

TRATAMENTO DA CERVICALGIA MECÂNICA POR MEIO DAS TÉCNICAS DE TRAÇÃO E POMPAGE: RELATO DE CASO

THEATMENT OF MECHANICAL CERVICALGY BY TRACTION AND POMPAGE TECHNIQUES: a case report

Dulcilene Aparecida Moreira da Silva¹, Flavia Betencorte Macedo Soares¹, Paula Mayara de Oliveira¹, Amanda Cristina Moraes da Silva¹, Amanda Oliveira de Sales¹, Renata Elaine Alves Porto¹, Sandra Regina de Gouvêa Padilha Galera^{2*}

¹ Graduanda pela Fundação Universitária Vida Cristã – Faculdade de Pindamonhangaba, Pindamonhangaba/SP

² Professora Doutora, Curso de Fisioterapia, Fundação Universitária vida Cristã – Faculdade de Pindamonhangaba, Pindamonhangaba/SP

*Correspondência: sandragalera@uol.com.br

RECEBIMENTO: 09/10/17 - ACEITE: 10/11/17

Resumo

A cervicalgia caracteriza-se pela dor ao nível da coluna cervical, podendo ser aguda ou crônica ligada a desordens biomecânicas e musculares. Para tratar essa disfunção pode-se utilizar a fisioterapia, com suas técnicas manuais como tração e pompagem. Esse estudo teve como objetivo verificar a efetividade da atuação das técnicas de tração e pompagem na reabilitação da cervicalgia. Trata-se de um relato de caso, envolvendo um sujeito voluntário com queixa de cervicalgia, que foi submetido ao processo de avaliação e tratamento fisioterapêutico. A avaliação da dor foi por meio da escala visual numérica, e pelo mapa da localização da dor, além do questionário do índice de incapacidade do pescoço. O tratamento envolveu a aplicação das técnicas de tração e pompagem. Após o término do tratamento observou-se ganho de amplitude de movimento articular, extensibilidade muscular, alívio da dor e conquista de funcionalidade. Sendo assim, se pode concluir que as técnicas empregadas contribuíram de forma satisfatória para o alívio da dor e conquista de funcionalidade para o indivíduo com cervicalgia.

Palavras-chave: Cervicalgia. Fisioterapia. Tração. Terapia manual.

Abstract

Cervicalgy is characterized by pain at the level of the cervical spine, which may be acute or chronic, linked to biomechanical and muscular disorders. To treat this dysfunction one can use physiotherapy, with its manual techniques such as traction and pompagem. This study aims to verify the effectiveness of the performance of the traction and pompagem techniques in the rehabilitation of cervicalgy. This is a case report involving a volunteer subject with cervicalgy complaint, who was submitted to the evaluation process and physiotherapeutic treatment. The pain evaluation was by means of the numerical visual scale, and by the map of the location of the pain, in addition to the neck disability index questionnaire. The treatment involved the application of traction and pompagem techniques. After the end of the treatment, there was gain of joint range of motion, muscle extensibility, pain relief and achievement of functionality. Thus, it can be concluded that physiotherapy contributes satisfactorily to the relief of pain and achievement of functionality for the individual with neck pain.

Keywords: Nursing. Cervicalgy. Physiotherapy. Traction. Manual therapy.

Introdução

A coluna cervical tem como função primordial suportar e orientar a cabeça no espaço relativamente ao tórax para servir os sistemas sensoriais. Esta tarefa exige um sistema musculoesquelético complexo a fim de combinar mobilidade e estabilidade. A grande mobilidade associada a fatores extrínsecos e intrínsecos propiciam a instalação de disfunções na região cervical.¹

A dor cervical pode originar-se por numerosos mecanismos e por diversas vias. É ocasionada por alterações mecânicas e posturais, ocorrendo um distúrbio denominado cervicalgias que estão relacionadas com movimentos bruscos de longa permanência e em posições forçadas, gerando uma tensão muscular e por traumas.²

A cervicalgia caracteriza-se pela dor ao nível da coluna cervical sendo a região compreendida entre a base do occípito e a região cérvico-torácica. Pode ser aguda ou crônica ligada a distúrbios biomecânicos e musculares, gerando quadros de algias, inflamação e queimações, podendo haver presença de limitações de movimentos passivos do pescoço e alterações tônicas na musculatura da região cervical.^{3,4}

Acomete um número considerável de indivíduo com média de 12% a 34% da população adulta em alguma fase da vida, de maior incidência no sexo feminino afetando nas atividades de vida diária.⁵

Para tratar essa disfunção cervical, pode se utilizar a fisioterapia, com suas técnicas manuais como tração e pompage.^{6,7} A tração manual consiste em uma aplicação da força de distração longitudinal promovendo alongamento dos tecidos moles adjacentes à coluna cervical, tendo como vantagens a descompressão das estruturas articulares, neurológicas e vasculares, proporcionando alívio de dor e redução do tônus muscular.⁶

A pompage consiste em uma técnica manual direcionada para o tecido miofascial com presença de tensão, edema, restrições de movimentos, é uma mobilização fascial que melhora a circulação sanguínea local, ajudando assim a reduzir a dor e degenerações articulares. A técnica é realizada por um tensionamento do segmento, em que o terapeuta alonga lentamente até o limite da elasticidade fisiológica, o qual é notado pela sensibilidade, sendo que o principal tempo da pompage deve ser mantido por um intervalo de 15 a 20 segundos.^{7,8}

Pesquisas envolvendo a associação dessas técnicas manuais tornam-se importantes, uma vez que a literatura sobre esse assunto é escassa, e são técnicas que não demandam investimentos de equipamentos, o que favorece ao terapeuta e ao paciente. Além do que, a cervicalgia é uma manifestação bastante frequente entre os indivíduos adultos, que gera importante morbidade, comprometendo suas atividades de vida diária.⁹

Esse estudo teve como objetivo verificar a efetividade da atuação das técnicas de tração e pompage na reabilitação da cervicalgia, por meio de um relato de caso.

Relato do caso

Participou do estudo um voluntário, idade 36 anos, gênero masculino, queixa de algia e comprometimento da musculatura da região cervical há pelo menos seis meses. Não apresentava outras etiologias nessa região, como presença de hérnias discais, espondilites, espondilolistese, tumores ou qualquer outra etiologia conhecida que justificasse sua dor.

O estudo foi dividido em três etapas, sendo que a primeira envolveu a avaliação das amplitudes dos movimentos do pescoço pela goniometria, avaliação do comprimento muscular e a avaliação da dor por meio da escala visual numérica,¹⁰ o mapa da localização da dor¹⁰ e do questionário do índice de incapacidade do pescoço.¹¹

A segunda etapa constou do tratamento fisioterapêutico, através da aplicação das técnicas de tração manual contínua mantida por 10 minutos e pela pompage dos músculos trapézio, esternocleidomastóideo, escalenos e semiespinhais da cabeça. As sessões foram realizadas numa frequência de duas vezes por semana e com 50 minutos de duração, totalizando quinze sessões.

E a terceira e última etapa compreendeu a reavaliação do paciente onde foram aplicadas as mesmas formas de avaliação utilizadas na primeira etapa.

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Faculdade de Pindamonhangaba, sob o parecer 191/2012.

Após o término do tratamento, todos os itens avaliados inicialmente foram reavaliados, e verificou-se melhora na amplitude de todos os movimentos do pescoço, como se pode observar na Tabela 1.

Tabela 1- Valores correspondentes às avaliações inicial e final da goniometria dos movimentos do pescoço

Movimentos	AI	AF
Flexão da cabeça	34°	38°
Extensão da cabeça	42°	56°
Inclinação lateral D	34°	42°
Inclinação lateral	42°	48°
Rotação D	40°	46°
Rotação E	47°	49°

Com relação ao comprimento muscular, foram realizados testes para pesquisa-lo, tanto na avaliação inicial quanto na final, para os músculos Esternocleidomastóideo e fibras superiores do Trapézio, no entanto os movimentos da cabeça envolvem outros músculos que auxiliam nos movimentos de inclinação lateral, rotação e extensão. E de acordo com Kendall, tais músculos não apresentam testes de encurtamento isolados, e, portanto foi levada em consideração a avaliação goniométrica para avaliá-los.

Isso porque se sabe que quando há uma diminuição da amplitude de movimento de uma articulação, há alguns fatores que devem ser analisados para descobrir sua causa. São eles: estrutura das articulações, integridade articular, integridade muscular, volume de massa muscular, deformidades e a flexibilidade dos músculos.

Possivelmente essas tenham sido as causas do músculo Esternocleidomastóideo ter mantido o seu encurtamento, enquanto que as Fibras Superiores do Trapézio alcançaram aumento do seu comprimento.

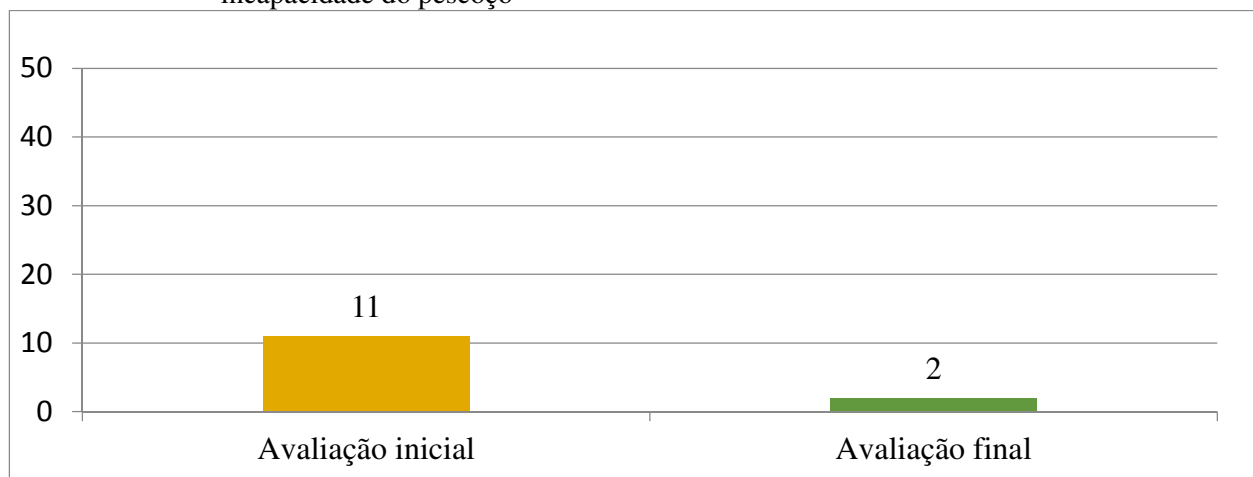
Além dessas considerações que envolveram os movimentos do pescoço, a dor também foi um

importante fator pesquisado. No início do tratamento o paciente relatava dores na região cervical, que o limitavam em algumas de suas atividades, sendo referido em sua avaliação inicial o escore de 5 (cinco) de acordo com a escala numérica da dor, e na avaliação final relatou 0 (zero), ou seja, nenhuma presença de dor.

As atividades inicialmente afetadas pela dor, de acordo com o Índice de incapacidade do pescoço foram: levantamento com 1 (um) ponto, dores de cabeça com 4 (quatro) pontos, concentração com 2 (dois) pontos, trabalho com 1 (um) ponto, dirigir com 2 (dois) pontos e recreação dez com 1 (um) ponto.

A soma da pontuação inicial totalizou 12 (onze) pontos, o que caracterizou uma incapacidade branda. Já na avaliação final o paciente pontuou nas seguintes atividades: concentração com 1 (um) ponto e trabalho com 1 (um) ponto, totalizando dois pontos, o que caracteriza não ter nenhuma incapacidade. Tais resultados são demonstrados na figura 1, relatando a diminuição das atividades comprometidas da avaliação inicial para a avaliação final.

Figura 1- Valores correspondentes à avaliação inicial e à avaliação final do Índice de incapacidade do pescoço



Discussão

A cervicália mecânica caracteriza-se por uma dor generalizada na coluna cervical, relacionada com movimentos bruscos, longa permanência em posição forçada, esforço, trauma e perda de amplitude de movimento^{12,13}. Acredita-se que cerca de 70% da população irá apresentar dor cervical com origem mecânica ao menos uma vez na vida, tendo como consequência o declínio de atividades de vida diária com alterações na qualidade de vida.¹³

Estudos apontam que a relação dos movimentos de esforço, repetição e sobrecarga estática originam diversos distúrbios miofasciais e esqueléticos. Tais distúrbios podem estar relacionados a contrações contínuas, diminuição do aporte sanguíneo e a compressões de feixes nervosos, levando a um quadro doloroso.⁹

Para a redução do quadro doloroso a fisioterapia lança mão de diversos recursos, incluindo técnicas de terapia manual, como a tração articular e a pompage que juntas foram utilizadas para tratar o paciente do caso, as quais mostraram suficientes para reduzir os espasmos musculares e para normalizar as funções do segmento acometido.^{9,13}

De acordo com o estudo de Sobral et al.,⁹ o recurso da liberação miofascial alcançou a redução da dor, da tensão muscular e a melhora da amplitude de movimento. Esses autores explicaram que com a aplicação dessa técnica a musculatura e os tecidos fasciais relaxam permitindo uma melhor biomecânica da articulação, gerando uma redução na produção de colágeno, permitindo que as fibras de elastina se concentrassem e ficassem armazenadas em forma de energia potencial, que se transformando em energia térmica, acarretou a fluidificação da substância amorfa, transformando-a posteriormente em energia cinética aumentando, assim, a amplitude de movimento do tecido conjuntivo, que após a manobra retorna a sua posição inicial.

Tal explicação corrobora com a conquista nos ganhos de mobilidade do pescoço e relaxamento muscular do paciente tratado nesse estudo.

Ninello et al.¹⁴ também contribuem com essa explicação quando expõem que as técnicas manuais

geram ativação dos sistemas opióides endógenos que irão se ligar aos receptores aferentes das articulações e tecidos miofasciais promovendo o efeito analgésico. E em mobilizações articulares como a tração, ocorrerão alterações nos mesmos receptores citados anteriormente, excitando os motoneurônios levando ao efeito analgésico.

Porém, por mais que essas técnicas tenham sido suficientes para alcançar ausência dos sintomas da cervicália mecânica, não se pode afirmar que elas sejam eficazes, de forma geral, para todas as cervicalgias, pois o presente estudo tratou do relato de apenas um caso, retratando um benefício pontual para o paciente.

Outros estudos publicados também apontaram essas técnicas, porém usadas de forma isoladas, como positivas para o controle da dor cervical, mas usando não só da pompage e da tração, e também outras, como o alongamento e energia muscular, e a acupuntura, sendo que esta última por resultar em diminuição da dor pela ação sobre os neurotransmissores ligados à dor e à depressão, foi aplicada associada a outros métodos terapêuticos manuais^{9,15}.

Mas ainda assim, as publicações sobre a atuação e benefícios das técnicas de tração e pompage para o tratamento da cervicália mecânica são escassas na literatura, mas, pelos resultados obtidos com o paciente tratado, foi possível verificar que, principalmente quando aplicadas juntas, podem se mostrar eficientes no alívio da dor e melhora da qualidade de vida e funcionalidade.

Conclusão

As técnicas de tração cervical e pompage mostraram-se eficazes para o tratamento da cervicália apresentada pelo paciente, resultando na diminuição da dor cervical, melhora da amplitude de movimento do pescoço e conquista na realização de atividades funcionais. O tempo de tratamento utilizado mostrou-se suficiente para permitir esses benefícios, promovendo, dessa forma, uma melhora significativa na qualidade de vida desse portador de cervicália mecânica.

Referências

1. Bracht MA, Holler A. Fisioterapia manipulativa no tratamento da cervicália. *Saúde Integrada*. Santo Ângelo. 2010;1(6):55-74.
2. Antunes MD, Favoreto AD, Nakano MS, Morales RC, Junior J R N, Oliveira DV, et al. Análise comparativa dos efeitos da massoterapia e pompage cervical na dor e qualidade de vida em mulheres. *ConScientiae Saúde*. São Paulo. 2017;16(1): 109-5.
3. Pereira J, Cesca D, Daronco LSE, Balsan LAG. Efeito do tratamento quiroprático na concentração

- sérica de proteína C-Reativa e nos sintomas de indivíduos com cervicalgia. *Salusvita*, Bauru. 2016; 35(2): 243-7.
4. Almeida RS, Gomes V, Gaullier CM, Dames KK, Nogueira LAC. Efeitos da terapia manual na cefaleia do tipo cervicogênica: uma proposta terapêutica. *FisiatrActa*. Rio de Janeiro. 2014;21(2):53-7.
 5. Silva RMV, Lima M.S, Costa FH, Silva AC. Efeitos da quiropraxia em pacientes com cervicalgia: Revisão sistemática. *Rev Dor*. 2014;13(1):71-4.
 6. Souza RB, Lavado EL, Medola FO, Blanco DH, Blanco JHD. Efeito da tração manual sobre o comprimento da coluna cervical em indivíduos assintomáticos: estudo randomizado controlado. *Fisioter pesq*. 2011; 18(1):60-6..
 7. Almeida LC. O Efeito da técnica miofascial de pompage na rigidez do tornozelo [monografia]. Vila Real: Universidade de Trás-Os-Montes e Alto Douro; 2015.
 8. Moretti EC, Araújo MDMV, Campos AG, Santos LRH, Araújo MGR, Tenório AS. Effects of pompage associated with aerobic exercises on pain, fatigue, and sleep quality in female patients with fibromyalgia: a pilot study. *Fisioter pesq*. 2016;23(3):227-33.
 9. Sobral MKM, Silva PG, Vieira RAG, Siqueira GRA. Efetividade da terapia de liberação posicional em pacientes com cervicalgia. *Fisioter. Mov*, 2010;23(4):513-21.
 10. Oliveira CM. Construção e validação de um instrumento imagético para avaliação da intensidade e localização da dor em adultos com plexobraquialgia [tese]. Belo Horizonte: Universidade federal de Minas Gerais; 2012.
 11. Soares JC, Weber P, Trevisan ME, Trevisan CM, Rossi AG. Correlação entre postura da cabeça, intensidade da dor e índice de incapacidade cervical em mulheres com queixa de dor cervical. *Fisioter. pesq*. 2012;19(1):68-72.
 12. Aguiar LES, Oliveira MRT, Caldas RG, Correia MC, Rocha S, Carneiro MIS, et al. Efeito do tempo de mobilização pelo método Maitland nas cervicalgias e lombalgias inespecíficas. *MTP&RehabJournal*, Pernambuco. 2014;12:671-2.
 13. Stelle R, Marque L, Mendes J, Lange MC, Zeigelboim BS. Influência da manipulação osteopática na amplitude de rotação da coluna cervical em indivíduos com cervicalgia mecânica crônica. *Rev. dor*. 2013;14(4):284-9.
 14. Ninello DA, Bastos FN, Vanderlei LCM, Júnior JN, Pastre CM. Tratamento da dor cervical mecânica por terapia manual: uma revisão sistemática. *Terapia manual*. 2010;8(1):265-7.
 15. Santos JJ, Santos MCA, Carli J, Rocha P, Previatti KEK. A Influência das técnicas de terapia manual osteopática na função respiratória. *Arq. Cienc. Saúde UNIPAR*. 2015;19(3)191-7.