

# CIATALGIA

Aluna: Andreia Simone dos Santos

Orientador: Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

Curso de Massoterapia

A dor ciática (ciatalgia) é provocada pela compressão, inflamação ou irritação de uma ou mais raízes nervosas que nascem na medula espinhal e vão formar o nervo ciático (ou isquiático), que começa na quarta e quinta vértebra da coluna lombar.

## Causas para uma ciatalgia:

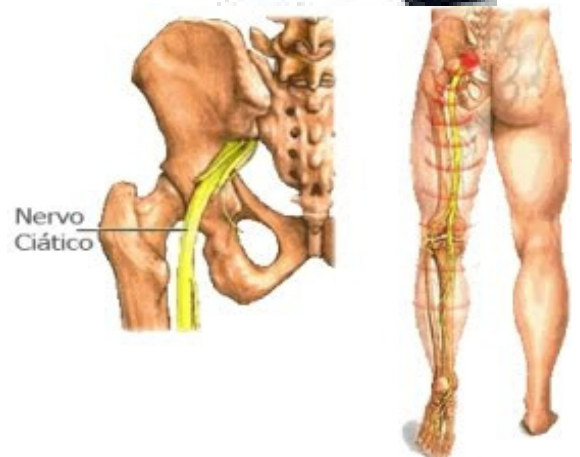
Neurite, inflamação do nervo;  
Síndrome do piriforme:(compressão do nervo ciático ao passar sobre o músculo);  
Tumores intervertebrais;  
Fratura da coluna;  
Artrite;  
Distúrbios mecânicos da pelve.

## Tratamento:

Em caso de ciática por hérnia de disco, recomenda-se repouso e massoterapia, acupuntura, moxaterapia, quiropraxia e fisioterapia.  
Cirurgia só em caso da não melhora apesar do tratamento realizado.

## Prevenção:

Boa postura, alongamento, caminhada, natação, evitar sapatos de salto alto, evitar ficar longos períodos de pé ou sentado, usar postura adequada para dormir.



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)