



FACULDADE UNIRB – PARNAÍBA
CURSO BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

CLARISSA DA CRUZ BENTO

**A AÇÃO TERAPÊUTICA DA OSTEOPATIA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR
CRÔNICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

PARNAÍBA
2023

CLARISSA DA CRUZ BENTO

A AÇÃO TERAPÊUTICA DA OSTEOPATIA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR
CRÔNICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado à Faculdade UNIRB -
Parnaíba, como requisito para a Conclusão
do Curso de Graduação em Fisioterapia.

Orientador:
Prof. Me. Kaio Cezar Cavalcante de Lima Santos

PARNAÍBA

2023

Página reservada para ficha catalográfica.

CLARISSA DA CRUZ BENTO

A AÇÃO TERAPÊUTICA DA OSTEOPATIA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR
CRÔNICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado à Faculdade UNIRB -
Parnaíba, como requisito para a Conclusão
do Curso de Graduação em Fisioterapia.

Orientador: Prof. Dr. Pedro Florencio
Ribeiro.

.
.

Aprovada em: ___/___/_____.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Kaio Cezar Cavalcante de Lima Santos (Orientador)
Faculdade UNIRB

Profa. Ma Midiã Oliveira Lima
Faculdade UNIRB

Profa. Esp. Micheline Maria Alves Quariguazi
Faculdade UNIRB

Dedico aos meus pais que batalharam incansavelmente para que conseguisse realizar esse sonho e não permitiram que eu desistisse.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Deus por sempre me conduzir e dá ânimo nessa jornada e a Nossa Senhora que me guardou e deu Seu colo maternal durante esse percurso.

Agradeço a minha família que me ajudou, apoiou e foram meus maiores aliados e aos meus amigos pelo carinho e apoio.

“É justo que muito custe o que muito vale”

Santa Teresa de Jesus

RESUMO

A osteopatia é uma abordagem terapêutica que se concentra na manipulação física dos tecidos musculoesqueléticos para promover a saúde e aliviar a dor. No contexto do tratamento da dor lombar crônica, a osteopatia oferece diversas técnicas e benefícios. O objetivo geral da pesquisa foi estudar sobre a ação terapêutica da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica. Os objetivos específicos foram: Conhecer as técnicas manuais para a manipulação articular na redução da dor lombar crônica; conhecer os fatores de risco recorrentes da dor lombar ao longo prazo; abordar a exercícios terapêuticos para a qualidade de vida do paciente com dor lombar crônica. A metodologia da pesquisa, por meio da busca eletrônica a proposta foi selecionar 10 (dez) artigos científicos, nas quais deram embasamento teórico e científico para a pesquisa. Os resultados da pesquisa foram evidenciar que a osteopatia utiliza técnicas de manipulação articular para restaurar a mobilidade das articulações, incluindo as da coluna vertebral, isso pode ajudar a aliviar a pressão sobre os nervos e reduzir a dor. A conclusão da pesquisa foi demonstrar que os objetivos da pesquisa foram alcançados de forma positiva, é importante destacar que o tratamento osteopático para dor lombar crônica deve ser realizado por um profissional qualificado e licenciado. Além disso, a eficácia da osteopatia pode variar de pessoa para pessoa, e a abordagem terapêutica deve ser discutida e coordenada com outros profissionais de saúde envolvidos no cuidado do paciente.

Palavras-chave: Fisioterapia. Osteopatia. Lombar. Tratamento.

ABSTRACT

Osteopathy is a therapeutic approach that focuses on the physical manipulation of musculoskeletal tissues to promote health and alleviate pain. In the context of treating chronic low back pain, osteopathy offers several techniques and benefits. The general objective of the research was to study the therapeutic action of osteopathy in the treatment of chronic low back pain. The specific objectives were: To understand manual techniques for joint manipulation to reduce chronic low back pain; know the recurrent risk factors for low back pain in the long term; address therapeutic exercises for the quality of life of patients with chronic low back pain. The research methodology, through electronic search, the proposal was to select 10 (ten) scientific articles, which provided a theoretical and scientific basis for the research. The results of the research showed that osteopathy uses joint manipulation techniques to restore mobility to joints, including those in the spine, this can help relieve pressure on nerves and reduce pain. The conclusion of the research was to demonstrate that the research objectives were positively achieved. It is important to highlight that osteopathic treatment for chronic low back pain must be carried out by a qualified and licensed professional. Furthermore, the effectiveness of osteopathy may vary from person to person, and the therapeutic approach must be discussed and coordinated with other healthcare professionals involved in the patient's care.

Keywords: Physiotherapy. Osteopathy. Low back. Treatment.

LISTA DE QUADRO

Quadro 1: Caracterização das produções científicas a respeito das ações terapêuticas da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica.....	23
--	----

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	11
2 REVISÃO DE LITERATURA	13
2.1 Anatomia e os mecanismos funcionais da coluna vertebral	13
2.1.1 Anatomia da dor lombar	14
2.2 Conceito de osteopatia e suas metodologias	15
2.3 Tratamento realizado pela osteopatia	16
2.4 Impactos da intervenção osteopática no tratamento da lombalgia crônica.....	17
2.5 Efeitos positivos sobre as técnicas osteopáticas em pacientes com lombalgia	19
3 METODOLOGIA	21
3.1 Tipo de Pesquisa	21
3.2 Universo e Amostra	21
3.3 Instrumentos de coletas de dados	22
3.4 Método de análise	22
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	23
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
REFERÊNCIAS	34

1 INTRODUÇÃO

A dor lombar crônica é um problema de saúde comum que afeta milhões de pessoas em todo o mundo, pode ser debilitante, interferindo na qualidade de vida e limitando a capacidade funcional. A osteopatia é uma abordagem terapêutica que tem se mostrado eficaz no tratamento da dor lombar crônica. Neste texto, discutiremos a ação terapêutica da osteopatia e como ela pode beneficiar pacientes com essa condição (ALMEIDA et al, 2021).

A osteopatia é uma forma de medicina alternativa que se concentra na manipulação e no movimento do sistema musculoesquelético, buscando restabelecer o equilíbrio e a função adequada do corpo. O fisioterapeuta utiliza técnicas manuais suaves para aliviar a dor, melhorar a mobilidade e promover a cura (OLIVEIRA; KANAS; WAJCHENBERG, 2021).

A dor lombar crônica pode ser causada por uma variedade de fatores, como lesões, desalinhamento postural, fraqueza muscular, tensão muscular, hérnias de disco, estenose espinhal e problemas articulares. O fisioterapeuta realiza uma avaliação completa do paciente, identificando as causas subjacentes da dor lombar crônica e desenvolvendo um plano de tratamento individualizado (MARCOMINI; PANSANI; FIORINI, 2019).

As técnicas utilizadas na osteopatia para o tratamento da dor lombar crônica incluem manipulação articular, mobilização da coluna vertebral, liberação miofascial, técnicas de alongamento e fortalecimento muscular, entre outras. O objetivo é aliviar a tensão muscular, melhorar a circulação sanguínea, restaurar a mobilidade articular e reduzir a inflamação (FERREIRA; FERREIRA, 2018).

O problema da pesquisa será responder o seguinte questionamento: Quais os benefícios do uso da osteopatia em pacientes com lombalgia crônica? o fisioterapeuta pode fornecer orientações sobre postura adequada, ergonomia no trabalho, exercícios terapêuticos e mudanças no estilo de vida. Essas recomendações visam prevenir o reaparecimento da dor lombar crônica e promover a manutenção da saúde da coluna vertebral.

O objetivo geral da pesquisa foi estudar sobre a ação terapêutica da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica. Os objetivos específicos foram: Conhecer as técnicas manuais para a manipulação articular na redução da dor lombar crônica; conhecer os fatores de risco recorrentes da dor lombar ao longo prazo; abordar a

exercícios terapêuticos para a qualidade de vida do paciente com dor lombar crônica.

A importância da pesquisa é evidenciar os benefícios da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica pelo fato de ser uma abordagem não invasiva e livre de medicamentos. Dessa forma, os pacientes podem evitar os efeitos colaterais indesejados associados ao uso prolongado de analgésicos ou anti-inflamatórios.

Vale ressaltar que cada caso de dor lombar crônica é único, e o tratamento com osteopatia pode variar de acordo com as necessidades individuais de cada paciente. Em alguns casos, pode ser necessária uma abordagem multidisciplinar, envolvendo outros profissionais de saúde, como fisioterapeutas, médicos e nutricionistas (BENTES, 2021).

No entanto, é importante destacar que a osteopatia não substitui o tratamento médico convencional. É fundamental que os pacientes com dor lombar crônica consultem um profissional de saúde qualificado para obter um diagnóstico preciso e um plano de tratamento adequado.

Em conclusão, a osteopatia pode ser uma opção eficaz no tratamento da dor lombar crônica. Suas técnicas manuais suaves e abordagem holística podem ajudar a aliviar a dor, melhorar a função e promover a recuperação, buscando um fisioterapeuta específico para essa modalidade.

Dessa forma, a metodologia da pesquisa foi realizada através da revisão de literatura, por meio da busca de dados eletrônicos, na qual foram selecionados 10 (dez) produções científicas para melhor embasamento teórico e científico a respeito da temática e do estudo em foco.

2 REVISÃO DE LITERATURA

O fisioterapeuta desempenha um papel importante na educação do paciente sobre postura adequada, ergonomia no trabalho e estratégias de prevenção de lesões. Eles podem fornecer orientações sobre como realizar atividades diárias sem agravar a dor lombar crônica, bem como dicas para manter um estilo de vida saudável e ativo (FERREIRA; FERREIRA, 2018).

Além disso, o fisioterapeuta pode usar modalidades de terapia física, como calor, frio, ultrassom e estimulação elétrica, para aliviar a dor, reduzir a inflamação e promover a cicatrização dos tecidos. Essas modalidades podem ser aplicadas de forma complementar às técnicas manuais e exercícios terapêuticos.

É importante destacar que o fisioterapeuta não apenas trata os sintomas da dor lombar crônica, mas também aborda as causas subjacentes e trabalha para prevenir a recorrência. Eles levam em consideração a condição física e as necessidades individuais de cada paciente, adaptando o tratamento de acordo com suas características específicas.

2.1 Anatomia e os mecanismos funcionais da coluna vertebral

A coluna vertebral é uma estrutura óssea complexa e essencial para o suporte do corpo, proteção da medula espinhal e facilitação do movimento. A coluna vertebral é composta por 33 a 34 vértebras, que são ossos individuais que formam a espinha dorsal (CASTRO et al, 2022).

As vértebras são divididas em cinco regiões: cervical (7 vértebras), torácica (12 vértebras), lombar (5 vértebras), sacral (5 vértebras fundidas formando o osso sacro) e coccígea (4 vértebras fundidas formando o osso cóccix). Entre as vértebras, há discos intervertebrais compostos por uma porção externa fibrosa (ânulo fibroso) e uma porção interna gelatinosa (núcleo pulposo) (GUEDES; SANTOS, 2021).

Os discos proporcionam amortecimento e flexibilidade à coluna vertebral que cada vértebra tem um forame vertebral, que, quando empilhados, formam o canal vertebral. O canal vertebral aloja e protege a medula espinhal, esses processos espinhosos e transversos são projeções ósseas nas vértebras que fornecem pontos de fixação para músculos e ligamentos (PEREIRA; TANIMAE, 2019).

A coluna vertebral fornece suporte estrutural ao corpo, mantendo-o ereto. A curvatura normal da coluna vertebral (lordose cervical, cifose torácica, lordose lombar) contribui para a absorção de choques durante o movimento. O canal vertebral protege a medula espinhal, que é uma extensão do sistema nervoso central (TEYCHENNE et al, 2019).

As articulações entre as vértebras, incluindo as articulações facetárias, permitem movimentos como flexão, extensão, rotação e inclinação lateral. A coluna vertebral distribui uniformemente o peso do corpo ao longo das vértebras, minimizando o estresse em qualquer área específica (FERNANDES, 2020).

Além de proteger a medula espinhal, a coluna vertebral também facilita a condução de nervos através das raízes nervosas que se ramificam a partir da medula. A estrutura da coluna vertebral é essencial para manter o equilíbrio do corpo e suportar uma postura adequada. Os discos intervertebrais atuam como almofadas que absorvem choques, permitindo que a coluna vertebral suporte movimentos e atividades físicas.

A manutenção da saúde da coluna vertebral envolve práticas como postura adequada, exercícios físicos regulares, alongamento e cuidados ergonômicos para prevenir lesões e problemas associados. Caso haja preocupações com a coluna vertebral, é aconselhável procurar orientação médica.

2.1.1 Anatomia da dor lombar

A dor lombar, também conhecida como lombalgia, é uma condição comum que afeta a região inferior das costas. A anatomia da dor lombar é complexa, envolvendo uma variedade de estruturas que podem contribuir para o desconforto. A região lombar da coluna vertebral está localizada na parte inferior das costas e consiste em cinco vértebras lombares (L1 a L5), esses discos intervertebrais, que são estruturas de cartilagem entre as vértebras, atuam como amortecedores e podem desempenhar um papel na dor lombar quando degeneram ou herniam (ZARANZA et al, 2021).

Os músculos paravertebrais estão ao longo da coluna vertebral e desempenham um papel importante na estabilização e movimento da região lombar, possui vários ligamentos conectam as vértebras e oferecem suporte estrutural à coluna vertebral (SOUZA et al, 2019).

Os nervos espinhais saem da coluna vertebral através dos forames intervertebrais e podem ser comprimidos ou irritados, levando à dor. A compressão nervosa pode ocorrer devido a hérnias de disco ou estreitamento do canal espinhal (estenose espinhal). Os discos intervertebrais agem como amortecedores entre as vértebras, proporcionando flexibilidade à coluna vertebral. Lesões ou degeneração dos discos podem causar dor (CLARK et al, 2022).

As articulações facetárias são articulações entre as superfícies articulares das vértebras. Problemas nessas articulações podem levar à dor lombar, assim como problemas na pelve, como articulações sacroilíacas, podem contribuir para a dor lombar, certas condições dos órgãos internos, como os rins, também podem causar dor referida na região lombar (POZZUTO; BERTAIA; CABRAL, 2020).

É importante notar que a dor lombar pode ter várias causas, incluindo lesões, condições degenerativas, má postura e fatores psicossociais. O diagnóstico preciso muitas vezes envolve a avaliação clínica por profissionais de saúde, como médicos, fisioterapeutas ou ortopedistas, para identificar a origem específica da dor e desenvolver um plano de tratamento adequado. O tratamento pode incluir fisioterapia, medicamentos, exercícios, mudanças no estilo de vida e, em alguns casos, intervenções cirúrgicas.

2.2 Conceito de osteopatia e suas metodologias

A osteopatia é uma abordagem terapêutica que se baseia na ideia de que a saúde do corpo depende do funcionamento harmônico de seus sistemas, incluindo os músculos, as articulações, os ligamentos e o sistema nervoso. Desenvolvida no final do século XIX por Andrew Taylor Still, um médico norte-americano, a osteopatia tem como objetivo promover a cura através da manipulação e do ajuste desses sistemas para restaurar o equilíbrio e melhorar a função geral do corpo (ABOAGYE, 2021).

A osteopatia reconhece a interconexão entre as diferentes partes do corpo e considera o organismo como uma unidade funcional, os problemas em uma área podem afetar outras partes do corpo. A osteopatia acredita que a estrutura e a função do corpo estão inter-relacionadas as alterações na estrutura, como desalinhamentos articulares, podem afetar negativamente a função do corpo e vice-versa (SMANIOTTO, 2019).

Os osteopatas utilizam técnicas manuais para avaliar e tratar a função das

articulações, músculos e tecidos conectivos, isso pode incluir ajustes articulares suaves para melhorar a mobilidade e aliviar a dor. A mobilização envolve movimentos mais suaves e controlados das articulações para melhorar a amplitude de movimento, reduzir a rigidez e promover a função articular (VOLPATO et al, 2020).

Essas técnicas visam liberar a tensão e melhorar a elasticidade dos tecidos conjuntivos (fáscia) ao redor dos músculos. Isso pode ajudar na redução da dor e na melhoria da mobilidade. Os osteopatas podem prescrever exercícios específicos para fortalecer músculos fracos, melhorar a postura e apoiar a reabilitação (ALMEIDA et al, 2021).

A avaliação e o tratamento na osteopatia consideram não apenas a área sintomática, mas também a saúde geral do paciente. Os osteopatas buscam identificar e abordar as causas subjacentes dos problemas, muitas vezes fornecem orientações aos pacientes sobre práticas que podem ajudar na prevenção de problemas futuros, como postura adequada, exercícios e hábitos de vida saudáveis (BENTES, 2021).

É importante observar que a osteopatia é uma prática complementar e não substitui os cuidados médicos convencionais. Antes de iniciar qualquer tratamento, é aconselhável consultar um profissional de saúde para avaliação e orientação adequadas, especialmente se houver condições médicas subjacentes.

2.3 Tratamento realizado pela osteopatia

O tratamento realizado pela osteopatia é centrado na manipulação e no ajuste do corpo para melhorar a função e promover a autorregulação. Os osteopatas utilizam uma variedade de técnicas manuais para avaliar e tratar problemas musculoesqueléticos, visando restaurar o equilíbrio e a mobilidade (NASCIMENTO et al, 2017).

Antes de iniciar o tratamento, o osteopata realiza uma avaliação abrangente, que pode incluir perguntas sobre histórico médico, estilo de vida e sintomas, bem como testes físicos e palpáveis para identificar áreas de restrição ou disfunção.

A manipulação articular, também conhecida como ajuste articular, envolve movimentos controlados e direcionados para restaurar a mobilidade e alinhar as articulações, isso pode ajudar a reduzir a dor, melhorar a função articular e promover o equilíbrio biomecânico.

Além da manipulação, a mobilização é empregada para melhorar a amplitude

de movimento e reduzir a rigidez nas articulações. Essa técnica é geralmente usada em casos em que a manipulação direta pode não ser apropriada. Técnicas de liberação miofascial visam reduzir a tensão e melhorar a elasticidade dos tecidos conectivos (fáscia) ao redor dos músculos. Isso pode ser particularmente eficaz para aliviar a dor muscular e melhorar a flexibilidade (FERREIRA; FERREIRA, 2018).

Os osteopatas frequentemente prescrevem exercícios específicos para fortalecer áreas fracas, melhorar a postura e apoiar a reabilitação. Os pacientes são incentivados a incorporar esses exercícios em sua rotina diária. A osteopatia adota uma abordagem holística, considerando não apenas os sintomas específicos, mas também fatores como estilo de vida, estresse e saúde geral. Isso pode levar a recomendações personalizadas para promover o bem-estar global (OLIVEIRA; KANAS; WAJCHENBERG, 2021).

Os osteopatas geralmente dedicam tempo para educar os pacientes sobre sua condição, fatores contribuintes e estratégias para autogerenciamento, isso pode incluir conselhos sobre ergonomia, postura e hábitos de vida saudáveis. Além de tratar condições existentes, a osteopatia também pode ser utilizada preventivamente para evitar problemas futuros, identificando e corrigindo desequilíbrios antes que se tornem sintomáticos (MARCOMINI; PANSANI; FIORINI, 2019).

Os osteopatas muitas vezes trabalham em conjunto com outros profissionais de saúde, como médicos e fisioterapeutas, para garantir uma abordagem abrangente e integrada ao cuidado do paciente.

É fundamental destacar que a osteopatia é uma prática complementar e não substitui os cuidados médicos tradicionais. Antes de iniciar qualquer tratamento, é aconselhável consultar um profissional de saúde para avaliação e orientação adequadas, especialmente se houver condições médicas subjacentes.

2.4 Impactos da intervenção osteopática no tratamento da lombalgia crônica

A lombalgia crônica, definida como dor na região lombar que persiste por mais de 12 semanas, pode ter um impacto significativo na qualidade de vida e na funcionalidade dos indivíduos. A osteopatia, com sua abordagem holística e foco na manipulação e ajuste do corpo, pode desempenhar um papel no tratamento da lombalgia crônica (NASCIMENTO et al, 2017).

A manipulação articular e as técnicas de liberação miofascial utilizadas na

osteopatia têm o potencial de reduzir a tensão muscular e aliviar a dor na região lombar, essa mobilização e o ajuste podem contribuir para o relaxamento dos músculos e a melhoria da circulação local (CASTRO et al, 2022).

A osteopatia pode ajudar a restaurar a mobilidade das articulações lombares, reduzindo a rigidez e melhorando a flexibilidade, isso pode ser particularmente benéfico para pacientes com lombalgia crônica associada a restrições de movimento. Através de ajustes articulares, os osteopatas podem buscar corrigir desalinhamentos vertebrais e melhorar a biomecânica da coluna vertebral, que pode contribuir para uma distribuição mais equitativa do peso e reduzir o estresse sobre certas áreas da coluna (SOUZA et al, 2019).

A osteopatia baseia-se na crença de que o corpo tem a capacidade de se autorregular e se auto curar. A manipulação e as técnicas utilizadas pelos osteopatas podem estimular esses mecanismos naturais de cicatrização, favorecendo a recuperação da lombalgia crônica. Os osteopatas realizam avaliações holísticas para identificar possíveis causas subjacentes da lombalgia crônica, considerando fatores como postura, padrões de movimento, tensão muscular e equilíbrio estrutural (FERNANDES, 2020).

Além do tratamento direto, os osteopatas frequentemente fornecem orientações aos pacientes sobre práticas de autogerenciamento, incluindo exercícios terapêuticos, posturas corretas e hábitos de vida saudáveis para ajudar na prevenção de recorrências. Ao reduzir a dor, melhorar a mobilidade e abordar fatores contribuintes, a intervenção osteopática pode ter um impacto positivo na qualidade de vida e no bem-estar geral de indivíduos que sofrem de lombalgia crônica (ZARANZA et al, 2021).

É importante notar que a eficácia da osteopatia no tratamento da lombalgia crônica pode variar de pessoa para pessoa, e a abordagem deve ser personalizada com base nas necessidades individuais do paciente. Além disso, a osteopatia deve ser integrada a uma abordagem multidisciplinar, envolvendo outros profissionais de saúde conforme necessário. Antes de iniciar qualquer tratamento, é aconselhável consultar um profissional de saúde para avaliação e orientação adequadas.

2.5 Efeitos positivos sobre as técnicas osteopáticas em pacientes com lombalgia

As técnicas osteopáticas têm sido frequentemente consideradas em pacientes com lombalgia devido aos seus potenciais efeitos positivos no alívio da dor, melhoria da função e promoção do bem-estar.

As técnicas osteopáticas frequentemente envolvem manipulação articular e liberação miofascial para reduzir a tensão muscular e melhorar a mobilidade articular na região lombar. Isso pode resultar em um alívio significativo da dor. A osteopatia emprega ajustes articulares e mobilizações para restaurar a mobilidade das articulações lombares, reduzindo a rigidez e melhorando a flexibilidade. Isso contribui para um maior conforto e amplitude de movimento (GUEDES; SANTOS, 2021).

As técnicas osteopáticas, ao melhorar a circulação sanguínea local, podem ajudar na redução da inflamação na região lombar, contribuindo para a diminuição da dor e do desconforto. A manipulação vertebral realizada pelos osteopatas visa corrigir desalinhamentos e disfunções estruturais na coluna vertebral que pode aliviar a pressão sobre os nervos e restaurar a função adequada (PEREIRA; TANIMAE, 2019).

A osteopatia incorpora técnicas que visam equilibrar o sistema nervoso autônomo, isso pode ter um impacto positivo na resposta do corpo ao estresse e na modulação da dor associada à lombalgia crônica. Os osteopatas realizam avaliações detalhadas para identificar causas subjacentes da lombalgia, considerando não apenas a região afetada, mas também fatores como postura, padrões de movimento e equilíbrio estrutural (POZZUTO; BERTAIA; CABRAL, 2020).

Os osteopatas frequentemente educam os pacientes sobre práticas de autogerenciamento, incluindo exercícios terapêuticos, posturas corretas e estratégias para prevenir recorrências, capacita os pacientes a desempenharem um papel ativo em sua recuperação. As técnicas osteopáticas oferecem uma abordagem não farmacológica para o tratamento da lombalgia, o que pode reduzir a dependência de medicamentos analgésicos de longo prazo (ABOAGYE, 2022).

Ao abordar não apenas os sintomas, mas também os fatores subjacentes, a osteopatia tem o potencial de melhorar significativamente a qualidade de vida de pacientes com lombalgia crônica.

Os osteopatas frequentemente trabalham em colaboração com outros profissionais de saúde, como fisioterapeutas e médicos, para garantir uma abordagem

abrangente e integrada ao tratamento da lombalgia.

Embora a osteopatia tenha demonstrado benefícios em muitos casos de lombalgia, é essencial destacar que cada indivíduo é único, e a resposta ao tratamento pode variar. A consulta com um osteopata qualificado é fundamental para avaliação individualizada e desenvolvimento de um plano de tratamento adequado às necessidades específicas de cada paciente.

3 METODOLOGIA

A metodologia científica é o estudo dos métodos ou dos instrumentos necessários para a elaboração de um trabalho científico. É o conjunto de técnicas e processos empregados para a pesquisa e a formulação de uma produção científica. A metodologia é o estudo dos métodos, especialmente dos métodos das ciências. É um processo utilizado para dirigir uma investigação da verdade, no estudo de uma ciência ou para alcançar um fim determinado (GIL, 2018).

É um trabalho sistemático, na busca de respostas às questões estudadas, é o caminho que se deve seguir para levar à formulação de uma teoria científica. Curiosidade que segue um caminho sistemático. O método científico é a ferramenta do pesquisador, que no fim de seu processo de pesquisa, explica e prevê um conjunto de ocorrências provenientes da aplicação de suas teses.

3.1 Tipo de Pesquisa

A pesquisa aborda uma revisão de literatura, pela busca eletrônica da BVS- Biblioteca Virtual em Saúde, com os seguintes descritores: Fisioterapia, osteopatia, tratamento, lombalgia. Com combinações de língua portuguesa e inglesa, utilizando o método de buscas eletrônicas através do filtro de pesquisa sobre a temática e finalidade da pesquisa.

Para Gil (2018) a revisão de literatura é busca eletrônica por artigos selecionados para se chega nos resultados alcançados através da pesquisa, são textos que perpetuam na seleção e fontes seguras para dar engajamento a finalidade do autor e do estudo.

3.2 Universo e Amostra

A pesquisa foi realizada nas bases de dados pela BVS- Biblioteca Virtual em Saúde para a seleção dos artigos, e revistas científicas digitalizadas sobre a ação terapêutica da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica. Nesse parâmetro serão estabelecidos dois critérios de inclusão e exclusão para filtrar os resultados dos artigos encontrados definidos entre os anos de 2019 a 2023.

3.3 Instrumentos de coletas de dados

A pesquisa adota a abordagem qualitativa pela característica das buscas de artigos selecionados através da revisão de literatura que relata diretamente os critérios de inclusão a respeito da ação terapêutica da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica.

Para Lakatos; Marconi (2003) “a abordagem qualitativa desenvolve características para análises sobre a fundamentação dos autores, sem tabulação de percentual de coleta de dados, discutindo as hipóteses da pesquisa”.

3.4 Método de análise

Com a busca eletrônica a proposta foi selecionar 10 (dez) artigos científicos, cuja seleção será caracterizada pela tabela de caracterização entre o título, autores, ano, objetivo, metodologia, resultados com a finalidade de avaliar os descritores sobre a linha de pesquisa investigada.

Conforme a autenticidade da pesquisa, a resolução 466/2012, cumpre os direitos autorais do pesquisador sobre a vertente de publicação da obra e da pesquisa almejada, sendo necessário a adoção de metodologias empregadas na pesquisa.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com base no levantamento bibliográfico sobre o estudo da ação terapêutica da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica, por meio dessa revisão de literatura obtivemos a seleção de 10 (dez) produções científicas, ao fato de caracterizá-las por meio do quadro 1, assim abordando autor (es), título, ano, objetivo, metodologia e resultados.

Quadro 1: Caracterização das produções científicas a respeito das ações terapêuticas da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica

Nº	AUTOR(ES)	TÍTULO	ANO	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS
1º	Alencar et al	Efeitos da terapêutica osteopática em pacientes com lombalgia crônica: revisão integrativa	2022	Identificar os efeitos terapêuticos da osteopatia no manejo da lombalgia crônica. Uma revisão integrativa foi conduzida para compor uma amostra de estudos.	Revisão integrativa	A osteopatia parece não ser eficaz em pacientes relativamente jovens com lombalgia leve a moderada, mas, de modo geral, espera-se um prognóstico positivo com melhora da qualidade de vida.
2º	Burin e Guedes	Alterações em marcadores neurometabólitos após tratamento manipulativo osteopático em indivíduos com lombalgia crônica inespecífica: revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados.	2023	Determinar os efeitos do tratamento manipulativo osteopático sobre neurometabólitos, em indivíduos com lombalgia crônica	Revisão de literatura	Houve evidência de que o tratamento manipulativo osteopático aumenta as concentrações de β Endorfina e N-palmitoiletanolamida, N-acetil aspartato, acetilcolina, glutamato e glutamina, bem como a diminuição nos níveis de anandamida.
3º	Da Silva et al	A eficácia do tratamento osteopático nos pacientes com dor lombar inespecífica	2023	Verificar a eficácia do tratamento osteopático e o impacto na funcionalidade sobre pacientes diagnosticados com lombalgia inespecífica	Revisão bibliográfica	Acredita-se que a intervenção através do método osteopático, reduz de forma significativa a lombalgia inespecífica, com efeitos sobre a dor, amplitude de movimento e flexibilidade, possibilitando verificar que logo após a primeira sessão houve uma rápida melhora nos

						quadros álgicos e nos sintomas.
4º	Jesus et al	Práticas integrativas e complementares no processo álgico crônico: Uma revisão integrativa	2023	Avaliar a eficácia das Práticas Integrativas e Complementares no processo álgico crônico.	Revisão integrativa	É notório a eficácia das PICS em relação as dores crônicas, entretanto é necessário a ampliação de estudos sobre o tema para o aperfeiçoamento das discussões de quais métodos proporcionam maior eficácia a depender do tipo de dor crônica de cada paciente que foi submetido a essas práticas integrativas e complementares, já que o tema apresenta baixa quantidade de estudos.
5º	Lima et al	Terapêutica não medicamentosa para dor crônica: revisão integrativa.	2023	Proporcionar uma boa qualidade de vida para o paciente.	Revisão de Integrativa	Estudos demonstram que, a partir das atividades de alongamento e relaxamento, propostas pela fisioterapeuta e pelo educador físico, há uma redução da demanda por medicamentos analgésicos e anti-inflamatórios.
6º	Lira e Rios	Benefícios fisioterapêuticos da terapia manual no tratamento da lombalgia crônica: uma revisão integrativa.	2023	Identificar os benefícios fisioterapêuticos da terapia manual no tratamento da lombalgia crônica bem como compreender a anatomia da coluna vertebral lombar e descrever os benefícios das principais técnicas da terapia manual para o tratamento da lombalgia crônica	Revisão de Literatura	Essa pesquisa demonstrou a eficiência dessa técnica em pacientes nas suas diversas faixas, além disso, os benefícios foram vistos não apenas fisicamente como também contribuiu no bem estar emocional.
7º	Pirovano, Pinto e Nascimento	A dor em pacientes com lombalgia crônica, sua	2023	correlacionar a lombalgia crônica com as desordens do sistema	Pesquisa de campo	a inserção do paciente no modelo de atenção biopsicossocial em

		relação com o sistema nervoso autônomo e a terapia manual		nervoso autônomo, assim como sua potencial relevância na causalidade da disfunção somática, a fim de propor possíveis intervenções de avaliação e tratamento por meio da terapia manual.		saúde e observando a possível influência do sistema nervoso autônomo sobre a lombalgia crônica, sugere-se o desenvolvimento de novos estudos que investiguem esta relação e avaliem a intervenção do tratamento fisioterapêutico através da terapia manual com este perfil de pacientes.
8º	Pinto et al	a eficácia da osteopatia no tratamento de indivíduos com dor lombar crônica.	2022	Identificar a a eficácia da osteopatia no tratamento de indivíduos com dor lombar crônica à luz das técnicas manipulativas.	Revisão de literatura	Os resultados evidenciaram que a manipulação vertebral é uma das técnicas osteopáticas em pacientes com lombalgia crônica identificada nos incluídos estudos mostrou heterogeneidade em termos de características, tipo, modo de realização das intervenções, protocolos de tratamento e seus respectivos resultados, pois sabe-se que muitas são as técnicas da terapia manual utilizadas em pacientes com dor lombar.
9º	Schneider e Tesser	Contribuições da osteopatia para o cuidado na atenção primária à saúde.	2020	Discutir algumas relações da osteopatia com a APS, enfocando conhecimentos e técnicas osteopáticas que podem contribuir para o fortalecimento de aspectos comuns a ambas.	Revisão de literatura	Vitiação do excesso de medicalização do cuidado, acentuado pelo comum compartilhamento de crenças e prognósticos catastróficos, que inibem o tempo, o interesse e o estímulo à autorregulação necessários à dissolução de prognósticos excessivamente sombrios

10º	Silva	Terapia Manual no tratamento da dor: uma revisão integrativa.	2022	Realizar uma revisão de literatura, Buscando estudos que observaram evidência científica da terapia manual no tratamento da dor.	Revisão integrativa	Foram selecionadas metanálises, revisões sistemáticas e estudos clínicos, que observaram em seus resultados melhora da dor lombar crônica e aguda, dor cervical crônica.
-----	-------	---	------	--	---------------------	--

Fonte: Levantamento bibliográfico realizado pela pesquisadora (2023)

Pelo levantamento bibliográfico identificamos que a maioria das pesquisas nesse estudo foram através de 4 artigos de revisão integrativa e 4 artigos de revisão de literatura, compondo também por uma revisão bibliográfica e uma de campo para dar embasamento teórico e científico a discussão.

Segundo Da Silva et al (2023) as técnicas manuais utilizadas na manipulação articular na redução da dor lombar crônica desempenham um papel significativo na abordagem terapêutica da osteopatia. Essas técnicas visam melhorar a mobilidade, corrigir desalinhamentos e reduzir a tensão nos tecidos moles, contribuindo para a diminuição da dor.

Segundo Pinto et al (2022) a dor lombar é uma condição comum e, em alguns casos, pode tornar-se crônica, persistindo ao longo do tempo. Existem diversos fatores de risco recorrentes que podem contribuir para a dor lombar de longo prazo, e é importante abordar esses fatores para prevenir a recorrência da dor e melhorar a gestão da condição.

Para Scheneider e Tesser (2020) o histórico de dor lombar anterior em que as pessoas que já tiveram episódios anteriores de dor lombar têm maior probabilidade de experimentar recorrências. Lesões prévias ou disfunções podem criar uma vulnerabilidade persistente na região lombar.

De acordo com Silva (2022) o envelhecimento está associado a mudanças estruturais na coluna vertebral, como degeneração dos discos intervertebrais e osteoartrite, o que pode aumentar o risco de dor lombar crônica. Os fatores genéticos a predisposição genética pode desempenhar um papel na susceptibilidade à dor lombar, assim como algumas condições musculoesqueléticas podem ser herdadas, aumentando o risco de problemas lombares.

Com base na visão de Lima et al (2023) a falta de atividade física e o estilo de vida sedentário estão associados à fraqueza muscular, perda de flexibilidade e maior

risco de dor lombar crônica. A atividade física regular é crucial para a saúde da coluna vertebral. O excesso de peso coloca pressão adicional na coluna vertebral, especialmente na região lombar. A obesidade está associada a um aumento do risco de dor lombar crônica e pode agravar condições pré-existentes.

Para Pirovano; Pinto e Nascimento (2023) o estresse, ansiedade, depressão e outros fatores psicossociais podem influenciar a percepção da dor e a capacidade de lidar com ela. Altos níveis de estresse emocional podem contribuir para a dor lombar crônica. Profissões que envolvem levantamento frequente de peso, posturas inadequadas e movimentos repetitivos podem aumentar o risco de lesões na coluna vertebral e contribuir para a dor lombar crônica.

Nesse sentido, Jesus et al (2023) a má postura, uso inadequado de móveis e equipamentos de trabalho, como cadeiras e mesas, podem resultar em tensões repetitivas na coluna vertebral, aumentando o risco de dor lombar crônica. Certas condições médicas, como hérnias de disco, espondilose, estenose espinhal e artrite reumatoide, podem contribuir para a dor lombar crônica.

Segundo estudos de Burin e Guedes (2023) os hábitos como fumar podem comprometer a circulação sanguínea e a nutrição dos tecidos, afetando negativamente a saúde da coluna vertebral. Traumas significativos, como acidentes automobilísticos ou quedas graves, podem resultar em lesões estruturais que aumentam o risco de dor lombar crônica. Posturas inadequadas durante as atividades diárias e de trabalho podem contribuir para a dor lombar crônica. A correção da postura é fundamental na prevenção de recorrências.

De acordo com Silva (2022) a abordagem para gerenciar a dor lombar crônica deve ser holística, considerando fatores físicos, emocionais e comportamentais. Estratégias que incluam educação do paciente, exercícios físicos regulares, ajustes ergonômicos, manejo do estresse e, quando apropriado, intervenções osteopáticas podem ser eficazes na prevenção de recorrências e no gerenciamento a longo prazo. Consultar um profissional de saúde para uma avaliação adequada e um plano de tratamento personalizado é fundamental para indivíduos que enfrentam dor lombar crônica.

Para Jesus et al (2023) os ajustes articulares consistem em movimentos rápidos e precisos nas articulações, muitas vezes acompanhados por um estalo audível. Esses ajustes têm como objetivo restaurar a função normal da articulação,

pode ajudar a aliviar a dor ao melhorar a mobilidade articular, reduzir a compressão nervosa e restaurar o equilíbrio biomecânico na região lombar.

De acordo com o estudo de Lima et al (2023) as mobilizações articulares com movimentos mais suaves e controlados aplicados às articulações para melhorar a amplitude de movimento e reduzir a rigidez a contribuição para a melhoria da mobilidade e flexibilidade, reduzindo a rigidez nas articulações e aliviando a pressão sobre os tecidos circundantes.

Segundo dados de Burin e Guedes (2023) essas técnicas de liberação miofascial envolvem a aplicação de pressão suave e sustentada nos tecidos conjuntivos para liberar tensões e melhorar a elasticidade, pode aliviar a tensão muscular e reduzir a irritação nos pontos sensíveis, contribuindo para a redução da dor.

Conforme os autores supra citados, destacam ainda que as técnicas de estiramento muscular com movimentos que visam alongar e relaxar os músculos envolvidos na região lombar, com ajuda a reduzir a tensão muscular, melhorando a flexibilidade e diminuindo a compressão nos nervos.

Diante dos estudos de Pirovano; Pinto e Nascimento (2023) com ajustes sacroilíacos com manipulações específicas nas articulações sacroilíacas para restaurar a estabilidade e alinhar a pelve, pode aliviar a dor ao corrigir desalinhamentos na pelve e otimizar a distribuição de peso na região lombar. A técnica de energia muscular, envolvem a aplicação de pressão leve enquanto o paciente se move contra essa pressão, seguida por relaxamento, que pode fortalecer músculos fracos, melhorar a estabilidade e reduzir a sobrecarga nas articulações, contribuindo para o alívio da dor.

Para Alencar et al (2022) a técnica de inibição neuromuscular envolve a aplicação de pressão suave em pontos específicos para relaxar músculos hipertônicos, pode ajudar a reduzir a atividade muscular excessiva e aliviar a dor associada à tensão muscular.

Em consequência com o estudo de Lira e Rios (2023) a manipulação vertebral global envolve técnicas de mobilização que abordam a coluna vertebral como um todo, buscando melhorar a função global, que contribui para a restauração do equilíbrio biomecânico e melhoria da função geral da coluna vertebral.

Segundo Lira e Rios (2023) é fundamental ressaltar que a escolha das técnicas manuais deve ser personalizada com base na avaliação individual do paciente. Além

disso, a intervenção osteopática na dor lombar crônica é frequentemente parte de uma abordagem multidisciplinar, e a colaboração com outros profissionais de saúde podem ser essencial para um tratamento abrangente e eficaz.

Nesse contexto, para Scheneider e Tesser (2020) os exercícios terapêuticos desempenham um papel fundamental no gerenciamento da dor lombar crônica, contribuindo para a melhoria da flexibilidade, força muscular, estabilidade e mobilidade. Um programa de exercícios bem elaborado pode ser essencial para a qualidade de vida do paciente, proporcionando alívio da dor, prevenindo recorrências e promovendo a funcionalidade geral.

Assim como, nos estudos de Pinto et al (2022) é importante que qualquer programa de exercícios seja adaptado às necessidades individuais do paciente, levando em consideração a gravidade da condição, histórico médico e capacidade física. Antes de iniciar qualquer programa de exercícios, os pacientes devem consultar um profissional de saúde para uma avaliação adequada e receber orientações personalizadas. A consistência e a progressão gradual são essenciais para alcançar os benefícios a longo prazo.

De acordo com Da Silva et al (2023) a osteopatia tem sido estudada e aplicada como uma abordagem terapêutica para o tratamento da dor lombar crônica, e diversos estudos clínicos e revisões sistemáticas fornecem insights sobre seus efeitos. Vale ressaltar que os resultados e discussões sobre a ação terapêutica da osteopatia podem variar dependendo do estudo específico, da metodologia utilizada e das características dos participantes.

Nos Estudos de Alencar et al (2022) frequentemente relatam que a osteopatia pode proporcionar alívio significativo da dor lombar crônica. Manipulações articulares, liberação miofascial e técnicas de mobilização são citadas como métodos eficazes para reduzir a intensidade da dor.

Conforme Silva (2022) pacientes submetidos a tratamento osteopático geralmente demonstram melhorias na função física e na mobilidade. Isso inclui aumento da amplitude de movimento, redução da rigidez e melhoria na capacidade de realizar atividades diárias.

Para Lima et al (2023) a osteopatia tem sido associada a melhorias na qualidade de vida relacionada à saúde em pacientes com dor lombar crônica. Isso pode incluir aspectos físicos, emocionais e sociais, refletindo uma abordagem holística para o tratamento.

Segundo Alencar et al (2022) alguns estudos sugerem que a osteopatia pode contribuir para a redução da incapacidade relacionada à dor lombar crônica, isso implica uma melhoria na capacidade do paciente de realizar suas atividades cotidianas.

Para Burin e Guedes (2023) pesquisas indicam que os benefícios da osteopatia para a dor lombar crônica podem ser sustentados a longo prazo. Pacientes relatam melhorias significativas mesmo após a conclusão do tratamento, indicando um impacto duradouro.

Nesse sentido, Pinto et al (2022) a natureza holística da osteopatia, que considera o corpo como uma unidade funcional, é frequentemente destacada. A abordagem individualizada permite que os osteopatas considerem fatores como postura, padrões de movimento e saúde geral do paciente.

Com base na pesquisa de Pirovano; Pinto e Nascimento (2023) muitos estudos reconhecem a importância da integração da osteopatia com outras modalidades de tratamento, como fisioterapia e medicina convencional, para otimizar os resultados e fornecer uma abordagem abrangente.

Em comparação, para Da Silva et al (2023) com algumas intervenções médicas mais invasivas, a osteopatia é geralmente considerada segura, com baixos riscos relativos, isso a torna uma opção atraente para pacientes que buscam abordagens menos invasivas.

Para Silva (2022) algumas discussões na literatura abordam a possibilidade de efeitos placebo contribuírem para os resultados positivos observados em estudos sobre osteopatia. No entanto, muitos estudos controlados levam em consideração esses fatores.

É importante reconhecer que há variabilidade nos resultados entre os estudos, e nem todos os pacientes respondem da mesma forma à osteopatia. A resposta pode depender de vários fatores individuais.

Muitos estudos ressaltam a importância da educação do paciente como parte integrante do tratamento osteopático. Isso pode incluir a promoção de mudanças no estilo de vida, técnicas de autocuidado e conselhos para prevenir recorrências.

A pesquisa sobre osteopatia no tratamento da dor lombar crônica continua a evoluir, com estudos adicionais explorando diferentes técnicas, populações de pacientes e mecanismos subjacentes.

A literatura sugere que a osteopatia pode oferecer benefícios significativos no tratamento da dor lombar crônica, proporcionando alívio da dor, melhorias na função e impacto positivo na qualidade de vida. No entanto, é importante que os pacientes busquem profissionais de saúde qualificados, e o tratamento deve ser adaptado às necessidades individuais de cada pessoa.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

As considerações sobre a revisão de literatura a respeito do estudo da ação terapêutica da osteopatia no tratamento da dor lombar crônica destacam a importância de uma abordagem holística e individualizada para alcançar resultados eficazes. A osteopatia demonstra consistentemente ser eficaz no alívio da dor lombar crônica, sobre as técnicas utilizadas, como manipulação articular, liberação miofascial e mobilização, contribuem para reduzir a intensidade da dor em diversos estudos.

Os resultados indicam que a osteopatia não apenas reduz a dor, mas também melhora a função e a mobilidade. Os pacientes frequentemente experimentam uma maior amplitude de movimento e uma capacidade aprimorada de realizar atividades cotidianas. A ação terapêutica da osteopatia tem um impacto positivo na qualidade de vida relacionada à saúde. Isso envolve melhorias não apenas nos aspectos físicos, mas também nos emocionais e sociais, refletindo a abordagem holística da prática.

A revisão destaca a natureza holística da osteopatia, que considera o corpo como uma unidade funcional. A abordagem individualizada permite adaptações específicas para atender às necessidades de cada paciente. A osteopatia é considerada uma opção terapêutica segura, com baixos riscos relativos em comparação com intervenções mais invasivas. Isso a torna uma escolha atrativa para pacientes em busca de tratamentos menos agressivos.

Os objetivos da pesquisa foram alcançados de forma positiva, pois a literatura enfatiza a importância da integração da osteopatia com outras modalidades de tratamento, como fisioterapia e medicina convencional. A colaboração multidisciplinar é essencial para uma abordagem abrangente e personalizada. A revisão reconhece a importância de considerar possíveis efeitos placebo nos resultados observados. No entanto, muitos estudos controlados e randomizados abordam essas considerações para garantir a validade dos resultados.

A literatura destaca também a relevância da educação do paciente como parte integrante do tratamento osteopático. O empoderamento do paciente com informações sobre mudanças no estilo de vida e autocuidado é essencial para resultados sustentáveis. A revisão aponta para a necessidade contínua de pesquisa na área da osteopatia para o tratamento da dor lombar crônica, assim como explorar diferentes técnicas, populações de pacientes e compreender os mecanismos subjacentes continua sendo um foco importante.

As conclusões ressaltam que a eficácia da osteopatia é influenciada pela individualização do tratamento. Avaliações precisas, considerando a história clínica e as características específicas do paciente, são fundamentais para o sucesso terapêutico.

Dessa forma, a revisão da literatura sugere que a osteopatia é uma opção terapêutica valiosa no tratamento da dor lombar crônica, proporcionando alívio da dor, melhorias na função e na qualidade de vida. No entanto, a pesquisa e a prática clínica devem continuar evoluindo para aprimorar ainda mais a compreensão dos benefícios da osteopatia e otimizar suas aplicações clínicas.

REFERÊNCIAS

- ABOAGYE, E. et al. Manual therapy versus advice to stay active for nonspecific back and/or neck pain: a cost-effectiveness analysis. **Chiropr Man Therap**, v. 30, n. 27, p. 1-10, 2022. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-35578230>. Acesso em: 01 out. 2023.
- ALENCAR, T. M. .; SILVA NETO, R. M. da .; LIMA, M. L. F. de .; RAMOS, D. C. .; CALOU, R. S. .; OLIVEIRA, I. M. M. de .; KOPROSKI, A. C. .; FERREIRA, N. A. S. .; NASCIMENTO, P. A. C. .; GARCIA, C. de L. . Efeitos da terapêutica osteopática em pacientes com lombalgia crônica: revisão integrativa. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 15, p. e262111535616, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/35616>. Acesso em: 22 nov. 2023.
- ALMEIDA, J. K. L., ALVES, K. C., KMITA, L. C., RODRIGUES, A. P. O., AQUIM, E. E. Impacto de um protocolo de terapia manual osteopática sobre a mecânica respiratória de pacientes sob ventilação mecânica. **Revista Inspirar Movimento & Saúde**, 2021.
- BENTES, R. do N. Variação da resposta sintomática dolorosa na coluna lombar pela manipulação visceral. **Fisioterapia Brasil**, v. 22, 2021, p.1–9.
- BURIN, T.; GUEDES, J. Alterações em marcadores neurometabólitos após tratamento manipulativo osteopático em indivíduos com lombalgia crônica inespecífica: revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados. **Revista Perspectiva**, v. 47, 2023, p. 179-188.
- CASTRO, J. et al. **Cognitive functional therapy compared with core exercise and manual therapy in patients with chronic low back pain**: randomised controlled trial. 2022. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/mdl-35384931>Acesso em: 01 out. 2023.
- CLARK, B. C. et al. Um ensaio clínico randomizado para determinar a eficácia e os efeitos fisiológicos da manipulação e mobilização da coluna em comparação entre si e uma condição simulada em pacientes com dor lombar crônica: protocolo de estudo para o estudo RELIEF. **Ensaio clínicos contemporâneos**, v. 70, p. 41–52, 2022.
- DA SILVA, M. DA C. S., NETO, R. A. DA S., SOUZA, T. DA S., DE SOUZA, I. S., DA SILVA, C. G., JASTROW, J. M. B., FAVELA, A. M., & LEITÃO, F. N. C. A eficácia do tratamento osteopático nos pacientes com dor lombar inespecífica. **Revista De Epidemiologia E Saúde Pública - RESP**, v.1, 2023.
- FERNANDES, R. Fisioterapeuta ensina exercícios para aliviar dor lombar na quarentena. **Estúdio Vértico**, Rio de Janeiro, 2020.
- FERREIRA, A. P. A., & FERREIRA, G. A. Contribuições da osteopatia: período peri e neonatal / Contributions of osteopathy: peri and neonatal. **Brazilian Journal of Health Review**. 2018 Disponível em<<https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/683>> acessado

em 25 de maio de 2023.

GUEDES, K. N. SANTOS, R. R. SÁ, D. P. C. Eficácia da osteopatia na lombalgia inespecífica comparada a fisioterapia convencional. **Revista das Ciências da Saúde e Ciências aplicadas do Oeste Baiano- Higia**, v. 6, n. 1, p. 103-119, 2021. Disponível em: <http://fasb.edu.br/revista/index.php/higia/article/view/624/566>. Acesso em: 09 novembro de 2023.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 16^o. ed. São Paulo: Atlas, 2018, p. 67.

JESUS, J. A. de.; BARROS, M. S.; SANTOS, G. V. da S.; FREIRE, A. R. de J.; SANTOS, D. M. S.; GOIS, M. B. T. C. Práticas integrativas e complementares no processo algico crônico: Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 12, n. 9, p. e13712943313, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/43313>. Acesso em: 22 nov. 2023.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

LIMA, C.S.A.; DUTRA NETO, R.A.; GONZALEZ, G.L.S.; ARANHA, G.O.; PEREIRA, C.H.; LEONEL, A.J.T.; PASSOS, M.R.; BARBOSA, L.G.; GONZAGA, A.M.S.; ARAUJO, J.C.; SUAREZ NETO, L.E.; OLIVEIRA, B.X.R.; MELEGARO, E.A.C.; SILVA, M.M.; OLIVEIRA, M.F. Terapêutica não medicamentosa para dor crônica: revisão integrativa. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 6, n. 4, p. 16729-16739, jul./aug., 2023.

LIRA, Erica Machado; RIOS, Emmanuelle Frota Costa. Benefícios fisioterapêuticos da terapia manual no tratamento da lombalgia crônica: uma revisão integrativa. **Revista diálogos em saúde**, Volume 6 - Número 2 - Jul/Ago de 2023.

MARCOMINI, B. G., PANSANI, G. M., & FIORINI, M. L. S. **Benefícios da abordagem osteopática na neonatologia**, 2019.

NASCIMENTO, C. A. G. DO, RODRIGUES, M. E., ALVES, G., & MADDALUNO, M. L. (2017). Tratamento Manipulativo Osteopático na Dor Lombar Crônica - Centro Municipal de Reabilitação Engenho de Dentro / RJ - **Estudo Transversal**, 2017.

OLIVEIRA, C. T., KANAS, M., WAJCHENBERG, M. (2021). Tratamento da lombalgia crônica inespecífica: treinamento resistido com ou sem pesos? **Revista Brasileira de Medicina Do Esporte**, v. 27, 2021, p. 603–609.

PEREIRA, M. TANIMAE, H. Eficácia da liberação ativa de tecidos moles e bloqueio do ponto de gatilho para o diagnóstico e tratamento de dores lombares e nas pernas de origem predominantemente glúteo médio: relato de 115 casos. **J Phys Ther Sci.**, v. 31 n. 2, feb. 2019, p.141-148.

PINTO, I.M.; CARVALHO, E.B.; SILVA NETO, J,F,C,; SILVA NETO, M.P.; CUNHA, F.V.M. a eficácia da osteopatia no tratamento de indivíduos com dor lombar crônica. **Revista Nova Fisio**, ed. 10, v. 26, 2022.

PIROVANO, G. J., PINTO, D. C., & DO NASCIMENTO, F. R. A dor em pacientes com lombalgia crônica, sua relação com o sistema nervoso autônomo e a terapia manual. **Monumenta - Revista De Estudos Interdisciplinares**, v.3, 2023, p. 95-126.

POZZUTO, N. M. BERTAIA, V. P. B. CABRAL, E. R. M. Lombalgia no trabalhador braçal: relato de 3 casos observados em uma vinícola / lower back pain in manual laborers. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 6, 2020, p. 19252-19259.

SCHNEIDER, LEONARDO MOZZAQUATRO, & TESSER, C. D. (2021). Contribuições da osteopatia para o cuidado na atenção primária à saúde. **REVISE - Revista Integrativa Em Inovações Tecnológicas Nas Ciências Da Saúde**, v.5, 2021, p. 95–119.

SILVA, J. R. R. da. (2022). Terapia Manual no tratamento da dor: uma revisão integrativa. *Revista Neurociências*, v. 30, p. 1–24, 2022.

SMANIOTTO, Suyane, et al. Conhecimento de fisioterapeutas quanto às práticas integrativas e complementares. **Revista FisiSenectus**, v. 7, n. 1, 2019, p. 34-48.

SOUZA, A. SANCHOTENE, C. G. SILVA, C. M. L. BECK, J. A. SILVA, A. C. K. PEREIRA, S. M. RUSCHEL, C. Acute effect of 2 self-myofascial release protocols on hip and ankle range of motion. **Journal of sport rehabilitation**. v. 28, n. 2, p. 159-164, 2019. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/11/1025279/exerciciosimediatos-versus-exercicios-tardios-no-pos-operator_bLlsvpM.pdf. Acesso em: 27 novembro de 2023.

TEYCHENNE, M. et al. General strength and conditioning versus motor control with manual therapy for improving depressive symptoms in chronic low back pain: A randomised feasibility trial. **Plos One**. v. 14, n. 8, p. 1-12, ago. 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31369613/>. Acesso em: 05 out. 2023.

VOLPATO, Maria P., et al. Single cupping therapy session improves pain, sleep, and disability in patients with nonspecific chronic low back pain. **Journal of acupuncture and meridian studies**, v. 13, n. 2, p. 48-52, 2020.

ZARANZA, C. R.; QUEIROZ, C. R.; FURTADO, J. H. L. VASCONCELOS, F. R. M. Efeitos do Método Pilates no tratamento da lombalgia: uma revisão de literatura, **Revista Saúde e Desenvolvimento**, Curitiba, v. 15, n. 21, p. 80-92, 2021. Disponível em: <https://www.revistasuninter.com/revistasauade/index.php/saudeDesenvolvimento/articloe/view/1131>. Acesso em: 10 de novembro de 2023.