

## **EFEITO DA TERAPIA MANUAL NA DOR E MOBILIDADE LOMBAR DE ATLETAS COM LOMBALGIA**

---

**INSTITUIÇÃO: UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA**

**AUTORES: [JOÃO, LAÍS C. G.], [ZEFERINO, TAINÁ V.], [FERNANDES, GREICYELLE V. B.],  
[MACEDO, CHRISTIANE S. G.]**

---

A lombalgia em atletas torna-se freqüente em função do excesso de treinamento e traumas relacionados ao esporte, com conseqüências negativas sobre o desempenho do atleta, assim o tratamento da mesma deve permitir o retorno precoce ao esporte competitivo. A terapia manual pode ser um bom recurso na redução da dor e melhora da mobilidade lombar. Objetivo: Verificar o efeito de um protocolo de terapia manual na dor e mobilidade lombar em atletas. A amostra foi composta por 18 atletas de ambos os sexos, com idade entre 15 e 17 anos, com queixa de dor lombar há pelo menos quatro semanas, em treinamentos e competições. A coleta foi realizada por meio da escala visual analógica de dor (EVA) e do teste de Shober Modificado-Modificado. Os atletas foram avaliados e submetidos ao protocolo de terapia manual, realizado uma única vez, e então reavaliados. Como resultado observou-se dor inicial de 5,38 (DP=1,78) e final de 2,72 (DP=1,96). Para o Índice de Shober Modificado-Modificado apontou-se inicialmente 20,08 (DP=1,23) e ao final 20,5 (DP=0,82). A análise estatística apontou  $p=0,00$  para a dor e  $p=0,04$  para a mobilidade lombar. Pode-se concluir que a terapia manual, mesmo realizada uma única vez, apresentou efeito positivo na dor e na mobilidade lombar de atletas com lombalgia, o que a torna um recurso de eleição, pois pode proporcionar um retorno rápido ao esporte competitivo.