

OS BENEFÍCIOS DA TERAPIA MANUAL NA CEFALEIA CERVICOGÊNICA.

CORDEIRO, Helena Ferreira
Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT

BARROS, Renê Augusto de Almeida.
Docente da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva- FAIT

RESUMO

As cefaleias atingem em geral 90% da população, sendo uma das queixas mais frequentes nos ambulatórios. A Cefaléia Cervicogênica é definida por dor de cabeça causada por alteração na cervical que pode ser desencadeada por movimentos ativo do pescoço ou por alterações de movimentos, déficits posturais e fraqueza muscular na região cervical. A Fisioterapia é uma forma de tratamento não invasiva. O objetivo deste estudo é mostrar resultados da terapia manual como estratégia de tratamento em pacientes com cefaleia cervicogênica. A revisão de literatura foi baseada em artigos científicos obtidos através de pesquisas em base de dados como Scielo, Pubmed, Medline e Lilacs. A manipulação cervical é indicada para tratamento da cefaleia cervicogênica, porem quando técnicas de manipulação são associadas a técnicas de terapia manual o resultado no alívio da dor é mais significativo. O uso de fármacos e técnicas invasivas ainda são muito utilizados no tratamento de cefaleias, mas aos poucos a fisioterapia vem conquistando seu espaço. A terapia manual mostrou ser uma opção de tratamento eficaz, sem apresentar riscos ao paciente, trazendo resultados positivos na diminuição da intensidade da dor, na frequência e no uso de medicamentos.

Palavras chave: terapia manual; cefaleia; cefaleia cervicogênica; fisioterapia.

Linha de Pesquisa: Fisioterapia.

ABSTRACT

Headache generally affects 90% of the population, being one of the most frequent complaints in outpatient clinics. Cervicogenic Headache is defined as a headache caused by a change in the neck that can be triggered by active neck movements or movement changes, postural deficits, and muscle weakness in the neck. Physical therapy is a noninvasive form of treatment. The aim of this study is to show results of manual therapy as a treatment strategy in patients with cervicogenic headache. The literature review was based on scientific articles obtained from database searches such as Scielo, Pubmed, Medline and Lilacs. Cervical manipulation is indicated for the treatment of cervicogenic headache, but when manipulation techniques are associated with manual therapy techniques the result in pain relief is more significant. The use of drugs and invasive techniques are still widely used in the treatment of headaches, but gradually the physiotherapy has been conquering its space. Manual therapy has been shown to be an effective treatment option without risk to the patient, bringing positive results in reducing pain intensity, frequency and use of medications.

Keywords: manual therapy; headache; cervicogenic headache; physiotherapy.

1. INTRODUÇÃO

Segundo Garcia et al. (2016) a cefaleia consiste em qualquer dor referida na região do crânio, sendo uma manifestação extremamente comum. A prevalência de cefaleias na população em geral é de 90%, sendo uma das queixas mais frequentes nos ambulatórios.

A popularmente conhecida dor de cabeça (cefaleias) são dores na região do crânio e sua principal característica é sentir uma pressão na cabeça, que pode ser de intensidade variada. Ao ouvir as queixas e relatos dos pacientes, pede-se exames como radiografia, ressonância magnética e tomografia computadorizada associando-se aos sintomas. No entanto os exames não podem confirmar o diagnóstico de dor de cabeça cervicogênica, mas podem excluir outras patologias (GARCIA et al., 2016).

A Cefaleia Cervicogênica tem sua origem por alterações nas vértebras cervicais, onde existem inúmeras estruturas sensíveis à dor. É comum que os pacientes apresentem uma postura cervical alterada ou amplitude de movimento restrita. A dor pode ser desencadeada por movimentos ativos do pescoço, posicionamento passivo, especialmente em extensão ou extensão com rotação do pescoço para o lado da dor, muitas vezes sendo relatado como dor de cabeça que se origina na coluna. Pode estar relacionada também à hiper mobilidade articular, alterações de movimentos, déficits posturais e fraqueza muscular na região cervical (TEIXEIRA et al., 2001).

Geralmente, a cefaleia cervicogênica é confundida com a enxaqueca comum, pois apresentam os mesmos sintomas. Mas ao contrário da enxaqueca, a cefaleia é reconhecida por dor na região da nuca ou lobos frontais, e é caracterizada por episódios de dor em peso, sensação de uma faixa apertando o crânio, queimação que às vezes pode ser latejante, dor em pontada na região occipital que se irradia para a região temporal, frontal ou ocular, que é desencadeada por distúrbio na região posterior do pescoço. Pode ser acompanhada ou não por sintomas

neurovegetativos como lacrimejamento, eritema ocular, edema palpebral, corrimento nasal, tontura e enjoos acompanhadas ou não de vômito (RACHID & PINHEIRO, 2009).

Para o alívio dos sintomas da cefaleia cervicogênica é muito comum a utilização de medicamentos. Porém, Sjaastad et al. (1990) relatam que, na maioria das vezes, tais medicamentos são falhos e apresentam menor eficácia, promovendo, assim, excessiva automedicação.

Outros tratamentos invasivos são indicados para essa síndrome como: estimulação transcutânea, aplicação de anestésias locais repetidas vezes, descompressão, secção do nervo grande occipital e do nervo occipital menor, de raízes e gânglios cervicais, estabilização ou fusões vertebrais, radiofrequência de discos intervertebrais e de nervos cervicais e aplicação de toxina botulínica. Os tratamentos invasivos propostos têm como objetivo diminuir os impulsos dolorosos, porém sem muito sucesso (CARVALHO, 2001).

Baseado nisso, a fisioterapia se torna uma opção não invasiva de tratamento. Ela pode ser indicada para as cefaleias em geral, buscando seletivamente o que está causando a dor, melhorando hábitos posturais e adequando movimentos, evitando, assim, sobrecargas mecânicas geradas pela má postura durante o dia a dia, no trabalho e durante o sono (SJAASTAD et al., 1997).

A terapia manual é uma técnica de tratamento natural que busca trabalhar o corpo como um todo, com objetivo de recuperar movimentos fisiológicos em áreas onde há restrições ou disfunções articulares, oferecendo condições para que o próprio organismo encontre equilíbrio. Algumas técnicas manuais são de extrema importância para o tratamento de cefaleias, como a osteopatia que age em busca da causa da dor, sendo uma terapia desenvolvida pelo médico norte americano Andrew Taylor Still, que estudava as estruturas e o funcionamento do corpo humano, observando como os sistemas se inter-relacionavam e apresentavam capacidade de se autorregular (KORR, 2003).

A osteopatia utiliza várias técnicas como mobilização neural, visceral, tecidual e a manipulação. Pensando nisso, alguns autores relatam que apenas a técnica de

manipulação não apresenta efeitos significativos no tratamento da cefaleia. No entanto, quando utilizadas juntamente com outras técnicas da terapia manual, os resultados são satisfatórios na redução dos sintomas (GARCIA et al., 2016).

O objetivo deste estudo é mostrar os resultados da terapia manual comparada com a osteopatia como estratégia de tratamento em pacientes com cefaleia cervicogênica.

2. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura baseada em artigos sobre a osteopatia e terapia manual na cefaleia cervicogênica. Os artigos científicos foram obtidos através de pesquisas em bases de dados como Scielo, Pubmed, Medline e Lilasc, com os seguintes descritores: cefaleia, cefaleia cervicogênica, fisioterapia e terapia manual. As buscas dos artigos científicos foram realizadas nos períodos entre outubro de 2018 a setembro de 2019. As referências utilizadas neste artigo, mais antigas e mais recentes, situaram-se entre os períodos de 1990 a 2017. Teve início devido o interesse da aluna sobre as alterações na coluna, principalmente na região cervical e as possíveis patologias que podem ser ocasionadas por essas alterações.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos citados abaixo demonstraram as técnicas de terapia manual comparadas a outras técnicas como proposta de tratamento para pacientes com cefaleia cervicogênica

Ao comparar os efeitos das técnicas de manipulação cervical, mobilização e exercícios em pacientes com cefaleia cervicogênica, Dunning et al. (2016) chegaram à conclusão que a manipulação se mostrou mais efetiva na redução da incapacidade e no alívio da dor em comparação com as demais técnicas analisadas.

Para o tratamento de uma paciente que apresentava sintomas de cefaleia cervicogênica, Rachid e Pinheiro (2009) utilizaram técnicas da terapia manual e manipulação da cervical alta (*Thrust*). A paciente obteve resultados positivos com o tratamento, relatando que dormia melhor e que a cefaleia havia diminuído tanto na intensidade quanto na frequência das crises.

Ao comparar o uso da manipulação cervical alta *versus* a aplicação de laser de baixa intensidade associado à liberação de pontos gatilhos, os autores Nilsson, Christensen e Hartvigsen (1997), observaram que a técnica de manipulação cervical apresentou melhor resultados se comparada à outra técnica.

Gwendolen et al. (2002) realizou um estudo comparando as técnicas de terapia manipulativa, exercícios específicos e terapia combinada. A terapia manipulativa e os exercícios específicos mostraram-se mais eficaz no tratamento, diminuindo a frequência e a intensidade da dor de cabeça. A terapia combinada não apresentou resultados significativos.

Em busca do tratamento da cefaleia cervicogênica, Almeida et al (2014), realizaram um estudo aplicando várias técnicas da terapia manual, como: técnicas de tração cervical manual, terapia de liberação de pontos gatilhos, técnica de manipulação articular e técnica de recrutamento muscular dos flexores cervicais profundos. Os resultados obtidos foram significativos, onde houve melhora da dor, da incapacidade cervical, diminuição da frequência e da duração das crises durante a semana.

Ao realizar um estudo com objetivo de comparar exercícios de estabilização, terapia manual e terapia manual com exercícios em pacientes com cefaleia cervicogênica, Jull (2001) obteve redução significativa no grupo que recebeu terapia manual e exercícios, e observou também que os resultados foram mantidos.

As técnicas de manipulação cervical são propostas em busca do alívio dos sintomas em pacientes com cefaleia cervicogênica. Contudo, quando aplicadas isoladamente, tais técnicas não apresentam resultados significativos, como demonstram os autores Miranda e Mohalem (2007) e Borusiak et al. (2010), que utilizaram a técnica de manipulação cervical alta como proposta de tratamento para seus pacientes. Constataram em seus estudos que apenas a aplicação da manipulação cervical não apresenta resultados positivos na redução da dor, ou seja, para obter resultados significativos no tratamento e alívio dos sintomas da cefaleia é necessário utilizar as demais técnicas que a terapia manual oferece.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O uso de fármacos e técnicas invasivas ainda é muito comum no tratamento de cefaleias, mas aos poucos a fisioterapia vem conquistando seu espaço. A terapia manual e as técnicas manipulativas podem reduzir os sintomas da dor de cabeça cervicogênica, mostraram ser uma opção de tratamento eficaz, sem apresentar riscos ao paciente, trazendo resultados positivos na diminuição da intensidade da dor, na frequência e no uso de medicamentos.

5. REFERÊNCIAS

- 1- ALMEIDA, R. S.; GOMES, V.; GAULLIER, C. M.; DAMES, K. K.; NOGUEIRA, L. A. C. Efeitos da terapia manual na cefaleia do tipo cervicogênica: uma proposta terapêutica. Rio de Janeiro. Abr/jun. 2014. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Leandro_Nogueira/publication/280823735_Effects_of_manual_therapy_on_cervicogenic_headaches_a_therapeutic_approach/links/5693973908aed0aed817ba51/Effects-of-manual-therapy-on-cervicogenic-headaches-a-therapeutic-approach.pdf>. Acesso em: 28 de ago. 2019.
- 2- BORUSIAK, P.; BIEDERMAN, H.; BOBERHOFF, S.; OPP, J. Falta de eficácia da terapia manual em crianças e adolescentes com suspeita de dor de cabeça cervicogênica:

- resultados de um estudo prospectivo, randomizado, controlado por placebo e cego. **Headache**, 24 de jan. de 2010. Disponível em:
<<http://qdoi.org/10.1111/j.15264610.2009.01550.x>>. Acesso em: 23 de ago. 2019.
- 3- CARVALHO, D. S. Síndrome da Cefaleia Cervicogênica. **Rev. Neurociências**. v. 9 n.2. 2001. Disponível em:
<<file:///C:/Users/Windows/Desktop/artigos%20para%20TCC/S%C3%ADndrome%20da%20Cefaleia%20Cervicog%C3%AAnica.pdf>>. Acesso em: 23 de ago.2019.
- 4- DUNNING J. R.; BUTTS R.; MOURAD F.; YOUNG I.; FERNANDEZ, C.; HAGINS M.; STANISLAWSKI T.; DONLEY J.; BUCK D.; HOOKS T. R.; CLELAND J. A. Upper cervical and upper thoracic manipulation versus mobilization and exercise in patients with cervicogenic headache: a multi-center randomized clinical trial. **BMC Musculoskeletal Disord**. Fev. 2016. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26852024>>. Acesso em: 24 de ago. 2019.
- 5- GARCIA, J.; ARNOLD, S.; TETLEY, K.; VOIGHT, K.; FRANK, R. A. Mobilização e manipulação da coluna cervical em pacientes com dor de cabeça cervicogênica: alguma evidência científica? **Front Neurol**. fev.2016. Disponível em:
<<https://jaoa.org/article.aspx?articleid=2595729>>. Acesso em: 15 de set. 2019.
- 6- GWENDOLEN, J.; TROTT, P.; POTTER, HELEN; ZITO, G.; NIERE, K.; SHIRLEY, D.; EMBERSON, J.; MARSCHNER, I.; RICHARDSON, C. Estudo randomizado e controlado de exercício e terapia manipulativa para dor de cabeça cervicogênica. **Coluna vertebral**. v.27. n.22. 1º de setembro de 2002. Disponível em: <
http://www.actafisiatrica.org.br/detalhe_artigo.asp?id=542 >.Acesso em: 17 ago.2019.
- 7- JULL, G. The physiotherapy management of cervicogenic headache: a randomized clinical Trial. **[Unplished PhD]: University of Queensland**. 2001. Disponível em:
<<file:///C:/Users/Windows/Downloads/278-958-1-PB.pdf>>. Acesso em: 7 de set.2019.
- 8- KORR, I. Bases fisiológicas da Osteopatia. **Madrid**. 2003. Disponível em:
<<https://www.passeidireto.com/arquivo/52570323/bases-fisiologicas-da-osteopatia-pdf>>. Acesso em: 10 de set. 2019.
- 9- MIRANDA, C. B.; MOHALEM M. Liberação da cervical alta na cefaleia cervicogênica. **Rev. Ter. Man**. v. 5, n.22. 2007. Disponível em:

<<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=481029&indexSearch=ID>>. Acesso em: 22 de ago. 2019.

- 10- NILSSON, N.; CHRISTENSEN, H. W.; HARTVIGSEN, J. O efeito da manipulação espinal no tratamento da dor de cabeça cervicogênica. **J Physiol Manipulativo Ther.** Junho 1997. v.20 n.5. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9200048?dopt=Abstract>>. Acesso em: 22 ago.2019.
- 11- RACHID, R. M.; PINHEIRO, L. T. M. A terapia osteopática manipulativa na cefaleia cervicogênica. Revista brasileira em promoção a saúde. Fortaleza, v. 22, n. 2. Abr. 2009. Disponível em: <https://www.google.com/search?q=rbps&rlz=1C1NHXL_pt-BRBR843BR843&oq=rbps&aqs=chrome..69i57j0l5.2104j1j8&sourceid=chrome&ie=UTF-8>. Acesso em: 16 ago. 2019.
- 12- SJAASTAD, O.; FREDRIKSEN, T. A.; STOLT-NIELSEN, A.; SALVESEN, R.; PAREJA, J. A.; POUGHAS, L.; KRUSZEWSKI, P.; INAN, L. Cervicogenic headache: a clinical review with special emphasis on therapy. **Funct Neurol.** 1997. Disponível em: <<file:///C:/Users/Windows/Desktop/artigos%20para%20TCC/S%C3%ADndrome%20da%20Cefaleia%20Cervicog%C3%AAnica.pdf>>. Acesso em: 29 de ago. 2019.
- 13- TEIXEIRA, J. M.; FILHO, T. B.; YENG, L. T.; HAMANI, C.; TEIXEIRA, W. G. J. Cervicalgias. **Rev. Med.** São Paulo, v.80, n. 2. 2001. Disponível em: <<https://www.anestesiologiausp.com.br/wp-content/uploads/cervicalgias.pdf>>. Acesso em: 20 de ago. 2019.