

Estudo das respostas eletromiográficas durante exercícios terapêuticos para o tratamento da Lombalgia

*Maria Carolina dos Santos Fornari¹
Isabel de Camargo Neves Sacco²*

RESUMO: A lombalgia é uma das patologias mais referidas entre os pacientes que apresentam dores na coluna, e uma das principais causas de incapacidade funcional. A sua etiologia é muito variada, porém, no presente trabalho, dar-se-á ênfase às lombalgias de origem posturais e/ou mecânicas, já que são a causa da maioria das lombalgias. Os exercícios terapêuticos dentro da cinesioterapia são um recurso fisioterapêutico muito utilizado para o tratamento da lombalgia. Foram selecionados quatro exercícios mais freqüentes na prática clínica (inclinação pélvica, fazer a ponte, abdominal, e sentar ereto lateral) para realizar o estudo das respostas eletromiográficas dos m. eretor da espinha, m. glúteo máximo, m. reto da coxa, m. reto abdominal e m. oblíquo externo, a fim de verificar-se a função dos exercícios dentro do tratamento fisioterapêutico. O EMG dos músculos foi comparado entre dois grupos: grupo controle, constituído de 5 sujeitos saudáveis, e grupo de 5 pacientes com lombalgia. Os grupos não se apresentaram diferentes em nenhuma das variáveis analisadas durante o exercício de inclinação pélvica; entretanto, esse exercício ativou menos o m. reto abdominal do que os exercícios abdominal e sentar ereto lateral, e também ativou menos o m. glúteo máximo em relação ao exercício fazer a ponte. Observou-se que a ativação do m. eretor da espinha no grupo controle é menor durante o exercício abdominal em relação aos exercícios inclinação pélvica e fazer a

ponte. Porém, nos pacientes lombálgicos a ativação deste músculo é semelhante nos três exercícios, mas é maior nestes pacientes em relação aos sujeitos controle durante os exercícios fazer a ponte e abdominal. Destaca-se um descontrole na ativação deste músculo que passa a ser exagerada até mesmo quando não necessária em pacientes com lombalgia. Os pacientes com lombalgia apresentaram um menor pico de ativação do m. reto abdominal inferior em relação aos sujeitos controle durante a execução do sentar ereto lateral. As diferenças de ativação dos m. reto abdominal e m. eretor da espinha entre os grupos sugerem que os pacientes com lombalgia podem possuir um distúrbio de controle motor e postural, já que a musculatura do tronco contribui para a manutenção da postura e controle do tronco. Os sujeitos com lombalgia adiantaram o pico de ativação do m. reto da coxa em relação ao grupo controle durante a execução do abdominal, numa tentativa de compensar a musculatura abdominal, que não proporciona estabilidade de tronco adequada nesses pacientes. As alterações de controle postural presente em sujeitos com lombalgia, e verificadas no presente estudo, podem ser as promotoras deste sintoma ou ainda resultado das compensações ocorridas pela dor.

DESCRITORES: Cinesiologia. Lombalgia. Eletromiografia. Exercício físico.

¹ Aluna

² Orientadora

Endereço para correspondência:
Departamento de Fisioterapia,
Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional
da FMUSP. Rua Cipotânea, 51. Cidade
Universitária. São Paulo, SP, Brasil.
CEP: 05360-000