

## TERAPIA MANUAL ASSOCIADA A CINESIOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR: uma revisão narrativa.

Lucas de Souza Silva<sup>1</sup>,  
Sabrina Glecia de Souza Macedo<sup>1</sup>,  
Thayná Dias Alves dos Santos<sup>1</sup>,  
Milena Alves Medrado<sup>2</sup>,  
Maiara Lanna Bacelar Bouzas<sup>3</sup>.

### RESUMO

A lombalgia é uma das síndromes musculoesqueléticas que mais afetam indivíduos em escala mundial. A fisioterapia tem o seu papel fundamental para reabilitar a funcionalidade dos pacientes, pois conta com uma camada de ferramentas variáveis, capazes de intervir diretamente na dor e por consequente na qualidade de vida. Para isto, entre as diversas técnicas utilizadas pelo fisioterapeuta, está a terapia manual e a cinesioterapia. Tendo como objetivo, identificar a relevância da aplicabilidade da terapia manual associada à cinesioterapia no tratamento da dor lombar. Trata-se de uma revisão de literatura narrativa, no período de setembro e outubro de 2022. Foram selecionados estudos das bases de dados Pubmed, Scielo, Google Acadêmico, PEDro. O presente estudo aponta que a associação das técnicas de terapia manual e terapia por exercícios se mostraram ser tão eficientes, ou até mais eficazes do que as técnicas abordadas isoladamente, tornando esta pesquisa de grande valia para o meio acadêmico e profissional. A terapia manual e a cinesioterapia demonstraram capacidade de promover uma melhora significativa no seu quadro algico, equilíbrio, capacidade funcional, amplitude de movimento da coluna e na qualidade de vida.

**Palavras- chaves:** Terapia Manual, Cinesioterapia, Dor Lombar, Tratamento.

### INTRODUÇÃO

A lombalgia é uma das síndromes musculoesqueléticas que mais afetam indivíduos em escala mundial. Segundo a Sociedade Brasileira de Reumatologia, entre 65% e 80% dessa população desenvolve algum tipo de dor na coluna em qualquer etapa de suas vidas, mas na maioria dos casos há resolução espontânea. Mais de 50% dos pacientes melhora após 1 semana; 90% após 8 semanas; e apenas 5% continuam apresentando os sintomas por mais de 6 meses ou apresentam alguma incapacidade.

A coluna vertebral é a principal estrutura óssea de suporte do corpo, que o sustenta em posição ereta e permite os movimentos de flexão, extensão, flexão lateral e rotação do tronco. Possui em sua composição um total de trinta e três vértebras, sendo elas, sete cervicais (C1 a C7) localizadas na porção superior, doze torácicas (T1 a T12) compondo a porção média, cinco lombares (L1 à L5) constituindo a porção inferior, além de cinco vértebras sacras fundidas (S1 a S5)

e quatro coccígeas também fundidas, estas localizadas abaixo da coluna lombar entre a pelve. Da primeira vértebra cervical C1, até a articulação entre a S1, todas as vértebras são separadas pelos discos intervertebrais, estruturas cartilaginosas responsáveis por possibilitar a mobilidade da coluna e distribuir as constantes cargas sustentadas pela mesma (AGUR, DALLEY, 2005).

Na porção mediana de todas as vértebras observa-se o forame vertebral por onde atravessa a medula espinhal, importante estrutura do sistema nervoso central que se inicia a partir do tronco encefálico e atravessa o forame magno na base do osso occipital, percorre todo o dorso do corpo humano até as primeiras vértebras lombares e se estreita até tornar-se um cone e sequencialmente a cauda equina, região de intensa ramificação responsável pela comunicação entre o sistema nervoso central e o quadrante inferior corporal por toda a extensão da medula espinhal se subdividem os nervos periféricos, que se ramificam pelos membros superiores e inferiores do corpo e também por todos os órgãos (com exceção dos cranianos) (LUNDY-EKMAN, 2008).

Uma das principais funções da coluna lombar é dar suporte à região superior do corpo humano, fazendo com que o peso corporal se transfira para pelve e membros inferiores (MAGEE, 2010), uma das regiões que mais sofrem com as desordens musculoesqueléticas é a região da coluna lombar, a qual tem como a sua e principal característica a queixa de dor, sendo ela constante, esporádica, aguda ou crônica e que por muitas vezes pode ser mensurada de maneira subjetiva isso se deve principalmente ao seu histórico de saúde e suas experiências de vida (BORG, 2000).

Conforme aponta Freitas et al (2011) a idade é um fator relativamente considerável para dores lombares, pois para muitos estudos, "o disco intervertebral perde seu poder higroscópico, sofrendo desidratação progressiva e conseqüente degeneração e a coluna passa a apresentar instabilidade progressiva e dor na região afetada" (2011, p.311). Os problemas de coluna podem ocorrer em toda e quaisquer região da mesma, no entanto, há uma prevalência maior na região lombar, sendo as últimas lombares e as primeiras sacrais as mais acometidas, mais especificamente na quinta vértebra lombar e a primeira vértebra sacral.

A lombalgia é uma disfunção que acomete ambos os sexos e em sua maioria indivíduos com idade produtiva. É uma das principais causas de ausência no trabalho, incapacidade temporária ou permanente e resulta em altos custos econômicos para os sistemas de segurança social, serviços de saúde, suas famílias, para a sociedade e para os próprios indivíduos. A incapacidade provocada pela dor lombar afeta consideravelmente a qualidade de vida dos indivíduos e traz custos diretos como custos com tratamentos e indiretos como diminuição da produtividade no trabalho (FERREIRA et al., 2016).

Segundo Araújo, Oliveira e Liberatori (2012), a dor lombar é oriunda de uma disfunção musculoesquelética, que é referida nas regiões das margens costais e prega glútea, que geralmente são acompanhadas de limitações e sofrimentos ao movimento. A lombalgia pode ser provocada por diversos fatores cinesiológicos, porém, geralmente são descritos como uma "disfunção patológica" "idiopática". Tendo origens primárias ou secundárias, e/ou até

mesmo neurológicas, tais como lombociatalgias. Por outro lado, fatores como obesidade, sedentarismo, sustentação de peso excessivo, movimentos bruscos, postura inadequada durante atividades de vida diária, assim como patologias articulares, degenerativas, inflamatórias, predisposições reumáticas, deficiências musculares, patologias como artrose, osteoporose, doenças virais e entre outros fatores, um importante fator para o surgimento de dor lombar (ARAÚJO et al., 2012, MAIA et al., 2015).

De acordo com Almeida e Kraychete (2017), uma das maneiras de se classificar os pacientes com dor lombar é dividi-los em três grupos, são eles, o 1º Dor associada a uma patologia subjacente específica; 2º Com influência neuropática, dor lombar associada a um trauma ou doença do sistema nervoso somatossensitivo; 3º indefinida, que em grande parte tem origem mecânica. Porém, 75% desses atendimentos primários são não especializados e somente 15% tem sua origem especificada, podendo ser: as hérnias discais, traumas, tumores, infecções, vasculopatias, inflamações, artrite reumatóide e entre outras.

Levando em consideração a complexidade do tratamento da lombalgia em comparação com outros tratamentos, é preciso uma minuciosidade maior, visto isso, a fisioterapia tem o seu papel fundamental e essencial para a reabilitação do paciente, pois conta com uma camada de ferramentas variáveis, capazes de intervir diretamente na dor e por consequente na incapacidade e qualidade de vida. Entre as diversas técnicas utilizadas pelo fisioterapeuta, está, a terapia manual, cinesioterapia, eletrotermoterapia, hidrocinesioterapia, reeducação postural, manipulação osteopática, acupuntura, entre outros (MACEDO, BRIGANÓ, 2009).

A terapia manual é uma das técnicas que proporciona ao terapeuta uma variedade eclética de movimentos específicos para tratar os tecidos muscular, ósseo, conjuntivo e nervoso, visando à normalização e o equilíbrio dessas estruturas, objetivando os efeitos mecânicos e neurofisiológicos. Tendo impactos tanto no sistema nervoso central como no sistema nervoso periférico, assim como na atividade motora do paciente (HIDALGO et al., 2014), trata-se de uma abordagem da fisioterapia que através de manipulações manuais dos tecidos, articulações e os demais componentes do sistema musculoesquelético, visa recuperar as funções fisiológicas do organismo e normalizar as alterações orgânicas, anomalias funcionais e os sintomas dolorosos (SANTOS et al, 2016).

A terapia manual ao longo dos últimos anos, assim como a fisioterapia manual neuro ortopédica, vem avançando consideravelmente no tocante ao aperfeiçoamento de seus conceitos e conseqüentemente vem alcançando uma boa utilidade dos fisioterapeutas em caráter mundial, aliás, vem se tornando uma forma indispensável nas terapêuticas de distúrbios miofasciais, musculares, articulares e neurais, englobando todas as articulações periféricas e coluna vertebral (LAMA, 2009), dentre as técnicas da terapia manual a mobilização neural é uma técnica alternativa para o tratamento das lombalgias, e isso se deve em virtude do uso da mão humana que é uma das ferramentas mais antigas para reduzir o sofrimento (LIMA et al., 2012).

A cinesioterapia tem como objetivo primário para o tratamento dos pacientes acometidos com a lombalgia, a reabilitação física. Dentro deste objetivo primário, busca-se o ganho progressivo de força, um aumento da funcionalidade e a

melhora da musculatura, que envolve o controle do tronco, instabilidade de coluna lombar e controle motor (FORTIN, et al., 2021), os exercícios de fortalecimento objetivam buscar um aumento e uma melhora no suporte da coluna, fazendo com que haja uma estrutura mais forte, o que resultará numa melhor e mais resistente. Os exercícios de estabilização associado com outras práticas terapêuticas, proporcionam um aumento de força e resistência corpórea (PERGOLIZZI, 2020).

Segundo Sarmiento (2012), a cinesioterapia é caracterizada como série de condutas terapêuticas de ações ativas e passivas, podendo ser realizada com o auxílio ou não de diversas ferramentas, que acima de tudo busca reabilitar funcionalmente toda a estrutura musculoesquelética. Do ponto de vista clínico esta abordagem utiliza uma gama de exercícios, em que, exercem uma importância fundamental nos aspectos fisiológicos. Assim, o presente estudo visa analisar os efeitos da aplicabilidade da terapia manual associada à cinesioterapia na dor lombar.

## METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura narrativa, que tem o intuito de descrever os efeitos da aplicabilidade da terapia manual associada à cinesioterapia na dor lombar. A pesquisa foi realizada incluindo artigos publicados entre o período de 2012 a 2022 que se relacionem com terapia manual e cinesioterapia, com exceções para artigos que antecedem o período estabelecido, pois estes foram citados por outros autores e apresentaram relevância para o desenvolvimento do estudo.

Os artigos foram extraídos das plataformas U. S. National Library of Medicine (Pubmed), Physiotherapy Evidence Database (PEDro), Google Acadêmico, Biblioteca Virtual de Saúde, Scientific Electronic Library Online (Scielo), Cochrane Library, utilizando as seguintes palavras chaves: Terapia Manual, Cinesioterapia, Dor Lombar, Tratamento.

Os critérios de inclusão para este estudo foram: artigos nos idiomas inglês e português, publicados nos últimos 10 anos, disponíveis na íntegra e gratuitamente que retratam o uso da terapia manual e cinesioterapia de forma associada, discorrem sobre o tratamento em adultos, fala sobre o tratamento na dor lombar sem citar outra patologia. Para os critérios de exclusão foram: artigos de outros idiomas que não seja inglês e português, publicados em um período anterior ao estabelecido, não discorrem sobre os temas de forma associada, sem associação com a patologia, apresentam tratamento cirúrgico, se referem a gestantes e tratamento em idosos.

Dentre as bases de dados citadas foram encontrados 1032, sendo 577 no PubMed, 218 PEDro, 4 na base Scielo, 2 BVS, 3 Cochrane e 228 no Google Acadêmico. Ao total foram excluídos do estudo 1004. Sendo que: 132 não foram elegíveis pois antecedem o período estabelecido. 199 não discorrem sobre o tema de forma associada, 150 sem associação com a patologia, 203 apresentam tratamento cirúrgico, 105 se referem a gestantes, 96 sobre tratamento em idosos, 90 de outro idioma que não seja inglês e português. Ao final, foram incluídos 11 artigos para serem trabalhados neste estudo, em português e inglês, ressaltando

que após releitura 4 artigos que tratam a terapêutica de forma isolada apresentaram relevância para a discussão.

## RESULTADOS

TABELA 1. CARACTERÍSTICAS DOS ARTIGOS SELECIONADOS.

| Ano  | Título   | Autor   | Objetivo  | Resultados  |
|------|--|---|---|---|
| 2009 | Terapia manual e cinesioterapia na dor, incapacidade e qualidade de vida de indivíduos com lombalgia | Christian e de Souza Guerino Macedo; Josyane Ulian Briganó                          | Comparar os efeitos da terapia manual e cinesioterapia na dor, qualidade de vida e incapacidade de pacientes com lombalgia. | Estabeleceu-se que a fisioterapia baseada em recursos de terapia manual e cinesioterapia apresentou efeitos significativos na melhora da dor, qualidade de vida e incapacidade dos pacientes com lombalgia desta amostra. |
| 2012 | Protocolo fisioterapêutico no tratamento da lombalgia  | Alisson Guimbala dos Santos Araujo, Lusiane de Oliveira, Mariela Fioriti Liberatori | Verificar os protocolos de tratamento fisioterapêuticos na lombalgia  | Após a análise dos artigos selecionados, que existem vários protocolos no tratamento fisioterapêutico da lombalgia com resultados satisfatórios para o alívio da dor, funcionalidade e qualidade de vida.                 |
| 2013 | Terapias Manuais na Lombalgia  | Glauber Diniz Barros  | Revisar a literatura dos últimos dez anos para analisar a eficácia das terapias manuais na Lombalgia.                       | O uso da técnica de terapia manual traz satisfação em sua aplicação.  |
| 2013 | Efeito de um programa cinesioterapêutico de grupo, aliado à escola de postura, na lombalgia crônica  | Korelo Et al  | Avaliar a efetividade de um programa cinesioterapêutico de grupo aliado à Escola de Postura, sobre a dor e a                | O programa de cinesioterapia em grupo mostrou-se favorável na melhora da dor e da capacidade funcional de pacientes com lombalgia.  |

|      |  |   |   |   |
|------|--|---|---|---|
|      |  |   | capacidade funcional, em indivíduos com lombalgia crônica.  |   |
| 2014 | Cinesioterapia e terapia manual no tratamento de lombalgia   | Barboza <i>et al</i>                          | Reunir e catalogar as experiências de intervenção terapêutica empregadas nas lombalgias de causas diversas, destacando os principais resultados alcançados, assim como a importância de cada uma delas. | Apesar dos estudos demonstrarem resultados positivos na redução dos sintomas, apresentaram um baixo nível de evidência científica, impossibilitando um consenso na escolha de um tratamento eficaz. Faz-se necessária a realização de novos ensaios clínicos sobre essa temática com um maior nível de evidência. |
| 2017 | Influência da terapia manual associado a cinesioterapia em indivíduos com dor lombar                 | Tayane Cristina Rigon Furtado                 | Identificar a influência da mobilização articular associada a cinesioterapia na reabilitação de pacientes com dor lombar  | A associação da terapia manual e do protocolo de cinesioterapia irá acarretar diminuição do quadro álgico do paciente, bem como a redução do quadro inflamatório e melhora da qualidade de vida.  |
| 2018 | Efetividade das propostas clássicas de fisioterapia para pacientes crônicos. lombalgia inespecífica: | Cuenca Et al                                  | Avaliar a eficácia do tratamento clássico Fisioterapia no manejo da dor lombar crônica inespecífica   | As condutas mostraram-se eficazes também a curto prazo.   |
|      | Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia  | Dayana Sales Pereira, Virgílio Santana Junior | Compilar informação a respeito do efeito da terapia manual em pacientes com lombalgia.  | O trabalho proporcionou incrementar o conhecimento a respeito do tratamento da lombalgia, demonstrando que a técnica é de grande relevância e tem eficácia comprovada na diminuição da dor e, conseqüentemente, na evolução da capacidade funcional dos pacientes.  |

|      |  |  |   |  |
|------|--|--|---|--|
| 2018 |  |  |   |  |
| 2021 | Terapia manual e cinesioterapia no tratamento da dor lombar                          | João Lucas de Souza, Thiago Henrique Santos do Rosario, Samira Dal-Toé De Prá. | Realizar uma pesquisa sobre a terapia manual e a cinesioterapia no tratamento da dor lombar   | É notável que a maioria dos estudos que empregaram as técnicas de Terapia Manual ao tratamento fisioterapêutico isoladamente ou em conjunto com outra abordagem, expressam resultados superiores àqueles que fizeram uso apenas da cinesioterapia. |
| 2021 | Tratamento com exercícios para dor lombar crônica                                    | <u>Hayden</u> Et al  | Avaliar o impacto com o tratamento do tratamento normal e não funcional específico, em comparação com outros tratamentos com nenhum conservador.      | O exercício é provavelmente eficaz para o tratamento da dor lombar crônica em comparação com nenhum tratamento, cuidados habituais ou placebo para dor.  |
| 2021 | Benefícios da terapia manual associada à cinesioterapia em indivíduos com dor lombar | Lara Fernanda Brito Barbosa  | O principal objetivo desse estudo foi identificar os principais benefícios da terapia manual associada à cinesioterapia em indivíduos com dor lombar. | A estratégia de tratamento do fisioterapeuta será sempre controlar a disfunção musculoesquelética e a dor.   |

## DISCUSSÃO

A presente revisão narrativa teve como objetivo analisar a associação das técnicas de terapia manual e cinesioterapia no tratamento da dor lombar. Os estudos analisados demonstram que a junção das terapêuticas possui efeitos benéficos, trazendo relevância na diminuição do quadro algico, melhora da capacidade funcional e impactando na qualidade de vida dos pacientes.

Em Souza e Rosário (2021), dos artigos analisados que utilizaram apenas uma modalidade de tratamento, a maioria enfocou a cinesioterapia e poucos utilizaram a terapia manual. Por outro lado, entre os artigos que utilizaram os dois métodos como tratamento, houve mais que os utilizaram juntos em um grupo de intervenção comparado aos que utilizaram separadamente na comparação e dois grupos de intervenção. Em contrapartida para Barboza et al (2014), a produção científica da fisioterapia aumentou. No entanto, eles argumentam que esse crescimento exige que os profissionais sejam críticos

sobre se as informações estão atualizadas e de alta qualidade. Segundo os autores, a maioria dos fisioterapeutas não possui treinamento suficiente em metodologia de pesquisa para distinguir entre resultados de alta e baixa qualidade e identificar pontos importantes para sua aplicabilidade.

Por um lado, Araújo et al (2012), apresentaram uma comparação dos efeitos da terapia manual, cinesioterapia, qualidade de vida e incapacidade em pacientes com dor lombar crônica funcional. Em seu estudo com 40 pacientes, onde responderam questionários avaliando dor, incapacidade e qualidade de vida. Realizaram 30 sessões, que incluíram liberações miofasciais, exercícios de alongamento e fortalecimento com bola suíça. As intervenções fisioterapêuticas têm se mostrado eficazes na melhora da dor, qualidade de vida e na incapacitação. Já em Korelo et al (2013), resultados semelhantes foram obtidos em um ensaio clínico randomizado com 146 pacientes com lombalgia crônica, que foram divididos em dois grupos. O primeiro grupo foi submetido a um protocolo de intervenção com exercícios, procedimentos fisioterapêuticos e o programa Escola de Postura; o outro grupo recebeu exercícios e fisioterapia apenas por três meses. Os resultados mostraram melhora da dor e da capacidade funcional em ambos os grupos.

Um estudo de Barbosa (2021) descobriu que a terapia manual e a terapia por exercícios sendo aplicadas de forma conjunta obtém um efeito positivo em pessoas com dor lombar. A terapia manual e a cinesioterapia com exercícios podem melhorar a qualidade de vida de um indivíduo, reduzir a dor e melhorar a função. De igual modo, Barboza et al (2014), observaram que a combinação de cinesioterapia e a terapia manual alcançam resultados positivos na analgesia e aumenta a capacidade funcional em pacientes com lombalgia, mas a falta de padronizações e explicações com mais clareza das metodologias utilizadas e combinação de estudos com um teor baixo de evidências enfraquece esses resultados, o que impossibilita a um consenso para a seleção efetiva do tratamento.

Em Furtado (2017), existem vários tratamentos disponíveis para pacientes com dor lombar, entre eles, estão aqueles que incluem na sua terapêutica a terapia manual para tratar essa disfunção. Estas são maneiras de trabalhar com exercícios de estabilização da coluna vertebral, mobilização articular e manipulação. Em outra concepção Pereira e Santana (2018), demonstram que as evidências para o uso de técnicas de terapia manual em menos de duas sessões semanais e intervenções não obtiveram resultados significativos quando realizada em uma pequena amostra de pessoas com dor lombar. Portanto, é interessante notar que a realização de intervenções com mais frequência traz bons resultados no tratamento conservador da lombalgia.

O trabalho empreendido por Cuenca et al. (2018), enfatizou que a terapia de exercícios não teve diferença estatisticamente significativa na redução da algia e da incapacidade em comparação com a manipulação da coluna vertebral não tratada. Já de acordo com Hayden et al. (2021) A evidência é baixa a moderada, com diferenças modestas na dor e limitações funcionais do tratamento com exercícios em comparação com outros tratamentos conservadores, mas devido à breve descrição disponível no relatório do estudo (oRen), pode ter classificado erroneamente o estudo, já que, o uso de uma definição mais ampla mantém as evidências relevantes para muitas partes interessadas e permite a avaliação do impacto e das características.



Visto que, na pesquisa de Macedo e Briganó (2009), demonstra-se o uso de terapia manual e de exercícios para tratar a dor na lombar, não só reduzir a incapacidade, como melhorar de forma quantitativa a qualidade de vida dos pacientes submetidos a este método terapêutico. Aliás, tem sido apontado que a terapia manual é eficaz e pode ser utilizada na lombalgia aguda para confirmar a indicação desses dispositivos assistivos. Da mesma forma, Barbosa (2021) ressalta a importância da fisioterapia na aplicação de métodos e técnicas específicas como liberação miofascial, acupuntura, quiropraxia, osteopatia, mobilização e manipulação. Assim como é de importância o profissional ter um bom relacionamento com o paciente para poder proporcionar uma terapêutica com melhores resultados.

Assim, no estudo feito por Pereira e Santana (2018) destacaram que a terapia manual aumentou a eficiência do manejo conservador da dor lombar, beneficiando aproximadamente 70% dos pacientes de 4 a 5 semanas após a intervenção. Eles mostram que a terapia manual desempenha um papel importante no desenvolvimento da lombalgia e mobilidade da coluna lombar quando são utilizadas técnicas que promovem o relaxamento muscular que melhora gradativamente o estado de dor do paciente. Corroborando com a assertiva anterior Barros (2013), destaca que a terapia manual avançou muito no aprimoramento de seu conceito e na ampla aceitação de seu uso pelos fisioterapeutas, mostrando-se eficaz no equilíbrio da atividade autonômica sistêmica, na regulação da dor, no reajuste do tônus muscular, na melhora da circulação tecidual e redução da ansiedade do paciente.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os estudos revisados na presente pesquisa, a terapia manual e a cinesioterapia demonstraram capacidade de promover aos indivíduos com dor lombar uma melhora significativa no seu quadro algico, equilíbrio, capacidade funcional, amplitude de movimento da coluna e na qualidade de vida. A terapia manual por possuir uma gama de variedade de movimentos específicos para tratar desde do tecido muscular, ósseo e conjuntivo, e a cinesioterapia com uma abordagem baseada em exercícios terapêuticos, podendo proporcionar aos indivíduos uma resolução semelhante à anterior.

Em princípio, a assistência fisioterapêutica está se tornando cada vez mais complexa e diversificada, e a cada dia surgem novas abordagens que, por sua vez, precisam de embasamento científico que vão nortear para uma melhora do conhecimento teórico e na prática clínica, que irá proporcionar um aperfeiçoamento na formação dos profissionais e na consolidação da profissão. Por outro lado, é necessário ressaltar que o profissional se atenha sobre a importância de criar uma relação positiva com os seus pacientes, dessa forma poderá proporcionar melhores resultados terapêuticos aos mesmos.

Por outro lado, o presente estudo aponta que a associação das técnicas de terapia manual e terapia por exercícios se mostraram ser tão eficientes, ou até mais eficazes do que as técnicas abordadas isoladamente, tornando esta pesquisa de grande valia para o meio acadêmico e profissional. Porém, faz-se necessário a realização de mais estudos científicos baseados em evidência teóricas e práticas, com o intuito de estabelecer se a relação da associação da

terapia manual e a cinesioterapia visando observar se a união de ambas as abordagens trará mais resultados positivos na terapêutica.

## REFERÊNCIAS

Furtado, Tayane Cristina Rigon. Influência da terapia manual associando a cinesioterapia em indivíduos com dor lombar. Repositório institucional UFSC [online]. Epub 2017 Dez 21. 34 f.

Barbosa, Lara Fernanda Brito. Benefícios da terapia manual associada à cinesioterapia em indivíduos com dor lombar. Monografia Bacharelado em Fisioterapia – Faculdade UNIRB – Arapiraca. Epub 2022- Jan-20

Macedo, Christiane de Souza Guerino; Briganó, Josyane Ulian. Terapia manual e cinesioterapia na dor, incapacidade e qualidade de vida de indivíduos com lombalgia Espaç. saúde (Online); 10(2): 1-6, jun. 2009. | LILACS | ID: lil-528439, BR512.14.

Souza, João Lucas Rosario, Thiago Henrique Santos. Terapia manual e cinesioterapia no tratamento da dor lombar: uma revisão bibliográfica. RUNA - Repositório Universitário da Ânima, UniSociesc / Anita Garibaldi. 2021-07-21T16:33:04Z

BARBOZA, AURISTÂNIA PATRÍCIA; SILVA, DENISE MATIAS; MULATINHO, MARCELLO HENRIQUE, ET AL. CINESIOTERAPIA E TERAPIA MANUAL NO TRATAMENTO DE LOMBALGIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA. REVISTA DE TRABALHOS ACADÊMICOS - UNIVERSO RECIFE, VOL. 1, NO 1 (2014)

Pereira, Dayana Sales; Santana, Virgílio Junior. Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: Uma Revisão Integrativa. Artigo de Revisão. v. 12 n. 41, 2018-Jul-29

Araujo, Alisson Guimbala dos Santos; Oiveira, Lusiane; Liberatori, Mariela Fioriti. Protocolo fisioterapêutico no tratamento da lombalgia. Cinergis [online] ARTIGO DE REVISÃO. v. 13 n. 4, 2013-Set-25.

Barros, Glauber Diniz. Terapias Manuais na Lombalgia: Revisão da literatura. Portal bio cursos [online], Pós-graduação em Reabilitação em Ortopedia e Traumatologia com ênfase em Terapia Manual – Faculdade Ávila. (2013)

Korelo, Raciele Ivandra Guarda et al. Efeito de um programa cinesioterapêutico de grupo, aliado à escola de postura, na lombalgia crônica. Fisioterapia em Movimento [online]. 2013, v. 26, n. 2, pp. 389-394. Epub 15 Jul 2013. ISSN 1980-5918.

Hayden JA, Ellis J, Ogilvie R, Malmivaara A, van Tulder MW. Exercise therapy for chronic low back pain. Cochrane Database of Systematic Reviews 2021, Issue 9. Art. No.: CD009790. DOI: 10.1002/14651858.CD009790.pub2

Cuenca-Martínez F, Cortés-Amador S, Espí-López GV. Effectiveness of classic physical therapy proposals for chronic non-specific low back pain: a literature review. Phys Ther Res. 2018 Mar 20;21(1):16-22. doi: 10.1298/ptr.E9937. PMID: 30050749; PMCID: PMC6055602.