

TERAPIA MANUAL NO TRATAMENTO DE DOR LOMBAR CRÔNICA INESPECÍFICA EM ADULTOS: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

MANUAL THERAPY IN THE TREATMENT OF CHRONIC NONSPECIFIC LUMBAR PAIN IN ADULTS: BIBLIOGRAPHIC REVIEW

*Camila Maria Schinaider¹
Glauco Cesar Conceição Canella²*

RESUMO

A dor lombar (DL) é um dos problemas de saúde musculoesqueléticos mais comuns e com maior prevalência na população em idade adulta. A fisioterapia é um importante recurso para a reabilitação de pacientes com DL, por meio de técnicas que podem interferir diretamente na dor e afetar a qualidade de vida. O objetivo deste estudo foi analisar as evidências científicas sobre o uso das terapias manuais no tratamento de dor lombar crônica inespecífica na população adulta. Trata-se de uma revisão de literatura, integrativa, descritiva, exploratória e qualitativa. O universo deste estudo científico bibliográfico são as bases de dados: PubMed e CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior). Critérios de inclusão: Artigos publicados nos últimos 5 anos, em qualquer idioma e que abordem a temática. Critérios de exclusão: Artigos duplicados na base de dados, não indexados, cartilhas, cadernetas, apostilas e livros. Foram selecionados 10 artigos para o estudo, 80% dos estudos concluíram que ela reduz o quadro algico, e alguns ainda apontam melhora da mobilidade lombar e melhora da capacidade funcional. A terapia manual apresentou bons resultados se aplicada sozinha ou associada à terapia convencional. Com os achados verificou-se que a terapia manual sozinha ou associada à terapia convencional reduz o quadro algico, melhora da mobilidade lombar e melhora da capacidade funcional na lombalgia crônica inespecífica em adultos.

Palavras-chave: Lombalgia; Terapia Manual; Fisioterapia.

ABSTRACT

Low back pain (LD) is one of the most common musculoskeletal health problems and with the highest prevalence in the adult population. Physical therapy is an important resource for the rehabilitation of patients with LBP, through techniques that can directly interfere with pain and affect quality of life. The aim of this study was to analyze the scientific evidence on the use of manual therapies in the treatment of nonspecific chronic low back pain in the adult population. This is an integrative, descriptive, exploratory and qualitative literature review. The universe

¹SHINAIDER, Camila Maria: Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Norte do Mato Grosso - AJES. Trabalho de Conclusão de Curso. E-mail: camila.schinaider.acad@ajes.edu.br

²CANELLA, Glauco Cesar Conceição: Professor Me. do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Norte do Mato Grosso - AJES. Orientador. E-mail: coord.fisio.gta@ajes.edu.br

of this bibliographical scientific study are the databases: PubMed and CAPES (Coordination for the Improvement of Higher Education Personnel). Inclusion criteria: Articles published in the last 5 years, in any language and that address the topic. Exclusion criteria: Duplicate articles in the database, not indexed, booklets, booklets, handouts and books. Ten articles were selected for the study, 80% of the studies concluded that it reduces pain, and some even point to improved lumbar mobility and improved functional capacity. Manual therapy showed good results if applied alone or in association with conventional therapy. With the findings, it was found that manual therapy alone or associated with conventional therapy reduces pain, improves lumbar mobility and improves functional capacity in nonspecific chronic low back pain in adults.

Keywords: *Backache; Manual Therapy; Physiotherapy.*

INTRODUÇÃO

A dor lombar (DL) é um dos problemas de saúde musculoesqueléticos mais comuns e com maior prevalência na população em idade adulta. Os pacientes geralmente relatam quadro álgico, comprometimento físico e conseqüentemente problemas psicológicos (DAL FARRA et al., 2020).

Mais de 630 milhões de pessoas em todo o mundo são afetadas por DL, causando graves problemas físicos, psicológicos e sociais, e trazendo um alto custo para a sociedade. Pessoas com DL tendem a apresentar um maior percentual de disfunções, o que pode levar à baixa produtividade e até mesmo ausência no trabalho, isolamento social e, conseqüentemente, depressão. Pessoas com DL têm nível socioeconômico mais baixo, qualidade de vida inferior e tendem a usar mais os serviços de saúde (BUSSIÈRES et al., 2018).

Segundo Pourahmadi et al., (2020), a DL é um grande desafio global é um sintoma comum em pessoas de todas as idades, desde crianças até idosos. Vários fatores que podem causar DL têm sido propostos, incluindo distúrbios proprioceptivos do tronco, como fraqueza dos músculos abdominais e paravertebrais. Portanto, intervenções fisioterapêuticas que melhorem a propriocepção do tronco e a função abdominal e muscular das costas podem otimizar os resultados fisiológicos, melhorando a qualidade de vida dos pacientes com lombalgia. As intervenções não farmacológicas são o tratamento preferencial para pacientes com DL crônica porque o dano associado a esses tipos de intervenções é menor do que as intervenções farmacológicas.

Ruddock et al., (2016), encontraram em seu estudo de revisão sistemática e metaanálise, que ao longo da vida, aproximadamente 80% das pessoas sentirão DL. A DL inespecífica é o

segundo motivo mais comum para o absenteísmo dos trabalhadores e o motivo mais comum para o comparecimento a clínicas de tratamento manual. O tratamento bem-sucedido dessa condição será de grande benefício para a população em geral. A manipulação espinal é um método de tratamento amplamente utilizado e tem sido sugerida como um tratamento eficaz, pois ele apresenta efeitos positivos no tratamentos, sendo mais eficaz na redução da dor lombar inespecífica quando comparado com uma intervenção simulada.

A DL pode ser causada por certas condições patológicas, como infecções, tumores, fraturas e inflamações. No entanto, 85% da dor dos pacientes é inespecífica, o que indica que a dor não pode ser atribuída a uma das condições definidas acima, mas a alguma causa não identificada (FAN et al., 2018).

Quando nenhum motivo real é encontrado, é denominada lombalgia idiopática ou inespecífica, que representa a maior parte das dores relatadas pela população. Nesse tipo de dor lombar, uma das características é que não há alteração estrutural, ou seja, não há retração do espaço do disco intervertebral, compressão da raiz nervosa, lesão óssea ou articular e escoliose ou lordose severa, que pode causar DL (SOUZA et al., 2020).

A DL pode ser dividida em dor aguda (definida como dor que restringe as atividades diárias e dura de 1 dia a 12 semanas) e dor crônica ou persistente (definida como dor que restringe as atividades diárias por mais de 12 semanas) (BUSSIÈRES et al., 2018).

O principal objetivo do tratamento da DL é aliviar a dor e restaurar a função. O tratamento começa com a educação do paciente e orientação de autocuidado e, em seguida, considera o uso de medicina baseada em evidências para provar métodos de tratamento eficazes, incluindo medicamentos e fisioterapia para aliviar a dor e espasmos musculares. Entre eles, a educação do paciente é a base para o tratamento da DL (FAN et al., 2018).

Os métodos de controle da dor variam muito. Muitos médicos confiam em medicamentos antiinflamatórios não esteróides, opióides e neurotrópicos ou injeções de esteróides e cirurgia como suas principais ferramentas. Devido aos altos riscos associados a essas ferramentas, os métodos não farmacológicos que são considerados como envolvendo eventos adversos mínimos tornaram-se populares. Nos últimos anos, vários estudos exploraram as evidências para o tratamento da dor lombar crônica inespecífica: as opções incluem terapia de manipulação espinal, terapia comportamental, terapia por exercícios, estimulação elétrica nervosa transcutânea, correntes interferenciais, terapia a laser de baixo nível e ioga. Outras terapias incluem Massoterapia, Acupuntura e terapia de calor superficial. Modalidades

manuais, como fisioterapia, massoterapia, quiropraxia, terapias ocupacionais e osteopáticas, incluindo manipulação e mobilização da coluna vertebral, são frequentemente usadas juntas e sozinhas para tratar a dor lombar crônica inespecífica (COULTER et al., 2018).

A fisioterapia é um importante recurso para a reabilitação de pacientes com DL, por meio de técnicas que podem interferir diretamente na dor e afetar a qualidade de vida, como terapia manual, fisioterapia, eletroterapia, hidroterapia, reeducação postural, osteopatia, acupuntura, e interpessoal (AGUIAR et al., 2018).

Entre as várias técnicas de fisioterapia para reabilitação em casos de DL a terapia manual é a mais apropriada. Ela irá promover a redução da dor, melhora na amplitude de movimento e, por consequência, melhora da função biomecânica dos tecidos. A terapia manual é uma modalidade organizada por vários mecanismos que dispõem os recursos terapêuticos nas sustentações músculo-esqueléticos, com métodos que vão incluir manipulação, mobilização passiva e mobilização neuromuscular (PEREIRA E JUNIOR, 2018).

Portanto, de acordo com as informações supra destacadas, incita-se a analisar as evidências científicas sobre o uso das terapias manuais no tratamento de dor lombar crônica inespecífica na população adulta, uma vez que essa patologia gera grande impacto na saúde e qualidade de vida dos indivíduos, o que demonstra a relevância desse trabalho.

Objetivo do trabalho, analisar as evidências científicas sobre o uso das terapias manuais no tratamento de dor lombar crônica inespecífica na população adulta.

METODOLOGIA

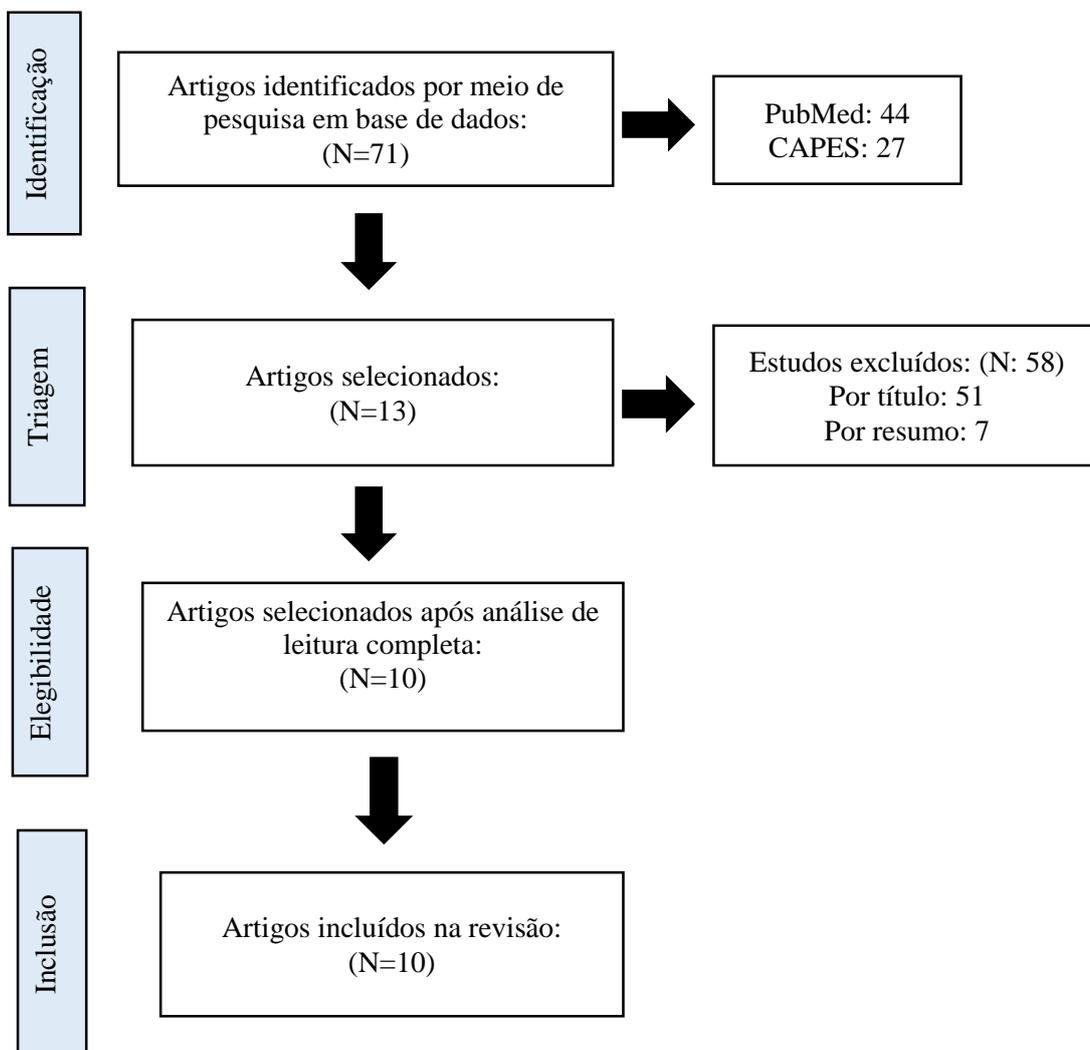
Os dados foram coletados por meio de pesquisa bibliográfica nas seguintes bases de dados: PubMed e CAPES (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior). Foram utilizados artigos publicados nos últimos 5 anos, (2017 a 2021). Utilizando-se as palavras chave: “lombalgia”; “terapia manual”; “fisioterapia”; "backache"; “therapy manual”; "physiotherapy"; usando o booleano “AND”.

Foram incluídos artigos publicados nos últimos 5 anos, de 2016 até 2021, em todos os idiomas, artigos publicados que abordam a temática sobre todo tipo de terapia manual usada no tratamento de dor crônica sem causa específica e que acometem a coluna lombar, em maiores de 18 anos. Foram excluídos artigos duplicados na base de dados, artigos com abordagens de

tratamento farmacológico associado, artigos não indexados, cartilhas, cadernos, apostilas e livros.

Encontrou-se na busca pelos descritores 71 artigos e esses foram submetidos a leituras exploratórias e analíticas para um cauteloso processo de avaliação em relação à concordância com assunto a ser desenvolvido, primeiramente foi analisado o título para identificar os principais dados referentes ao objetivo da pesquisa onde foram selecionados 20 artigos e posteriormente foi feita análise dos resumos onde foram selecionados 13 artigos e por último foi realizado a análise do texto completo, ficando 10 artigos selecionados para elaboração da pesquisa.

Figura 1. Fluxograma do resultado da amostra para o estudo.



Fonte: Autoria própria, 2021.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados da revisão bibliográfica foram organizados e agrupados na tabela abaixo, identificando os autores, ano de publicação, objetivo de cada estudo, metodologia empregada, resultados e conclusões.

Tabela 1: Dados coletados dos artigos selecionados (n=10).

Autor/ Ano	Objetivo	Metodologia	Resultado	Conclusão
Aguiar et al., (2018)	Analisar o efeito de um protocolo de Terapia Manual (TM) em pacientes com lombalgia crônica.	Estudo intervencionista, descritivo e analítico, de abordagem quantitativa. 10 sessões de fisioterapia em 20 pacientes divididos em dois grupos. O G1 realizou fisioterapia convencional e o G2 realizou fisioterapia associada à TM	Pacientes com idade média: 40±16 anos; todos referiram dor, 65% com dor há mais de 24 meses, sendo 40% dores localizadas e 35% dores ao movimento ativo.	Os dois grupos apresentaram melhora significativa, porém no G2 foram observados maior eficiência no quadro da dor.
Caldas et al., (2016)	Verificar a eficácia entre os métodos de TM e a TENS no tratamento da lombalgia crônica.	Buscas de artigos científicos nos bancos de dados: Scielo, BIREME, LILACS, PubMed, periódico CAPES, plataforma PEDro, BVS.	Foram localizados 39 artigos, dos quais 30 sobre o assunto TM e 9 sobre TENS na Lombalgia Crônica.	A TENS apresentou resultados satisfatórios na melhora da dor em 100% dos artigos, enquanto que os métodos de TM apresentaram 93,33%.
Coulter et al., (2018)	Determinar a eficácia, efetividade e segurança de várias terapias de mobilização e manipulação para o tratamento da dor lombar crônica.	Pesquisa em bases de dados eletrônicas, sobre ensaios clínicos randomizados comparando terapias de manipulação ou mobilização com sham, sem tratamento, outras terapias ativas e abordagens terapêuticas multimodais.	51 estudos foram incluídos na revisão sistemática. Nove ensaios (1.176 pacientes) forneceram dados suficientes e foram considerados semelhantes o suficiente para serem agrupados para meta-análise.	A manipulação e a mobilização reduzem a dor e melhoram a função de pacientes com DL crônica; a manipulação parece produzir um efeito maior do que a mobilização. Ambas as terapias parecem seguras. Os programas multimodais podem ser uma opção promissora.

Dal Farra et al., (2020)	Avaliar a eficácia das intervenções osteopáticas no manejo de DL crônica inespecífica para dor e estado funcional.	Revisão sistemática e meta-análise em seis bancos de dados. O tamanho do efeito foi calculado no pós-tratamento e em 12 semanas de acompanhamento.	10 artigos foram incluídos, eles investigaram o tratamento manipulativo osteopático, liberação miofascial, tratamento craniossacral e manipulação visceral osteopática.	A osteopatia é eficaz nos níveis de dor e na melhora do estado funcional em pacientes com DL crônica inespecífica. A liberação miofascial relatou melhor nível de evidência para redução da dor, se comparado a outras intervenções.
Fan et al., (2018)	Fornecer os métodos usados para avaliar a eficácia e segurança de Tuina para o tratamento de pacientes com lombalgia.	Busca em bancos de dados eletrônicos: MEDLINE, PUBMED, EMBASE, CINAHL, o Banco de Dados da Literatura Biomédica Chinesa, a China National Knowledge Infrastructure, Wanfang Data e VIP Information.	Forneceram uma síntese de alta qualidade das evidências atuais de Tuina para o tratamento de pacientes com lombalgia.	Tuina é considerada uma medida segura e eficaz para aliviar a dor. No entanto, quando a eficácia de Tuina para lombalgia ainda não está clara.
Namnaqani et al., (2019)	Avaliar a eficácia do método McKenzie em comparação com a TM no tratamento de pacientes com DL crônica.	Ensaio clínico randomizado que avaliaram o método McKenzie no tratamento de DL crônica inespecífica em adultos em comparação com a TM foram pesquisados no MEDLINE, CINAHL, Cochrane Library e PEDro	Elegeram 5 estudos. Em 2-3 meses, melhora no nível de dor no grupo McKenzie, mais do que no grupo TM. Aos 6 meses, melhorias de deficiência em dois ensaios no grupo McKenzie do que no grupo TM. Aos 12 meses não houve diferença de DL.	O método McKenzie é um tratamento bem-sucedido para diminuir a dor em curto prazo, enquanto as medidas de incapacidade determinaram que o método McKenzie é melhor para aumentar a função em longo prazo.
Pereira e Junior (2018)	Compilar informação a respeito do efeito da TM em pacientes com lombalgia.	Revisão integrativa da literatura científica sobre o efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia. As pesquisas foram realizadas a partir das bases de dados SciELO, LILACS e	A TM é de grande relevância e tem eficácia comprovada na diminuição da dor e, conseqüentemente, na evolução da capacidade funcional dos pacientes.	A técnica de terapia manual é efetiva no tratamento de pessoas com diagnóstico de lombalgia, aumentando a capacidade funcional das mesmas.

		PEDro, no período de março a maio de 2018.		
Rubinstein et al., (2019)	Avaliar os benefícios e malefícios da TM para o tratamento da DL crônica.	Revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados em bancos de dados eletrônicos.	Selecionaram 47 ensaios clínicos randomizados, em um total de 9211 participantes, com média de idade:35-60 anos. A maioria dos estudos comparou o TM com as terapias recomendadas.	TM produz efeitos semelhantes às terapias recomendadas para DL crônica e parece ser melhor do que intervenções não recomendadas para melhoria da função em curto prazo.
Souza et al., (2020)	Avaliar os efeitos da técnica de liberação diafragmática na dor e limitação de movimento de adultos jovens com lombalgia inespecífica.	Estudo com intervenção descritiva, 20 indivíduos com DL não específica submetidos a uma Ficha de Avaliação, Escala Visual Analógica, Teste de Schöber. Submetidos a uma aplicação da técnica de liberação diafragmática. A reavaliação foi realizada logo em seguida a 7 dias após.	A técnica reduziu significativamente a dor e aumentou a mobilidade da coluna lombar. Os resultados mantiveram-se 7 dias após a aplicação da técnica.	Houve melhora da dor e ganho de mobilidade em adultos jovens com lombalgia por meio da intervenção fisioterapêutica, utilizando a técnica de liberação diafragmática.
Zoete et al., (2021)	Identificar quais características dos participantes moderam o efeito da TM sobre a dor e a função na DL crônica.	Meta-análise de dados individuais dos participantes, solicitados a partir de ensaios clínicos randomizados que examinaram o efeito do TM em adultos com DL crônica e função em comparação com várias outras terapias.	Foi feita a Meta-análise de 21 ensaios clínicos randomizados com total de 4223 participantes, a maioria comparou o TM com as intervenções recomendadas. A idade média dos participantes era 46,1 anos, 54,4% eram mulheres.	Não há evidências de efeitos moderadores de características específicas do paciente que permitam aos médicos identificar quais pacientes têm maior probabilidade de se beneficiar com o TM em comparação com outros tratamentos.

Fonte: Autoria própria, 2021.

Zoete et al., (2021) realizaram um estudo de meta-análise de dados individuais dos participantes, com objetivo de identificar quais características dos participantes moderam o efeito da terapia manipulativa espinal (SMT) sobre a dor e a função na dor lombar crônica. Eles incluíram 21 artigos, que forneceram dados de 4223 participantes, esses dados foram solicitados a partir de ensaios clínicos randomizados que examinam o efeito do SMT em adultos

com dor lombar crônica e função em comparação com várias outras terapias. Concluíram que não há evidências de efeitos moderadores de características específicas do paciente que permitam aos médicos identificar quais pacientes têm maior probabilidade de se beneficiar com o SMT em comparação com outros tratamentos.

Souza et al., (2020) realizaram um estudo com intervenção descritiva, com objetivo de avaliar os efeitos da técnica de liberação diafragmática na dor e limitação de movimento de adultos jovens com lombalgia inespecífica. Participaram do estudo 20 pacientes. Cada participante foi submetido a uma ficha de avaliação e uma aplicação da técnica de liberação diafragmática. A reavaliação foi realizada logo após a técnica osteopática, assim como 7 dias após a intervenção. Os autores concluíram que a liberação diafragmática foi capaz de reduzir significativamente a dor e ampliar a mobilidade lombar, com resultados mantidos 7 dias após a aplicação da técnica, e sugerem a inclusão da técnica liberação diafragmática no plano de tratamento fisioterápico de pacientes com lombalgia, para obtenção de melhores resultados diante das restrições e incapacidades.

Aguiar et al., (2018) realizaram um estudo intervencionista, descritivo e analítico, com objetivo de analisar o efeito de um protocolo fisioterapêutico manual em pacientes com lombalgia crônica. Participaram do estudo 20 pacientes, que receberam 10 atendimentos de fisioterapia, foram divididos em dois grupos, G1 era composto pelo grupo que realizou fisioterapia convencional e G2 o grupo que realizou fisioterapia convencional associada à terapia manual. Os dois grupos apresentaram melhora significativa, porém no grupo onde foi realizada a fisioterapia convencional e a terapia manual foram observados maior eficiência no quadro da dor.

Caldas et al., (2016) realizam um estudo de revisão bibliográfica com o objetivo de verificar a eficácia entre os métodos de Terapia Manual e a TENS no tratamento da lombalgia crônica. Através de buscas de artigos científicos nos bancos de dados: Scielo, BIREME, LILACS, PubMed, periódico CAPES, plataforma PEDro, BVS, eles selecionaram 30 artigos. Concluíram que a TENS apresentou resultados satisfatórios na melhora da dor em 100% dos artigos enquanto que os métodos de Terapia Manual apresentaram 93,33% e sugerem que novos trabalhos devam ser realizados dentro deste tema, porém, avaliando a eficácia de cada uma das técnicas de forma isolada.

Segundo Pereira e Junior (2018) realizaram uma revisão integrativa da literatura científica sobre o efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia. Buscaram artigos

científicos nos bancos de dados SciELO, LILACS e PEDro, selecionaram 5 artigos. Concluíram que a técnica é de grande relevância e tem eficácia comprovada na diminuição da dor e, conseqüentemente, na evolução da capacidade funcional dos pacientes.

Fan e colaboradores (2018) realizaram uma revisão sistemática e meta-análise com objetivo de avaliar os ensaios clínicos randomizados globais controlados que tratavam da eficácia clínica de Tuina para lombalgia. Concluíram que a maioria dos tratamentos disponíveis atualmente não são suficientes para controlar DL, métodos farmacológicos têm efeitos colaterais associados, e a cirurgia é cara e não é adequada para todos os pacientes. Tuina é considerada uma medida segura e eficaz para aliviar a dor. No entanto, quando a eficácia de Tuina para lombalgia ainda não está clara. Como não havia uma revisão sistemática sobre a temática tratada, eles esperam que esta revisão sistemática ajude os médicos a tomar decisões na prática e promover o progresso da pesquisa de Tuina.

Namnaqani et al., (2019) realizaram um estudo de revisão sistemática com ensaios clínicos randomizados que avaliaram a eficácia do método McKenzie no tratamento de dor lombar crônica em adultos em comparação com a terapia manual (TM), foram pesquisados no MEDLINE, CINAHL, Cochrane Library e PEDro, selecionaram 5 estudos para revisão. Os resultados desses tratamentos na lombalgia crônica mostraram que o método McKenzie é um tratamento bem-sucedido para diminuir a dor em curto prazo, enquanto as medidas de incapacidade determinaram que o método McKenzie é melhor para aumentar a função em longo prazo.

Rubinstein et al., (2019) realizaram uma revisão sistemática e meta-análise de ensaios clínicos randomizados, com objetivo de avaliar os benefícios e malefícios da terapia manipulativa espinal (SMT) para o tratamento da dor lombar crônica. Usaram os seguintes bancos de dados: Medline, PubMed, Embase, Cochrane Central Register of Controlled Trials (CENTRAL) CINAHL, Physiotherapy Evidence Database e (PEDro). Selecionaram 47 ensaios clínicos randomizados, incluindo um total de 9211 participantes. A maioria dos estudos comparou o SMT com as terapias recomendadas. Concluíram que o SMT produz efeitos semelhantes às terapias recomendadas para dor lombar crônica, enquanto SMT parece ser melhor do que intervenções não recomendadas para melhoria da função em curto prazo. Os médicos devem informar seus pacientes sobre os riscos potenciais de eventos adversos associados ao SMT.

Coulter et al., (2018) realizaram uma revisão sistemática da literatura e meta-análise para determinar a eficácia, efetividade e segurança de várias terapias de mobilização e manipulação para o tratamento da dor lombar crônica, por meio de medidas de dor autorreferida (declarada pelo próprio paciente), funcionalidade, qualidade de vida relacionada à saúde e eventos adversos. Eles pesquisaram em vários bancos de dados eletrônicos e selecionaram nove ensaios, com um total de 1.176 pacientes. Concluíram que existem evidências de que as intervenções de manipulação e de mobilização produzem uma redução na intensidade da DL crônica, sendo que a manipulação produz uma eficácia maior que a mobilização.

As intervenções de mobilização (ou seja, de impulso) também podem reduzir a dor e a incapacidade dos pacientes em comparação com as intervenções comparadoras ativas, como exercícios e fisioterapia, e seu efeito parece aumentar ao longo do tempo em 3 e 6 meses de acompanhamento. As intervenções de mobilização (ou seja, não impulso) têm probabilidade de ter efeito mínimo em comparação com outros comparadores ativos em termos de redução da intensidade da dor ou incapacidade. Os programas multimodais podem ser opções promissoras. Mais pesquisas são necessárias para avaliar outros resultados importantes relatados por pacientes, a fim de fortalecer a base de evidências em relação à mobilização e manipulação (COULTER et al., 2018).

Dal Farra et al., (2020) realizaram uma revisão sistemática e meta-análise, com objetivo de avaliar a eficácia das intervenções osteopáticas no manejo de dor lombar crônica inespecífica para dor e estado funcional. A pesquisa bibliográfica foi realizada nos seguintes bancos de dados: PubMed, Cochrane CENTRAL, Embase, PEDro e Scopus, também foi usando a pesquisa na web do Google e ClinicalTrials.gov, ao total 10 artigos foram incluídos. Concluíram que a osteopatia é eficaz nas melhorias do estado funcional em pacientes com dor lombar crônica inespecífica, relatou melhor nível de evidência para redução da dor, se comparado a outras intervenções, os autores sugerem a realização de outros ensaios clínicos randomizados de alta qualidade, comparando diferentes modalidades osteopáticas para produzir evidências de melhor qualidade.

Nenhum dos artigos da amostra apontou malefícios do uso da TM para tratamento de dor lombar crônica inespecífica em adultos, 80% dos estudos concluíram que ela reduz o quadro algico, e alguns ainda apontam melhora da mobilidade lombar e melhora da capacidade funcional, e os 20% restante não conseguiram deixar claro, evidenciando cientificamente, os benefícios da TM na lombalgia crônica inespecífica em adultos, sugerindo mais estudos. A

modalidade apresentou bons resultados se aplicada sozinha ou se associada à terapia convencional, um estudo evidenciou que o uso do TENS é mais significativo na redução do quadro algico.

Existem diversas técnicas nessa modalidade, no estudo foi analisado a terapia manipulativa espinhal comparada com outros tratamentos, a liberação diafragmática sozinha, a mesma aplicada de forma isolada e associada à terapia convencional, também comparada com o TENS, o método Tuina de forma isolada, o método Mckenzie de forma isolada, mobilização comparada com manipulação e intervenções osteopáticas comparada com outras intervenções. São muitas técnicas e métodos nesse sentido de tratamento, as pesquisas sobre qual forma de aplicação de TM é mais eficaz são escassas, sugere-se que mais estudos sejam feitos comparando diferentes técnicas e métodos de TM para tratamento de dor lombar crônica inespecífica em adultos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante as discussões relacionadas ao assunto em argumento conclui-se que existem evidências científicas que comprovam que as Terapias Manuais de forma isolada ou associada à terapia convencional reduz o quadro algico, melhora da mobilidade lombar e melhora da capacidade funcional na lombalgia crônica inespecífica em adultos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BUSSIÈRES, A. E.; STEWART, G. et al. Spinal Manipulative Therapy and Other Conservative Treatments for Low Back Pain: A Guideline From the Canadian Chiropractic Guideline Initiative. **J Manipulative Physiol Ther.** 2018 May;41(4):265-293.

CALDAS, P. F., KURAUCHI LK, Benicchio J. M.; FERNANDEZ, Gam. Análise comparativa dos efeitos promovidos pela aplicação de TENS e terapia manual em lombalgia crônica baseado em evidências científicas. **Revista Univap.** São José dos Campos-SP-Brasil, v. 22, n. 40, Edição Especial 2016. ISSN 2237-1753.

COULTER, I. D.; CRAWFORD, C.; et al. Manipulation and mobilization for treating chronic low back pain: a systematic review and meta-analysis. **Spine J.** 2018 May;18(5):866-879.

DAL FARRA, F.; RISIO, R. G. Effectiveness of osteopathic interventions in chronic non-specific low back pain: A systematic review and meta-analysis. **Complement Ther Med.** 2021 Jan; 56:102616.

FAN Z, Tian Q.; GUO, R.; ZHANG, Y. Tuina for low back pain: Protocol for a systematic review and meta-analysis. **Medicine** (Baltimore). 2018 Aug;97(34):e11979.

GUIAR, C. M. S.; COSTA, B.C. Efeito de um protocolo fisioterapêutico em pacientes com lombalgia crônica. **Fisioterapia Brasil**, 2018; 19(1): 35-43.

NAMNAQANI, F. I.; MASHABI, A.S.; YASEEN, K. M.; ALSHEHRI, M. A. The effectiveness of McKenzie method compared to manual therapy for treating chronic low back pain: a systematic review. **J Musculoskelet Neuronal Interact**. 2019 Dec 1;19(4):492-499.

PEREIRA, D. S. Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: Uma Revisão Integrativa. Id on Line. **Rev. Mult. Psic.** V.12, N. 41, p. 31-38, 2018 - ISSN 1981- 1179.

POURAHMADI, M.; SAHEBALAM, M.; BAGHERI, R. Effectiveness of Proprioceptive Neuromuscular Facilitation on Pain Intensity and Functional Disability in Patients with Low Back Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Arch Bone Jt Surg**. 2020 Jul;8(4):479-501.

RUBINSTEIN, S. M. Benefits and harms of spinal manipulative therapy for the treatment of chronic low back pain: systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. **BMJ**. 2019 Mar 13;364:l689.

RUDDOCK, J. K.; SALLIS, H. Spinal Manipulation Vs Sham Manipulation for Nonspecific Low Back Pain: A Systematic Review and Meta-analysis. **J Chiropr Med**. 2016 Sep;15(3):165-83.

SOUSA, J. N.; SILVA, L. P.; CASTRO, L. M. P. Effectiveness of the diaphragmatic release technique on lumbar pain and movement limitation in adults with non-specific low back pain. **Fisioterapia Brasil**, 2020;21(2 suplente): 1-6.

ZOETE, A.; BOER, M. R.; RUBINSTEIN, S. M. International IPD-SMT group. Moderators of the Effect of Spinal Manipulative Therapy on Pain Relief and Function in Patients with Chronic Low Back Pain: An Individual Participant Data Meta-analysis. **Spine (Phila Pa 1976)**. 2021 Apr 15;46(8):E505-E517.