

OS EFEITOS DA LIBERAÇÃO MIOFASCIAL NA SÍNDROME DO IMPACTO DO OMBRO

¹ Lucas Rodrigues de Moraes e Maria Beatriz Cunha Xavier

² Margarete Jacob Fernandes Bayão,

³ Bruno Lucas Gonçalves,

⁴ Rachel de Faria Abreu ⁵ Alexandre Pereira dos Santos

⁶ Carlos Simões do Amaral

⁷ Jefferson Braga Caldeira

⁸ Gabriel Uemura Monteiro

¹Discentes do Curso de Fisioterapia da Universidade Salgado de Oliveira, ²Fisioterapeuta Especialista em Terapia Intensiva ³ Fisioterapeuta e Mestre da Ciência da Reabilitação, ⁴ Fisioterapeuta Mestre em Fisioterapia Cardiorrespiratória, ⁵ Fisioterapeuta, Mestre em Fisioterapia Cardiopulmonar. ⁶ Especialista em Fisioterapia do Trabalho, Especialista Saúde Família e Especialista Fisioterapia Intensiva, Especialista em Fisioterapia Respiratória, ⁷ Mestre em Fisioterapia Cardiorrespiratória ⁸Especialista em Acupuntura, Quiropraxia e Terapia Intensiva

Resumo:

Este artigo é uma revisão de literatura que aborda o uso da técnica de Liberação Miofascial na Síndrome de Impacto do Ombro. A patologia é um conjunto de sintomas que acometem as estruturas ligamentares e ósseas do ombro gerando dor e prejudicando sua funcionalidade. Assim sendo, o uso da técnica de Liberação Miofascial, constitui-se uma conduta a ser considerada para o tratamento dessa patologia. Este trabalho tem como objetivo revisar, por meio de literaturas científicas, a técnica de Liberação Miofascial aplicados ao tratamento fisioterapêutico da Síndrome de Impacto do Ombro. Assim, foi realizada uma revisão bibliográfica de dados científicos que indiquem os efeitos da Liberação Miofascial no tratamento de pacientes com Síndrome de Impacto do Ombro. Foram destacados em uma tabela projetos científicos que evidenciem resultados significativos. Concluímos, com base na literatura revisada, que o uso da técnica da Liberação Miofascial é efetivo no tratamento da Síndrome de Impacto do Ombro.

Palavras-chave: fisioterapia, liberação miofascial, síndrome do impacto, ombro.

I – INTRODUÇÃO

A Síndrome do Impacto é uma patologia inflamatória e degenerativa do ombro, ela está ligada ao atrito entre a estrutura óssea, tendões do manguito rotador e bursas. Essa patologia atinge principalmente, pessoas de 40 a 50 anos, mas como ela está relacionada a exercícios, ela tem acometido frequentemente em indivíduos de menor idade, pois está relacionada ao uso excessivo do membro.

A SDI apresenta um quadro doloroso, pois é acompanhada de micro lesões que faz com que seja diminuída a mobilidade articular do ombro, além do déficit de força muscular e sensibilidade, com isso é impossibilitada a realização de algumas tarefas básicas.¹

Essa síndrome tem como tratamento imediato um trabalho conservador, repouso relativo e orientações do fisioterapeuta para que exista o alívio do quadro de dor e diminuição dos sintomas. A cirurgia só é indicada quando o tratamento conservador não tem o efeito esperado ou quando o caso clínico permanece inalterado.³

A fásia é um conjunto de fibras que revestem e conectam toda a estrutura corporal. Ela tem o papel de sustentar e proteger todas as estruturas do músculo, além de ser essencial no controle motor, diminuindo o papel do cérebro. Existem dois tipos: a Fásia Superficial (localizada abaixo da pele) e a Fásia Profunda (localizada nas fibras nervosas, músculos profundos e órgãos). Quando possuem tensões, podem surgir lesões que quando manipuladas, melhoram a amplitude das articulações e os movimentos do músculo, aliviando a dor.³

A Liberação Miofascial é uma técnica que tem o intuito de liberar, alongar e quebrar o acúmulo de toxinas na fásia, desfazendo a sua tensão e melhorando o seu deslizamento, diminuindo assim esse atrito, o ponto doloroso e automaticamente aumentando a sua mobilidade. Ela mescla deslizamentos e pressão sejam elas manuais ou com objetos nas áreas de tensão e resistência sobre o tecido.^{4,5,6}

Este trabalho tem como objetivo verificar a eficácia da técnica de Liberação Miofascial manual e/ou instrumental no tratamento da Síndrome de Impacto do Ombro.

MATERIAIS E MÉTODOS

Neste estudo foi realizado uma revisão literária, utilizando os bancos de dados Scientific Eletronic Library online (SciELO), Google Acadêmico, empregando as seguintes palavras-chaves: Liberação Miofascial; SDI, Síndrome do Impacto do Ombro; Os critérios utilizados para inclusão foram para artigos que abordassem a Liberação Miofascial como conduta fisioterapêutica no tratamento da Síndrome de Impacto do Ombro. Os critérios de exclusão foram bem específicos, para artigos que não abordassem a técnica de Liberação Miofascial como tratamento fisioterapêutico aplicado na SDI.

RESULTADOS

Ao realizar o estudo dos artigos pesquisados, foram destacados como critério de inclusão trabalhos que evidenciem resultados significativos da Liberação Miofascial no tratamento da Síndrome de Impacto do Ombro.

ARTIGO	ANO	TÉCNICA UTILIZADA	RESULTADOS
Tratamento conservador na síndrome do impacto no ombro.	2010	Revisão da literatura científica com acesso a diversas obras literárias sobre o tema e busca de artigos de periódicos nacionais e internacionais na internet.	O tratamento conservador da SIO envolve um conjunto de procedimentos que passam por medidas analgésicas, anti-inflamatórias e fisioterapia, sendo a última uma ferramenta indispensável no processo de recuperação.
A Eficácia da Terapia Manual para Dor em pacientes com síndrome de Impacto do Ombro.	2014	Pesquisa com base de dados PEDRO e PUBMED. Foram selecionados 10 que atenderam aos critérios de inclusão.	O tratamento utilizando a terapia manual traz resultados a longo (12 semanas) e a curto (48horas) prazo quando comparados a grupo controle e placebo, já associado a cinesioterapia e exercícios feitos em casa produzem uma resposta mais eficaz. Ainda são necessárias mais pesquisas a serem realizadas para uma melhor abordagem

			do assunto.
Benefícios da Crochetagem na Síndrome do Impacto de Ombro Causada por Lesão por Esforço Repetitivo (LER).	2019	Revisão de literatura, através da técnica da pesquisa bibliográfica (documentação indireta), com finalidade descritiva, explicativa, analítica e reflexiva.	A grande maioria dos casos de SIO o restabelecimento completo do paciente, após tratamento clínico ou cirúrgico, não é possível sem um complemento fisioterápico, sendo que a técnica da crochetagem se destaca por alcançar e tratar danos tais como granulações, fibroses e aderências, oriundas do processo inflamatório tecidual, que a mão do fisioterapeuta não alcança. Neste caso a Liberação Miofascial Instrumental seria de grande eficácia no tratamento.
Eficácia do tratamento Fisioterapêutico na Síndrome do impacto do ombro: Estudo de caso.	2021	Trata-se de um relato de caso para observar a eficácia do tratamento fisioterapêutico em um paciente com Síndrome do Impacto do Ombro.	Diante os resultados obtidos neste estudo, fica evidente que as condutas fisioterapêuticas citadas em relato alcançou o resultado esperado em 20 atendimentos, dentre elas se encontra a Liberação Miofascial.
Estudo da liberação miofascial associado à estabilização segmentar Vertebral no tratamento de atletas corredores de rua com diagnóstico síndrome do impacto femoroacetabular: revisão literária.	2020	Revisão literária de estudos que demonstrassem resultados da liberação miofascial associado à estabilização segmentar Vertebral no tratamento de atletas corredores de rua com diagnóstico síndrome do impacto femoroacetabular.	Destaca-se a importância da liberação miofascial com a finalidade de analgesia nos tecidos moles. Faz visto que os músculos se libertem de padrões habituais de tensão crônica reforçando os músculos que sofrem estresse diminuindo o quadro algico e melhora da mobilidade.

<p>Importância da Fisioterapia no Tratamento da Síndrome de Impacto do Ombro: Relato de Experiência.</p>	<p>2012</p>	<p>Trata-se de um relato de experiência que mostra a importância do tratamento fisioterapêutico dividido em fases da Síndrome do Impacto do Ombro, a qual pode ser resultante de um processo primário ou secundário que acomete a articulação glenoumeral e as estruturas envolvidas em sua estabilidade.</p>	<p>O estudo mostrou a importância da identificação da síndrome do impacto do ombro em indivíduos com disfunções do ombro e um resultado satisfatório do tratamento fisioterapêutico com objetivos de restaurar a função, diminuir a dor e evitar a progressão da doença, onde a Liberação Miofascial era uma das condutas realizadas.</p>
<p>Inteção fisioterapêutica na Síndrome de Compressão ou do Impacto do Ombro – Um estudo de caso.</p>	<p>2019</p>	<p>Estudo de caso: relatar o caso de um paciente de 55 anos de idade, sexo feminino, com diagnóstico clínico de Síndrome do Impacto no ombro esquerdo. Descreve-se brevemente a patologia, suas implicações na saúde do indivíduo, a avaliação a que este paciente foi submetido bem como às intervenções cinésio e eletroterapêuticas que foram aplicadas durante as nove sessões de fisioterapia que participou.</p>	<p>As abordagens para o relaxamento da musculatura incluíram: Rolagem ou Deslocamento da Pele: é uma técnica na qual o tecido é elevado da superfície, entre os polegares e as pontas dos dedos, seus objetivos são o aumento da flexibilidade da fáscia superficial e o tratamento de pontos doloridos nas diferentes camadas fasciais; e a Liberação Miofacial.</p>
<p>Os efeitos da liberação miofascial na Síndrome do Impacto do Ombro.</p>	<p>2018</p>	<p>Estudo de revisão literária para estudos que incluíam pacientes com SIO, com enfoque e objetivo de tratamento com base na liberação miofascial.</p>	<p>Ficou evidente na presente pesquisa os benefícios e os efeitos da liberação miofascial na SIO, pois tem sido uma estratégia estudada pela comunidade científica, pois consiste em uma técnica que atua com mobilizações manuais da fáscia visando quebrar o espasmo muscular, aumentar a circulação local e diminuir a dor.</p>
<p>Os principais benefícios da aplicação de Liberação Miofascial em praticantes de atividades físicas.</p>	<p>2019</p>	<p>O objetivo deste estudo foi analisar os principais benefícios da liberação miofascial em praticantes de atividades físicas, independente da modalidade, através de uma revisão bibliográfica.</p>	<p>O estudo concluiu que a liberação miofascial seja ela manual, instrumental ou auto liberação miofascial são capazes de trazer benefícios como aumento da flexibilidade, aumento do limiar de dor e aumento de força.</p>

Efeitos da Liberação Miofascial Sobre a Flexibilidade: uma Revisão Sistemática.	2017	O objetivo do estudo foi revisar, de forma sistemática, as evidências sobre os efeitos da liberação miofascial sobre os ganhos de flexibilidade.	As evidências encontradas, de maneira totalitária, apontam a eficiência da liberação miofascial em promover aumento nos ganhos de flexibilidade, seja de forma aguda ou crônica. Sendo assim, sob a égide das evidências em tela, sugere-se a liberação miofascial como uma estratégia pertinente e eficiente, em sua aplicação, no que diz respeito aos ganhos de flexibilidade.
---	------	--	---

DISCUSSÃO

A LMF é uma técnica parecida com as demais técnicas de terapia manual, sendo de característica passiva, a qual é realizada utilizando as mãos, cotovelos, dedo ou instrumentos. A sugestão é que esta técnica seja realizada em movimentos de cisalhamento entre a pele e a fáscia.

A fáscia, como já foi dito, é entendida como uma rede de tecido conjuntivo, que cobre todas as estruturas do corpo humano como músculo, osso, nervo, artéria e veia. Como os outros componentes articulares moles, são propícios a acumular tensões provocadas interna e externamente, assim começam a perder sua funcionalidade.

A principal finalidade da técnica de LMF é diminuir as tenções fibrosas e, conseqüentemente, fazer com que as redes fasciais retornem à funcionalidade. Segundo estudos, acreditam-se que as técnicas manuais são capazes de remodelar as estruturas fasciais e permitir uma maior complacência do tecido e, conseqüentemente, aumento na flexibilidade.¹⁶

A reabilitação das lesões de ombro deve concentrar-se em devolver a estabilidade articular dinâmica, flexibilidade e fortalecimento dos músculos do manguito rotador, visando a sua funcionalidade, já que a Síndrome do Impacto do Ombro é perpetuada pelo efeito cumulativo de muitas passagens do manguito rotador por debaixo do arco coracoacromial. Isso resulta em irritação do tendão do

supra-espinhal e, possivelmente, infra-espinhal, assim como a hipertrofia da bursa subacromial, que pode tornarse fibrótica, reduzindo ainda mais o espaço já comprometido.⁶

De modo geral, a LMF, quando realizada corretamente por um profissional, se mostrou efetiva na redução da percepção de dor do paciente, aumentando ADM funcional, em todas as técnicas apresentadas nos artigos revisados. Porém, técnicas de autoaplicação, não apresentaram igual eficiência.⁴

Os outros estudos desta pesquisa comprovaram resultados positivos, na flexibilidade articular, funcionalidade e força, quando realizada a liberação miofascial em pacientes com Síndrome do Impacto do Ombro.

CONCLUSÃO

O presente estudo mostrou os benefícios dos efeitos da liberação miofascial na SIO, seja ela manual ou instrumental por ser uma técnica que atua com mobilizações da fáscia tendo a principal função de quebrar o espasmo muscular, aumentando a circulação local, diminuindo a dor, alongando o músculo e as fáscias, tendo como objetivo final o relaxamento de tecidos tensos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1.METZKER, CARLOS ALEXANDRE BATISTA. Tratamento conservador na síndrome do impacto no ombro.
- 2.BEDENDO, ALINE; POMPELLI, ELOISA; BRAGHINI, CÁSSIA CRISTINA; DA SILVA, MÁRCIA REGINA; BRANDALISE, VINICIUS. Atendimento Fisioterapêutico na Síndrome de Impacto do Ombro: Um estudo de caso.
- 3.BORDIGNON, CÁSSIA C. 2012. O que é fáscia? <https://clinicaantonios.com.br/dica/o-que-e-fascia>
- 4.SOARES, FERNANDA DE OLIVEIRA. Os efeitos da liberação miofascial na Síndrome do Impacto do Ombro - Faculdade de Faserra.
- 5.SZEGO, THAIS. 2018. Liberação miofascial: o que é e quais os benefícios dela para treino?<https://www.uol.com.br/vivabem/noticias/redacao/2018/08/06/liberacao-miofascial-o-que-e-e-quais-os-beneficios-dela-para-o-treino.htm>

6.ZENI, PAULA; RIBAS, DANIELI ISABEL ROMANOVITCH; GALLI, VERA LIGIA BENTO; OLIVEIRA, ANA LÍGIA; Intervenção fisioterapêutica na Síndrome de Compressão ou do Impacto do Ombro – Um estudo de caso - UNIVALI/Centro de Ciências da Saúde, Rua Uruguai nº 458

7.FURTADO, MARCIA DANIELLA COELHO. Estudo da liberação miofascial associado à estabilização segmentar vertebral no tratamento de atletas corredores de rua com diagnóstico síndrome do impacto femoroacetabular: revisão literária - Faculdade de FASERRA

8.RODRIGUES, ANDRESSA KERSSY SILVA BARROSO; LIMA, DENNYSE DE OLIVEIRA; CRUZ, MARIA FRANCIÉLICA DA COSTA; DE SOUZA, MÔNICA ALESSANDRA SOARES; MACEDO, NIVALDO PERPÉTUO LUSTOSA; DE SOUSA, RENAN MORAES PRAÇA; DA FONSECA, VIRLENE MESSIAS. Eficácia do tratamento Fisioterapêutico na Síndrome do impacto do ombro: Estudo de caso - Brazilian Journal of Development, Curitiba, v.7, n.5, p. 49746-49764, may. 2021.

9.FRANTZ, ANA CRISTINE; STACKE, BRUNA SCARTEZINI; DA COSTA, JULIANA; GREGORY, JULIANA; BRITO, PEDRO. Efeito do tratamento fisioterapêutico em paciente com suspeita de síndrome do impacto do ombro: estudo de caso - Acadêmicos do curso de Fisioterapia do Centro Universitário UNIVATES - Caderno pedagógico, Lajeado, v. 9, n. 2, p. 163-171, 2012.

10.BATISTA, AMANDA NASCIMENTO; BELLASCO, FLÁVIA REGINA DA ROCHA; PESTANA, VANESSA SERRANO BORGES. Benefícios da fisioterapia nas lesões do manguito rotador: revisão de literatura – Trabalho de Conclusão do Curso de Fisioterapia no Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium de Araçatuba-SP.

11.ANDRADE, MÁRCIA CRISTINA VENCESLAU; MEJIA, DAYANA PRISCILA MAIA. Benefícios da Crochetagem na Síndrome do Impacto de Ombro Causada por Lesão por Esforço Repetitivo (LER) – Faculdade Ávila.

12.ARAUJO, CAROLINA DE ALMEIDA BRAGA; DE MEDEIROS, PEDRO HENRIQUE; DOS SANTOS, RAÍSSA; DE OLIVEIRA, LUAN. A eficácia da terapia manual para dor em pacientes com síndrome do impacto do ombro - Revista UNILUS Ensino e Pesquisa – 2014.

13.SOARES, FERNANDA DE OLIVEIRA; DE SOUZA, FLAVIANO GONÇALVES LOPES. Os efeitos da liberação miofascial na Síndrome do Impacto do Ombro – Faculdade de Faserra.

14.DE MENEZES, MARIANA CAVALCANTE; DOS SANTOS, BÁRBARA SOUSA; GUERRA, JULYANA RENATA FIDELIS; DE ARAÚJO, VITÓRIA REGINA QUIRINO. Importância da fisioterapia no tratamento da síndrome do impacto do ombro: relato de experiência - Universidade Estadual da Paraíba – UEPB.

15.UEMURA, GABRIEL TUCCERI; PRIETO, FÁBIA FERREIRA DA SILVA; SACIOTO, MIGUEL RENATO REVIRIEGO. Os principais benefícios da aplicação de liberação miofascial em praticantes de atividades físicas. Instituto Municipal de Ensino Superior de Catanduva - IMES Catanduva. 2019.

16.DA SILVA, DANILO LUZ; MONTEIRO, ESTÊVÃO RIOS; NETO, VICTOR GONÇALVES CORRÊA; TRIANI, FELIPE DA SILVA. Efeitos da Liberação Miofascial Sobre a Flexibilidade: uma Revisão Sistemática. 2019.