

SÍNDROMES MIOFASCIAIS

Aluna: Simone Cristina Krachuski

Orientador: Professora Patricia Almada Antunes

Curso de Massoterapia

É uma causa comum de dor no músculo caracterizada pela presença de pontos gatilhos. Ocorre em ambos os sexos e é mais comumente observada em atletas e nas pessoas acima dos 30 anos de idade.

Os pontos gatilhos são locais bem delimitados, podendo-se manifestar como um nódulo ou local de contração do músculo. Este, quando estimulado, causa uma dor em uma área distante.

Os sintomas são dores em determinadas regiões do corpo, geralmente mal localizadas, sobre os músculos ou juntas. A síndrome tende a piorar ou aparecer com esforço físico. No entanto, ela pode ocorrer mesmo ao repouso, quando não for tratada precocemente.

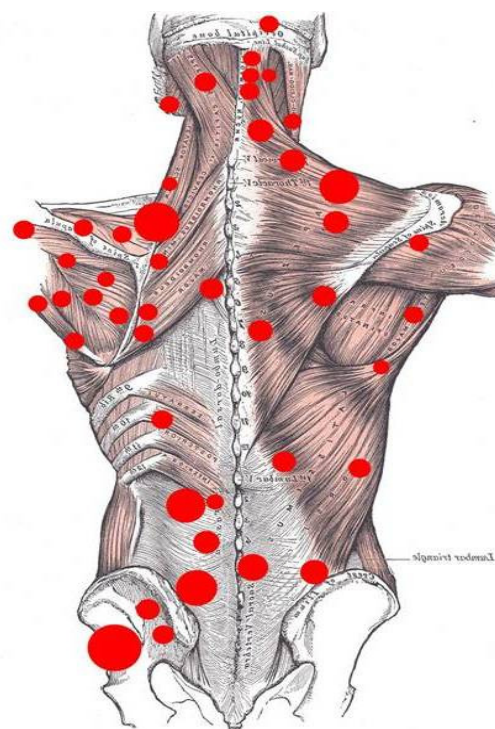
Geralmente ocorre pelo estresse excessivo sobre os músculos (movimentos repetitivos, condicionamento físico inadequado, postura inadequada, trauma, distensão muscular, estresse emocional e mesmo por roupas apertadas). Pode também estar associada a doenças como diabetes, doenças da tireoide, depressão, anemia, doença reumatológicas e neurológicas, sendo que os principais exemplos são disfunção da ATM e abscesso dentário, artrite, bursite, hérnia discal, ciática, labirintite, hérnia inguinal, enxaqueca, sinusite, esporão de calcâneo, fasceite plantar.

O tratamento da síndrome de dor miofascial consiste na identificação de fator causal e sua correção, no uso ou não de medicamentos (agulhamento, acupuntura), e na reabilitação. Por outro lado, é muito importante a identificação de vícios de postura e de movimentos durante o dia-a-dia, os quais são frequentemente a causa dessa síndrome.

Fatores desencadeantes:

Postura inadequada; bruxismo e apertamento dentário; distúrbios endocrinometabólicos (hipoglicemia, hipotireoidismo etc.), anemia e infecções sistêmicas, distúrbios comportamentais; distúrbios do sono.

Recursos terapêuticos: São terapias coadjuvantes, não farmacológicas indispensáveis no tratamento a longo prazo, tais como fisioterapia, método Pilates, RPG, exercícios físicos, e ainda as terapias que interferem nas estruturas conjuntivas do sistema musculoesquelético, ou seja as fáscias, com resultados eficazes, sendo a mais conhecida a integração estrutural Rolfing, massoterapia, acupuntura, calor, crioterapia, eletroterapia etc.



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br