

# LOMBALGIA

Aluna: Marlucy Michelon Ferneda

Orientador: Prof. Carlos Vanderlei Pukaleski

Curso de Massoterapia

A lombalgia é a dor que ocorre nas regiões lombares inferiores, lombossacrais ou sacroilíacas da coluna lombar. Ela pode ser acompanhada de dor que se irradia para uma ou ambas as nádegas ou para as pernas na distribuição do nervo ciático (dor ciática).

A lombalgia é um problema extremamente comum, que afeta mais pessoas do que qualquer outra afecção, à exceção do resfriado comum. Entre 65% e 80% da população mundial desenvolve dorsalgia em alguma etapa de suas vidas, mas a maioria dos episódios não é incapacitante. Mais da metade de todos os pacientes com dorsalgia melhora após 1 semana; 90% apresentam melhora após 8 semanas; e os restantes 7% a 10% continuam apresentando sintomas por mais de 6 meses (ORTIZ, 2000; CARAVIELLO et al, 2005; LIMON, 2004).

As exigências oriundas do trabalho, as atividades profissionais em posição sentada e a pouca movimentação contribuem para o aumento deste percentual.

## **Causas:**

- Lesões e disfunções músculo-ligamentares;
- Espondiloartrose;
- Protusão Discal;
- Hérnia de Disco;

## **Quadro Clínico:**

- Dor local;
- Dor irradiada;
- Parestesia;
- Dor repouso/movimento;
- Hipotrofia/Hipotonia;
- Arco de Movimento Incompleto;
- Alteração da biomecânica da coluna lombar.

## **Músculos para tratamento:**

- Quadrado do lombo;
- Iliopsoas;
- Iliocostal;
- Multifido do dorso;



Centro de Educação Profissional

**SÃO CARLOS**

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site [www.SAOCARLOSCURSOS.com.br](http://www.SAOCARLOSCURSOS.com.br)