



AValiação de Casos com Sintomas de Hérnia de Disco

Pesquisador(es): LAZAROTTO, Stefani; ZAWADZKI, Patrick

Curso: Educação Física

Área: Ciências da Vida e da Saúde

Resumo: A hérnia de disco é uma doença que atinge boa parte da população brasileira, esta doença ocorre nos discos intervertebrais que possuem a função de absorver impactos da movimentação do corpo. O objetivo desse trabalho foi de apropriar-se de diferentes procedimentos para identificar casos suspeitos de hérnia de disco. Participaram deste estudo 11 clientes de personal de uma pesquisadora. Foram utilizados como instrumentos a técnica de palpação e o teste de Schober. O teste de Schober auxilia na identificação de limitações verdadeiras da coluna lombar (CL), é útil naquelas doenças que evoluem de forma progressiva na limitação da mobilidade da CL. A manobra consiste na observação entre dois pontos sobre a linha mediana da coluna vertebral onde a variação da distância de dois pontos durante uma flexão anterior máxima do tronco partindo da posição neutra for inferior a 6 cm, o teste foi considerado positivo. Com a palpação foram pesquisados os pontos sensíveis tanto à palpação quanto à percussão da região lombar e abdominal, onde dor e alargamento inter espinhoso vertebral sugeriram fratura ou instabilidade com lesão ligamentar. Um degrau entre os processos espinhosos foi interpretado como espondilolistese. E ainda, a musculatura paravertebral foi observada quanto aos espasmos e dor localizada sob a área sobre o nervo ciático, a articulação sacro ilíaca e o músculo piriforme. Os resultados mostraram que todos os alunos apresentaram dificuldade em realizar o teste, o que justifica sua utilização na avaliação física para monitorar o desempenho obtido a partir dos planos de treino.

Palavras-chave: Coluna lombar. Hérnia de disco. Teste de Schober. Palpação. Avaliação física. Prescrição de exercícios físicos.

E-mails: stefaniadm44@gmail.com; patrick.zawadzki@unoesc.edu.br