foi levada ao centro de saúde e privado e realizou tomografia axial computadorizada e foi diagnosticada com radiculopatia de S1 por hérnia discal L5-S1 com indicação para cirurgia e a utente preferiu o tratamento conservador recorrendo à fisioterapia. Após o início das sessões de fisioterapia a utente reclamava de dor lombar após esforço mas que passava com descanso, o plano de tratamento foi composto de oito semanas com sessenta minutos cada sessão, e as sessões foram diminuindo de acordo com a melhora da paciente, e os resultados constam-se de quatro semanas de tratamento e apresentou melhoras no quadro de dor lombar, e o tratamento fisioterápico apresentou resultados satisfatórios com evolução clínica positiva com restituição da sua funcionalidade e da sua vida social, familiar e profissional.

No estudo (A5), declara que a lombalgia é definida como dor localizada abaixo da margem das últimas costelas, margem costal e acima das linhas glúteas inferiores com ou sem dor, nos membros inferiores, normalmente associadas à hérnia de disco, osteoartrite, síndrome miofascial, realizou uma pesquisa de relato de caso onde a paciente está no período gestacional e está marcada por várias mudanças fisiológicas e compensatórias, o que causa dor e desconforto nesta gestante, e após ao término da reeducação postural global na gestante estudada, através dos estudos os resultados afirmam que foi possível verificar a redução de dor lombar em que a mesma realizou nove sessões de RPG e foram aplicadas a postura de Rã no solo e Em pé no centro na frequência de duas vezes por semana e por essa razão, se pôde concluir com esse relato de caso que a RPG se mostrou eficaz no tratamento para a dor lombar crônica gestacional e que, conseqüentemente, proporciona uma melhor qualidade de vida para a gestante.

Entretanto (A6), fomenta também em pesquisa de estudo de caso sobre relacionar a dor lombar inespecífica dentro do contexto de trabalho da enfermagem com suas cargas de trabalho, processos de desgaste e os riscos de adoecimento porém utilizaram-se o *Nordic Musculoskeletal Questionnaire* e a Escala de Avaliação do Contexto de Trabalho composta de três dimensões: “condições de trabalho”, “organização do trabalho” e “relações socioprofissionais” contudo foi testada a associação das variáveis com a dor lombar por meio de análises bivariadas e multivariadas e identificaram condições classificadas como críticas e graves no contexto laboral, expressas pela equipe de enfermagem, relacionadas às condições e à organização do trabalho. Demonstrou-se que fatores como a duração da jornada, ritmos, prazos, produtividade,

ambiente físico, equipamentos e instrumentos podem ter uma importante repercussão, sendo capazes de ocasionar desgastes físicos e mentais, tais como a dor lombar e outros agravos.

Para (A7), fomenta que a dor lombar crônica possui alta prevalência e carga social, mas sua fisiopatologia é incerta e o tratamento insatisfatório e que os resultados encontrados em sua pesquisa de estudo de caso do tipo causa e efeito foram 31 jovens com lombalgia crônica associado a dismenorreia, em seu período pré-menstrual. O resultado nesse estudo apresentou redução da dor lombar tanto em repouso quanto na palpação do útero após a intervenção com a manobra visceral, que se mostrou eficaz neste tratamento.

## CONCLUSÃO

Diante dos relatos dos estudos apresentado nesta revisão bibliográfica, ficou evidente que o tratamento da dor lombar deve ter métodos específicos para cada paciente, porem a terapia manual tem sido evidenciada como uma das técnicas que surtem efeitos no combate a dor aliada do os exercícios de fortalecimento.

Nesta demanda crescente da população que tem diagnósticos de dores lombares ou hérnia de disco entre outras patologias, surge o profissional de fisioterapia para conseguir reverter este quadro através do conhecimento e técnicas na recuperação da saúde do paciente, em casos mais extremos com outras patologias envolvidas na dor lombar faz-se necessário um acompanhamento por uma equipe multidisciplinar para que o paciente possa restabelecer a saúde.

## REFERENCIAS

ALVES, Marina Daniele Sousa *et al.* Efeito comparativo entre pompagem e crocheteamento na dor lombar em costureiras. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 5, p. e22611527610-e22611527610, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/27610>; acesso em 21 de set. 2022.

ALMEIDA, Darlan Castro; KRAYCHETE, Durval Campos. Dor lombar-uma abordagem diagnóstica. **Revista Dor**, v. 18, p. 173-177, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rdor/a/9JxZrqLhB7r5y8rKWtXDYXt/?lang=pt&format=html>; acesso em: 06 nov.2022.

BARROS, Marcos Vinício Lopes *et al.* Intervenções no músculo diafragma em pacientes com dor lombar inespecífica: uma revisão bibliográfica. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 11, n. 3, pág. e4411326247-e4411326247, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/26247>; acesso em 25 de set. 2022.

BARROS, Suélem Silva de; ÂNGELO, Rita di Cássia de Oliveira; UCHÔA, Érica Patrícia Borba Lira. Lombalgia ocupacional e a postura sentada. **Revista Dor**, v. 12, p. 226-230, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rdor/a/ZsThkqDCGRfwdW8TfdST5xq/abstract/?lang=pt>; acesso em: 19 de set. 2022.

BIALOSKY, Joel E. *et al.* Desvendando os mecanismos da terapia manual: modelando uma abordagem. **revista de fisioterapia ortopédica e desportiva**, v. 48, n. 1, pág. 8-18, 2018. Disponível em: <https://www.jospt.org/doi/abs/10.2519/jospt.2018.7476>; acesso 16 de set. 2022.

CARGNIN, Zulamar Aguiar; SCHNEIDER, Dulcinéia Ghizoni; DE OLIVEIRA VARGAS, Mara Ambrosina. Prevenção e reabilitação da dor lombar em trabalhadores de enfermagem: revisão integrativa da literatura. **Revista de Enfermagem da UFSM**, v. 10, p. e27-e27, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/34884/pdf>; acesso em 06 novt. 2022.

CARGNIN, Zulamar Aguiar *et al.* Dor lombar inespecífica e sua relação com o processo de trabalho de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 27, 2019. disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/YjzBxnvXmQrnB6jGQRGrqtp/?format=pdf&lang=pt>; acesso em: 21 set. 2022.

ELIAS, C. S. R. *et al.* Quando chega o fim?: uma revisão narrativa sobre terminalidade do período escolar para alunos deficientes mentais. **SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.** (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 8, n. 1, p. 48-53, abr. 2012. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-69762012000100008](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762012000100008); acesso em 25 de set. 2022.

FERNANDES, R. **Fisioterapeuta ensina exercícios para aliviar dor lombar na quarentena.** Estúdio Vértico, Rio de Janeiro, 2020.

GALHARDO<sup>1</sup>, Jéssica *et al.* O uso do ultrassom e liberação miofascial em lombalgias não específicas. **Revista CPAQV–Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida| Vol**, v. 11, n. 1, p. 2, 2019. Disponível em: [file:///C:/Users/lu/Downloads/285-643-4-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/lu/Downloads/285-643-4-PB%20(1).pdf); acesso em: 25 set. 2022.

HASANPOUR-DEHKORDI, Ali; DEHGHANI, Arman; SOLATI, Kamal. Uma comparação dos efeitos do treinamento de Pilates e McKenzie na dor e saúde geral em homens com dor lombar crônica: um estudo randomizado. **Revista indiana de cuidados paliativos**, v. 23, n. 1, pág. 36, 2017. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5294435/>; acesso em: 07 nov. 2022.

LEE, Greg I.; NEUMEISTER, Michael W. Pain: pathways and physiology. **Clinics in plastic surgery**, v. 47, n. 2, p. 173-180, 2020. Disponível em: [https://www.plasticsurgery.theclinics.com/article/S0094-1298\(19\)30113-0/abstract](https://www.plasticsurgery.theclinics.com/article/S0094-1298(19)30113-0/abstract); acesso em 16 de set. 2022.



LOIOLA, Gabriella Maria Lima Verde *et al.* Terapia manual em pacientes portadores de hérnia discal lombar: revisão sistemática. **Ciência em Movimento**, v. 19, n. 38, p. 89-97, 2017. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ipa/index.php/RS/article/view/385>; acesso em: 21 set.2022.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia Científica**. 7 ed. São Paulo: Atlas, 2017. MOREIRA, Demóstenes. RUSSO, André Faria. Cinesiologia Clínica e Funcional. São Paulo: Atheneu, 2005.

MARGARIDO, Jessica *et al.* Estudo de caso—A decisão do utente na escolha de tratamento em situação de radiculopatia lombar. Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Joao-Casaca-Carreira/publication/351229679\\_Estudo\\_de\\_caso\\_-\\_A\\_decisao\\_do\\_utente\\_na\\_escolha\\_de\\_tratamento\\_em\\_situacao\\_de\\_radiculopatia\\_lombar\\_Case\\_study\\_-\\_Patient\\_decision\\_in\\_the\\_choice\\_of\\_treatment\\_in\\_lumbar\\_radiculopathy\\_situation/links/608c1447a6fdccaebdfb7a70/Estudo-de-caso-A-decisao-do-utente-na-escolha-de-tratamento-em-situacao-de-radiculopatia-lombar-Case-study-Patient-decision-in-the-choice-of-treatment-in-lumbar-radiculopathy-situation.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Joao-Casaca-Carreira/publication/351229679_Estudo_de_caso_-_A_decisao_do_utente_na_escolha_de_tratamento_em_situacao_de_radiculopatia_lombar_Case_study_-_Patient_decision_in_the_choice_of_treatment_in_lumbar_radiculopathy_situation/links/608c1447a6fdccaebdfb7a70/Estudo-de-caso-A-decisao-do-utente-na-escolha-de-tratamento-em-situacao-de-radiculopatia-lombar-Case-study-Patient-decision-in-the-choice-of-treatment-in-lumbar-radiculopathy-situation.pdf) ;acesso em: 26 set. 2022.

MARCHIORI, Aléxia Natacha Ribeiro *et al.* Tratamento fisioterapêutico pela reeducação postural global na lombalgia gestacional: relato de caso. **Revista Ciência e Saúde On-line**, v. 5, n. 1, 2020. disponível em: <https://www.revistaeletronicafunvic.org/index.php/c14ffd10/article/view/161>; acesso em: 21 set. 2022

MEUCCI, Rodrigo Dalke *et al.* Dor lombar em adolescentes do semiárido: resultados de um censo populacional no município de Caracol (PI), Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 733-740, 2018. disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2018.v23n3/733-740/pt/>; acesso em 06 nov. 2022.

MOHA, Iranilda; VILAGRA, José Mohamud. A influência na intensidade da dor na lombalgia crônica associada a dismenorrea, com a utilização da técnica hemodinâmica visceral. **Varia Scientia-Ciências da Saúde**, v. 3, n. 2, p. 258-258. Disponível em: <https://saber.unioeste.br/index.php/variasaude/article/view/18252/12318>; acesso em 23 set. 2022.

OLIVEIRA, Messias Pereira de; BRAZ, Allison Gustavo. A importância do fortalecimento da musculatura estabilizadora da coluna vertebral na prevenção e no tratamento das lombalgias. **Pós Graduação em Ortopedia e Traumatologia com Ênfase nas Terapias Manuais-Faculdade Ávila**, 2016. Disponível em: [https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/32/145\\_\\_A\\_importancia\\_do\\_fort\\_da\\_musc.\\_estabilizadora\\_da\\_coluna\\_vertebral\\_na\\_prevencao\\_e\\_no\\_tratamento\\_das\\_lombalgias.pdf](https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/32/145__A_importancia_do_fort_da_musc._estabilizadora_da_coluna_vertebral_na_prevencao_e_no_tratamento_das_lombalgias.pdf); acesso em 15 de set. 2022.

PERTILE, Lara *et al.* Estudo comparativo entre o método pilates® e exercícios terapêuticos sobre a força muscular e flexibilidade de tronco em atletas de futebol. **ConScientiae saúde**, v. 10, n. 1, p. 102-111, 2011. disponível em: <https://periodicos.uninove.br/saude/article/view/2454>; acesso em: 18 de set. 2022.

RIBEIRO, Wendel *et al.* Tratamento fisioterapêutico da dor lombar causada pela hérnia de disco: revisão de literatura. **Revista Ciências da FAP**, n. 5, 2022. Disponível em: <https://revistas.fadap.br/ciencias/article/view/25>; acesso em: 16 de set. 2022.

RODRIGUES, André Filipe Moreira. **Efetividade da Terapia Manual Ortopédica num Caso de Lombalgia-Estudo de Caso**. 2015. Tese de Doutorado. Instituto Politecnico do Porto (Portugal). Disponível em: <https://www.proquest.com/openview/89dcf64fb0ba06a4ae8043d7c1e2a444/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>; acesso em 25 set. 2022.

SANTOS, Patrick Pablo Souza dos; DA COSTA, Alexandre Rodrigues; DA SILVA, Karla Camila Correia. Visão da fisioterapia em relação as doenças neurológicas causadas pelo esporte. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 11, p. e457111133749-e457111133749, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/33749>; acesso em 15 de set. 2022.

SILVA, João Rafael Rocha da. Terapia Manual no tratamento da dor: uma revisão integrativa. **Revista Neurociências**, v. 30, p. 1-24, 2022. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/12076>; acesso em: 18 de set. 2022.

SILVA, Paulo César Rodrigues da.; FERREIRA, Tairo Viera. Chronic, effects of manual therapy on; pain, low back. Efeitos da terapia manual na dor lombar crônica. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 5, p. 05, 2022. Disponível em: [https://revistas.unipacto.com.br/storage/publicacoes/2022/970\\_efeitos\\_da\\_terapia\\_manual\\_na\\_dor\\_lombar\\_cronica.pdf](https://revistas.unipacto.com.br/storage/publicacoes/2022/970_efeitos_da_terapia_manual_na_dor_lombar_cronica.pdf); acesso em: 21 de set. 2022.

SOUSA LOPES, Cecília do Socorro de. **Estabilização segmentar da Coluna Lombar**–Uma revisão narrativa sobre a sua eficácia. Pós-graduação em Ortopedia e traumatologia com Ênfase em Terapia Manual. Disponível em: [https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/238/441EstabilizaYYo\\_segmentar\\_da\\_Coluna\\_Lombar\\_Y\\_Uma\\_revisYo\\_narrativa\\_sobre\\_a\\_sua\\_eficYcia.pdf](https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/238/441EstabilizaYYo_segmentar_da_Coluna_Lombar_Y_Uma_revisYo_narrativa_sobre_a_sua_eficYcia.pdf); acesso em 21 de set. 2022.

TREEDE, Rolf-Detlef *et al.* Uma classificação de dor crônica para CID-11/A classification of chronic pain for ICD-11. **Pain**, v. 156, n. 6, p. 1003, 2015. Disponível em: TREEDE, Rolf-Detlef *et al.* A classification of chronic pain for ICD-11. **Pain**, v. 156, n. 6, p. 1003, 2015.; acesso em: 18 de set. 2022.

YAMADA, Angela Shiratsu; SIMON, Daniel; DE SOUZA, Alessandra Hübner. Aspectos biológicos e implicações clínicas na dor lombar crônica: uma revisão narrativa. **Saúde e Desenvolvimento Humano**, v. 10, n. 1, 2022. Disponível em: [https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude\\_desenvolvimento/article/view/8208](https://revistas.unilasalle.edu.br/index.php/saude_desenvolvimento/article/view/8208); acesso em 19 de set. 2022.