

Síndrome Dolorosa Miofascial “Trigger Points”

Aluna: Vanessa Campana Adriano

Orientador: Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

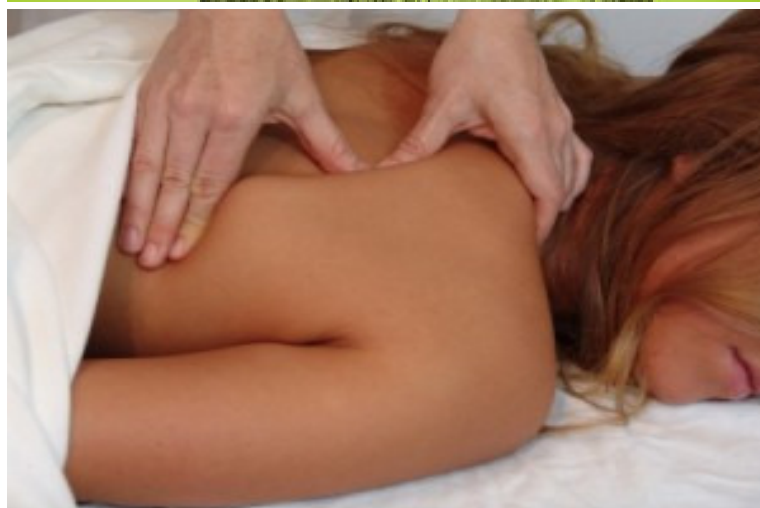
Curso de Massoterapia

A SDM tem sido muito comum atualmente, é a causa mais frequente de dor e incapacidade de origem musculoesquelética. Acomete estruturas do corpo humano como músculos e fâscias (tecido conectivo). Pesquisas revelam que as regiões mais acometidas são cervical, cintura escapular e lombar.

Segundo Travell e Simons (1999), a SDM é definida como uma disfunção muscular regional que tem como características principais “sintomas sensórios, motores e autonômicos causados por um ponto gatilho miofascial, o músculo específico, ou grupo muscular que pode ser identificado”. E ainda apresenta regiões sensíveis em bandas musculares contraturadas, tensas que produzem dor referida em áreas distantes ou adjacentes (WOLENS, 1998) apud Carvalho F.

Pontos gatilhos (trigger-points) são pontos hipersensíveis, acometendo um ou mais músculos, acompanhados de espasmo muscular, dolorimento, limitação de movimento e fraqueza. Tem a presença de banda tensa à palpação, resposta contrátil e dor referida.

A presença dos pontos gatilho pode levar a perda de produtividade e consequentemente incapacidade biopsicossocial, reduzindo a qualidade de vida. Para tratar os trigger points é necessário localizar os pontos através da palpação. Então pressioná-lo por 15 a 60 segundos. Isto vai desativá-los. Depois, deve-se alongar os músculos onde os pontos estavam instalados para devolver a musculatura sua extensão normal de alongamento.



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br