

## INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM PACIENTE COM CERVICALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA

### PHYSIOTHERAPEUTIC INTERVENTION IN PATIENTS WITH NECK PAIN: INTEGRATIVE REVIEW

### INTERVENCIÓN FISIOTERAPÉUTICA EN PACIENTES CON DOLOR DE CUELLO: REVISIÓN INTEGRATIVA

Clesiane Araújo de Lima Chaves<sup>1</sup>  
Francisca Maria Aleudinelia Monte Cunha<sup>2</sup>  
Benedito Rodrigues Viana<sup>3</sup>  
Francisco Marcelo Alves Braga Filho<sup>4</sup>  
Diogenes José Gusmão Coutinho<sup>5</sup>  
Kedmo Tadeu Nunes Lira<sup>6</sup>

**RESUMO:** Esse artigo buscou analisar as evidências científicas sobre a intervenção fisioterapêutica em pacientes com cervicalgia, condição comum caracterizada por dor no pescoço e associada a fatores biomecânicos, posturais e emocionais. A metodologia utilizada foi uma revisão integrativa, com busca realizada nas bases de dados MEDLINE, LILACS, PEDro e SciELO. Os critérios de inclusão contemplaram artigos completos publicados em português e inglês nos últimos dez anos, excluindo revisões não sistematizadas e estudos irrelevantes. Os principais resultados demonstraram a eficácia de diversas intervenções fisioterapêuticas, como técnicas manuais (mobilização, energia muscular e liberação miofascial), recursos eletroterapêuticos (ultrassom e TENS), fotobiomodulação a laser (FBM), além de cinesioterapia com exercícios supervisionados e abordagens baseadas no modelo biopsicossocial, que auxiliam na redução de ansiedade e cinesiofobia. Os estudos apontaram melhora significativa na redução da dor, aumento da função cervical e melhora na qualidade de vida dos pacientes. Conclui-se que a intervenção fisioterapêutica é uma abordagem segura e eficaz no manejo da cervicalgia, promovendo alívio da dor e benefícios funcionais.

2344

**Palavras-chave:** Cervicalgia. Fisioterapia. Intervenção Fisioterapêutica.

<sup>1</sup>Fisioterapeuta do Centro Universitário Inta – UNINTA.

<sup>2</sup>Docente do Cento Universitário Uninta. Pós doutora em Saúde Coletiva, Professora do Centro Universitário UNINTA.

<sup>3</sup>Docente do centro Universitário Uninta. Especialista em Terapia Intensiva.

<sup>4</sup>Mestre pela Must University e Doutorando pela Christian Business School. Professor do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário INTA – UNINTA.

<sup>5</sup>Doutorado em Biologia Vegetal pela Universidade Federal de Pernambuco, Professor na Christian Business School.

<sup>6</sup>Mestre em Biotecnologia, Professor do Centro Universitário UNINTA.

**ABSTRACT:** This article aimed to analyze the scientific evidence on physiotherapeutic intervention in patients with cervicgia, a common condition characterized by neck pain and associated with biomechanical, postural and emotional factors. The methodology used was an integrative review, with searches carried out in the MEDLINE, LILACS, PEDro and SciELO databases. The inclusion criteria included full articles published in Portuguese and English in the last ten years, excluding non-systematized reviews and irrelevant studies. The main results demonstrated the effectiveness of several physiotherapeutic interventions, such as manual techniques (mobilization, muscle energy and myofascial release), electrotherapeutic resources (ultrasound and TENS), laser photobiomodulation (PBM), as well as kinesiotherapy with supervised exercises and approaches based on the biopsychosocial model, which help to reduce anxiety and kinesiphobia. The studies showed significant improvements in pain reduction, increased cervical function and improved quality of life for patients. It is concluded that physiotherapy intervention is a safe and effective approach in the management of neck pain, promoting pain relief and functional benefits.

**Keywords:** Cervicgia. Physiotherapy. Physiotherapy Intervention.

**RESUMEN:** Este artículo buscó analizar la evidencia científica sobre la intervención fisioterapéutica en pacientes con dolor de cuello, condición común caracterizada por dolor de cuello y asociada a factores biomecánicos, posturales y emocionales. La metodología utilizada fue una revisión integradora, con búsqueda realizada en las bases de datos MEDLINE, LILACS, PEDro y SciELO. Los criterios de inclusión incluyeron artículos completos publicados en portugués e inglés en los últimos diez años, excluyendo revisiones no sistematizadas y estudios irrelevantes. Los principales resultados demostraron la efectividad de varias intervenciones fisioterapéuticas, como técnicas manuales (movilización, energía muscular y liberación miofascial), recursos electroterapéuticos (ultrasonido y TENS), fotobiomodulación láser (FBM), además de la kinesioterapia con ejercicios supervisados y basados en modelos. enfoques biopsicosociales, que ayudan a reducir la ansiedad y la kinesiofobia. Los estudios mostraron una mejora significativa en la reducción del dolor, una mayor función cervical y una mejor calidad de vida de los pacientes. Se concluye que la intervención fisioterapéutica es un abordaje seguro y eficaz en el manejo del dolor de cuello, promoviendo el alivio del dolor y beneficios funcionales.

**Palabras clave:** Dolor de cuello. Fisioterapia. Intervención de fisioterapia.

## INTRODUÇÃO

Dor cervical é um termo usado para descrever dor cervical associada a desconforto na região cervical da coluna, incluindo músculos, ligamentos, articulações e discos (Oliveira et al., 2018). Esta doença afeta grande parte da população mundial, com prevalência estimada variando de 30% a 50%, sendo que 15% dos casos tornam-se crônicos, produzindo limitações funcionais e prejudicando a qualidade de vida (Sato et al., 2019). Múltiplos fatores como tensão muscular,

distúrbios posturais, espondilose cervical e eventos traumáticos podem contribuir para o desenvolvimento da cervicalgia, dificultando seu diagnóstico e tratamento (Silva et al., 2017).

O manejo fisioterapêutico desempenha papel fundamental no tratamento dessa disfunção, visando reduzir a dor, melhorar a função musculoesquelética e restaurar a mobilidade (Santos et al., 2021). Tecnologias como mobilização articular, liberação miofascial, terapia de liberação postural e recursos de eletroterapia (como ultrassom terapêutico e TENS) têm sido amplamente utilizadas na prática clínica com resultados positivos (Oliveira et al., 2018; Kamonseki et al., 2011; Sobral et al., 2010;

Dado o impacto significativo da dor cervical no funcionamento de um indivíduo, é necessário consolidar as evidências científicas existentes sobre as abordagens de fisioterapia mais eficazes. Esta revisão abrangente visa identificar as principais abordagens de intervenção, destacar a sua importância na otimização do tratamento e recuperação do paciente e destacar as lacunas de conhecimento existentes para pesquisas futuras.

## MÉTODOS

Este estudo é uma revisão integrativa da literatura realizada entre julho e novembro de 2024. Foram analisados artigos disponíveis nas bases SciELO, LILACS, PEDro e MEDLINE, utilizando os descritores “cervicalgia”, “dor no pescoço”, “modalidades de fisioterapia”, “physical therapy modalities” e “neck pain”. Incluíram-se estudos publicados em português e inglês, nos últimos dez anos, disponíveis na íntegra e relacionados à temática. Excluíram-se revisões não sistematizadas e estudos irrelevantes aos objetivos. A qualidade metodológica dos artigos foi avaliada pela escala PEDro, e os resultados organizados em quadros temáticos. A pesquisa respeitou os princípios éticos, garantindo atribuição correta às fontes e citações utilizadas.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

**Tabela 1-** Artigos selecionados para discussão da pesquisa.

AUTOR/ANO	DESENHO DO ESTUDO	OBJETIVOS	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
Kang e Yum (2023).	Ensaio clínico	Comparar os efeitos de manipulação	Quarenta e cinco adultos com dor cervical crônica (>12 semanas) foram	Todos os grupos considerados melhorias significativas na VAS,

	randomizado	ativa e tensão-contratensão com massagem isolada, avaliando escala visual analógica, índice de incapacidade do pescoço (NDI) e limiar de dor (PPT) após 4 semanas de fisioterapia.	divididos em três grupos: controle (massagem clínica - CM), ART (CM + técnica de liberação ativa - ART) e SCS (CM + tensão-contratensão - SCS ). Todos receberam 15 minutos de CM duas vezes por semana durante 4 semanas, com ART e SCS ajudando aos grupos relevantes. Dor (VAS), incapacidade (NDI) e limites de dor (PPT) foram avaliados antes e após as intervenções.	NDI e PPT após as disciplinas ( $P < 0,05$ ). O grupo ART demonstrou maior redução na dor (VAS: $3,38 \pm 0,76$ ) e incapacidade cervical (NDI: $5,69 \pm 2,78$ ), enquanto o grupo SCS apresentou o maior aumento nos limiares de dor à pressão (PPT : $1,75 \pm 0,62$ ).
González-rueda <i>et al.</i> , (2020)	Ensaio clínico randomizado	Avaliar o efeito da adição de uma mobilização translatória cervical superior ou uma técnica suboccipital inibitória a um protocolo de fisioterapia convencional em pacientes com teste de dor cervical crônica na incapacidade e amplitude de movimento cervical.	Setenta e oito pacientes com dor cervical crônica e rotação cervical superior restrita foram randomizados em três grupos: mobilização translatória cervical superior, técnica suboccipital inibitória e grupo controle. Os desfechos avaliados foram o índice de incapacidade do pescoço, mobilidade cervical ativa e teste de flexão-rotação, medidos no início ( $T_0$ ), após o tratamento ( $T_1$ ) e no acompanhamento de três meses ( $T_2$ ).	O grupo de mobilização translatória cervical superior apresentou melhora significativa no teste de flexão-rotação para o lado mais restrito em $T_1$ ( $p < 0,004$ ) e $T_2$ ( $p < 0,007$ ), enquanto o grupo de técnica suboccipital inibitória melhorou para o lado menos restrito em $T_1$ ( $p < 0,027$ ). Todos os grupos tiveram alta porcentagem de testes de flexão - rotação negativos, com destaque para o grupo de mobilização translatória em $T_1$ (69,2%) e $T_2$ (80,8%). Não houve diferenças significativas no índice de incapacidade do pescoço e na mobilidade cervical ativa entre os grupos

<p>Bernal-utrera et al., (2020)</p>	<p>Ensaio clínico randomizado</p>	<p>Decompor e comparar os efeitos de dois tratamentos experimentais baseados em terapia manual e exercícios terapêuticos.</p>	<p>Foram avaliadas mudanças de curto e médio prazo em indivíduos com dor cervical crônica não específica, randomizados em três grupos: terapia manual, exercício terapêutico e placebo. As variáveis dependentes incluíram dor (avaliada pela escala visual analógica e limiar de dor à pressão) e incapacidade cervical (NDI), com registros na semana 1, 4 e 12, e análise estatística com nível de significância de 5%.</p>	<p>Embora não tenham sido encontradas diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, a terapia manual mostrou melhora mais rápida na dor percebida, enquanto o exercício terapêutico reduziu a incapacidade cervical de forma mais precoce. Ambos os tratamentos tiveram efeitos médios e grandes para ambos os tratamentos.</p>
<p>Hidalgo et al., (2018).</p>	<p>Revisão sistemática qualitativa</p>	<p>Revisar e atualizar as evidências para diferentes formas de terapia manual (TM) e exercícios para pacientes com diferentes estágios de dor cervical não específica (NP).</p>	<p>Foi realizado buscas em quatro bases de dados (MEDLINE/PubMed, Cochrane, PEDro e EMBASE) para ensaios clínicos sobre a eficácia da terapia manual para dor cervical. A seleção dos artigos foi baseada em títulos, resumos e avaliação crítica da qualidade dos estudos, sendo todas as decisões tomadas por consenso entre os revisores.</p>	<p>Para dor cervical aguda e subaguda, a combinação de manipulação cervical com exercícios foi mais eficaz que manipulações torácicas. Em dores crônicas, combinar mobilização com exercícios foi mais eficiente para dor e função a curto e médio prazo. A manipulação de alta velocidade destacou-se na melhora da mobilidade e redução da dor em curto prazo.</p>

Fonte: CHAVES CAL; LIRA KTN, 2024.

Ao analisar os estudos individualmente, percebe-se que diferentes abordagens terapêuticas apresentam benefícios complementares no manejo da dor cervical crônica.

González-Rueda et al. (2020) destacaram que a inclusão de técnicas como a mobilização cervical superior, em um protocolo de fisioterapia, melhorou a amplitude de movimento cervical superior, embora sem efeito significativo na incapacidade do pescoço ou mobilidade cervical

geral. Uma abordagem multimodal, combinando terapia manual e exercícios, mostrou-se mais eficaz, especialmente no aumento da rotação cervical, sendo a mobilização translacional uma opção segura e eficiente.

Hidalgo et al. (2018) reforçam que a combinação de terapia manual com exercícios supera as intervenções isoladas na melhoria da dor, função e satisfação dos pacientes. Manipulação espinhal, mobilização e técnicas de tecidos moles, associadas aos exercícios, demonstram superioridade em relação aos tratamentos isolados, inclusive na abordagem de dor crônica sem a necessidade de aplicação direta no nível sintomático, reduzindo riscos e personalizando intervenções.

Bernal-Utrera et al. (2020) evidenciaram que a terapia manual proporciona uma redução mais rápida do dor, enquanto os exercícios terapêuticos favorecem maior redução da incapacidade funcional, promovendo a reorganização dos padrões motores e adaptações estruturais. A melhora clínica, pode estar potencialmente influenciada aos processos centrais e à modulação da dor.

Kang e Yum (2023) destacam que a dor miofascial é comum em pacientes com cervicalgia, apresentando-se como dor referida e frequentemente limitando a amplitude de movimento do tecido afetado. As técnicas de liberação miofascial, como liberação ativa e tensão-contratensão, focada na fáscia e no músculo esquelético, demonstrou benefícios significativos no tratamento, especialmente na redução da tensão em tecidos moles e na melhora da mobilidade.

Corroborando essas observações, González-Rueda et al. (2020) sugeriram que a aplicação de técnicas inibitórias suboccipitais reduz a tensão muscular e melhora a amplitude de movimento ativo, reforçando a importância de intervenções direcionadas a pontos-gatilho para aumentar a mobilidade e reduzir a dor cervical.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho evidencia que uma intervenção fisioterapêutica para cervicalgia é mais eficaz quando realizada de forma integrada, combinando abordagens terapêuticas que tratam simultaneamente os sintomas e as limitações funcionais. Os estudos analisados ressaltam a superioridade de estratégias que aliam técnicas manuais a exercícios terapêuticos em comparação com intervenções isoladas.

As terapias manuais, como mobilização, manipulação cervical e liberação miofascial, mostraram-se eficazes na melhora da amplitude de movimento e na redução da dor,

especialmente em curto prazo. A combinação dessas técnicas com exercícios terapêuticos direcionados potencializou os resultados, proporcionando maior satisfação e funcionalidade ao paciente.

Por fim, destaca-se a relevância de um modelo biopsicossocial para o manejo da cervicalgia, considerando fatores físicos, emocionais e sociais que influenciam a dor. Essa abordagem multidisciplinar e personalizada promove uma reabilitação mais eficaz, contribuindo para a recuperação funcional e a melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

## REFERÊNCIAS

BERNAL-UTRERA C, et al. Manual therapy versus therapeutic exercise in non-specific chronic neck pain: a randomized controlled trial. *Trials*. 2020 Jul 28;21(1):682.

GONZÁLEZ-RUEDA V, et al. A terapia manual cervical superior oferece benefícios adicionais em deficiência e mobilidade em relação a um programa de fisioterapia para cervicalgia crônica? Um ensaio clínico randomizado. *Int. J. Environ. Res. Saúde Pública*, 2020, 17 (22), 8334.

HIDALGO B, et al. The efficacy of manual therapy and exercise for treating non-specific neck pain: A systematic review. *J Back Musculoskelet Rehabil*. 2017 Nov 6;30(6):1149-1169.

KAMONSEKI, DH, et al.. Técnicas manuais para dor miofascial e ponto gatilho. *Terapia Manual*. v. 9, n. 44, p. 489-94. São Paulo, 2011.

KANG D, YUM J. A Study of 45 Patients with Chronic Neck Pain to Compare the Effects on Pain and Disability of 4 Weeks of Physical Therapy with the Active Release Technique and Strain-Counterstrain Manipulation with Massage Alone, Before and After Treatment. e-ISSN 1643-3750 © *Med Sci Monit*, 2023; 29: e942027

OLIVEIRA SD, et al. Tratamento da cervicalgia crônica com fisioterapia convencional – estudo de caso. *Revista Científica do Centro Universitário de Itapira, Itapira*, v. 03, n. 01, p. 140-152, Mar/Out, 2018.

SANTOS JR, GONÇALVES N. Benefícios da liberação miofascial na cervicalgia. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 10, n. 15, pág. e334101522724-e334101522724, 2021.

SATO MI, et al. Cervicalgia entre estudantes de medicina: uma realidade multifatorial. *Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba, Sorocaba, São Paulo*, v. 21, n. 2, p. 55-58, 2019.

SILVA AF, et al. Prevalência de cervicalgia em acadêmicos de odontologia de um centro universitário. *Revista Portal: Saúde e Sociedade*, v. 2, n. 2, p. 422-434, 2017.

SOBRAL MKM, et al. A efetividade da terapia de liberação posicional (TLP) em pacientes com cervicalgia. *Fisioterapia em Movimento*, v. 23, p. 513-521, 2010.