

LOMBALGIAS

Aluna: Maria Lorena M. Cervantes

Orientador: Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

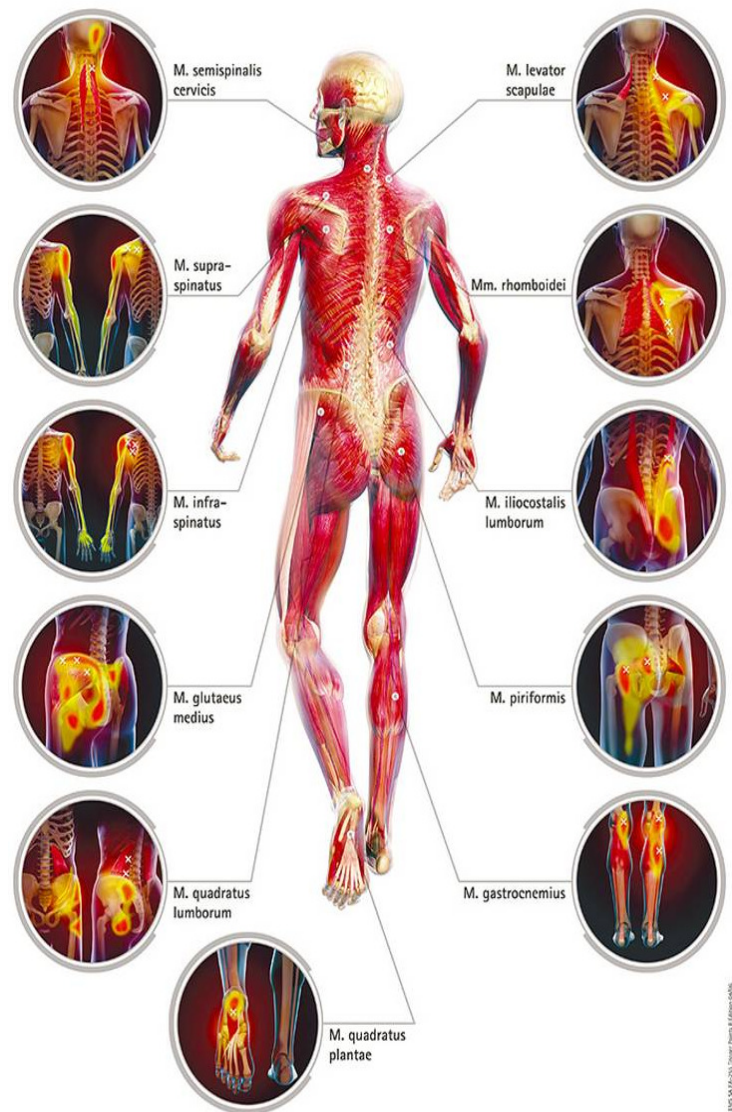
Curso de Massoterapia

Lombalgia é um termo que descreve a dor referida na região inferior da coluna vertebral, na maioria das vezes causada por disfunções originadas na coluna vertebral lombossacra. Pode ter origem no disco, no corpo vertebral, nos elementos posteriores, nos músculos ou em estruturas extrínsecas à coluna, como disfunções viscerais ou psicossomáticas. A ciatalgia é a dor no membro inferior resultante da irritação do nervo isquiático. A causa mais frequente da ciatalgia (dor ciática) é a irritação compressiva de uma raiz nervosa. A lombalgia pode estar acompanhada de dor irradiada para o membro inferior. Nesse caso, é descrita como lombociatalgia. A lombalgia afeta igualmente homens e mulheres.

Pontos “Gatilho”

Localizam-se no músculo esquelético. São áreas localizadas de sensibilidade profunda e de resistência elevada. Os pontos gatilho miofasciais são a principal causa da dor e de disfunção contínuas. Segundo Melzack e Wall, tais pontos fazem parte de todas as condições de dor crônica. A compressão isquêmica (pressão contínua com os dedos por um período de 20 segundos a 1 minuto) é gradualmente aumentada, à medida que a sensibilidade do ponto gatilho é reduzida e a tensão dos tecidos que alojam o gatilho é aliviada. As técnicas de alongamento devem ser aplicadas após a compressão.

TRIGGER POINTS - DORSAL



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br