



**SOCIEDADE EDUCACIONAL MATO VERDE LTDA
FACULDADE FAVENORTE DE PORTEIRINHA - FAVEPORT
CURSO BACHAREL EM FISIOTERAPIA**

**ANNA FLÁVIA NOVAIS BATISTA
MELISSA MARIANNE OLIVEIRA BALEEIRO**

**AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE
PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO: UM ESTUDO QUALITATIVO SOBRE
REDUÇÃO DA DOR, MELHORIA DA FUNÇÃO FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA**

**Porteirinha/MG
2024**



ANNA FLÁVIA NOVAIS BATISTA
MELISSA MARIANNE OLIVEIRA BALEIRO

**AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE
PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO: UM ESTUDO QUALITATIVO SOBRE
REDUÇÃO DA DOR, MELHORIA DA FUNÇÃO FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA**

Artigo científico apresentado ao curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT, mantida pela Sociedade Educacional Mato Verde Ltda, para obtenção do grau de Bacharel em Fisioterapia.

Orientadora: Profª. Ma. Fernanda Muniz Vieira
Coorientador: Prof. Me. Wesley dos Reis Mesquita

Porteirinha/MG
2024



SOCIEDADE EDUCACIONAL MATO VERDE LTDA
FACULDADE FAVENORTE DE PORTEIRINHA – FAVEPORT
CURSO BACHAREL EM FISIOTERAPIA



Anna Flávia Novais Batista
Melissa Marianne Oliveira Baleciro

AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE
PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO: UM ESTUDO QUALITATIVO SOBRE
REDUÇÃO DA DOR, MELHORIA DA FUNÇÃO FÍSICA E QUALIDADE DE
VIDA

Artigo científico apresentado ao curso de Graduação em Fisioterapia da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT, mantida pela Sociedade Educacional Mato Verde Ltda, como requisito parcial para obtenção de título de Bacharel em Fisioterapia.

Aprovado em 21 / 11 / 2024

Banca Examinadora

Igor Santos Oliveira

Prof. Esp. Igor Santos Oliveira
Convidado

Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Michely de Jesus Souza

Prof.ª Ma. Michely De Jesus Souza
Convidada
Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Wesley dos Reis Mesquita

Prof. Me. Wesley dos Reis Mesquita
Coordenador do Curso
Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

Fernanda Muniz Vieira

Prof.ª Ma. Fernanda Muniz Vieira
Orientadora
Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

OMS - Organização Mundial da Saúde

SPSS - *Software Statistical Packages for Science*

TCLE – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TENS - Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea

CEP - Comitê de Ética em Pesquisa

CREFITO - Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional

AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO: UM ESTUDO QUALITATIVO SOBRE REDUÇÃO DA DOR, MELHORIA DA FUNÇÃO FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA

Anna Flávia Novais Batista¹; Melissa Marianne Oliveira Baleeiro¹; Wesley dos Reis Mesquita²; Fernanda Muniz Vieira².

Resumo

O disco intervertebral é vital para a coluna, mas alterações podem causar hérnia de disco, resultando em dor e fraqueza. O tratamento varia entre fisioterapia e cirurgia. Embora a fisioterapia seja eficaz, a resposta dos pacientes é diversa, e há uma lacuna de conhecimento sobre sua eficácia específica para hérnia de disco. Assim, o estudo teve como objetivo investigar de forma abrangente a eficácia e os benefícios da fisioterapia na reabilitação de pacientes diagnosticados com hérnia de disco, com foco na redução da dor, melhoria da função física e aumento da qualidade de vida. Este foi um estudo qualitativo de caráter transversal e descritivo, realizado com pacientes em tratamento no centro de fisioterapia de Porteirinha, em Minas Gerais. Para a coleta de dados, os pesquisadores conduziram entrevistas semiestruturadas. As entrevistas abrangeram questões objetivas sobre a caracterização dos participantes, além de perguntas subjetivas sobre suas experiências com o tratamento fisioterapêutico. Foram explorados aspectos como o alívio da dor ao longo do tempo, a recuperação da função física comprometida, a capacidade de realizar atividades diárias e exercícios específicos, bem como o impacto na qualidade de vida, incluindo dimensões físicas, emocionais e sociais. O estudo buscou identificar as técnicas mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco, com base nas percepções dos participantes, explorando suas experiências, desafios durante a reabilitação e níveis de satisfação com os resultados obtidos. Os dados foram analisados por meio de análise de conteúdo, composta por três etapas: pré-análise, exploração do material e interpretação dos resultados. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da UNIMONTES (número 7.077.785). Os resultados destacam redução da dor, na melhoria da função física e no aumento da qualidade de vida. Os participantes relataram um alívio notável da dor durante e após as sessões, facilitando a realização de atividades cotidianas. Além disso, muitos notaram melhorias na mobilidade e na capacidade de realizar tarefas diárias, o que promoveu maior autonomia. As técnicas utilizadas, como terapia manual, eletroterapia e Pilates, combinadas com uma abordagem personalizada, foram essenciais para o fortalecimento muscular e a mobilidade. A relação positiva entre pacientes e fisioterapeutas, caracterizada por comunicação aberta e empatia, também foi crucial para a adesão ao tratamento. Recomenda-se a realização de futuros estudos para avaliar os benefícios a longo prazo da fisioterapia e o impacto de diferentes modalidades de tratamento na reabilitação.

Palavras-chave: Hérnia de disco. Disco intervertebral. Fisioterapia. Reabilitação.

Abstract

The intervertebral disc is vital to the spine, but alterations can cause disc herniation, resulting in pain and weakness. Treatment ranges from physical therapy to surgery. Although physical therapy is effective, patient response is diverse, and there is a knowledge gap regarding its

¹Graduandas do curso de Bacharelado em Fisioterapia. Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT. E-mails: baleeiromelissa@gmail.com.

²Docentes da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT. E-mail: wesleymesquita@favenorte.edu.br; fe1995muniz@hotmail.com.

specific efficacy for disc herniation. Thus, the study aimed to comprehensively investigate the efficacy and benefits of physical therapy in the rehabilitation of patients diagnosed with disc herniation, focusing on reducing pain, improving physical function, and increasing quality of life. This was a qualitative, cross-sectional, descriptive study conducted with patients undergoing treatment at the physical therapy center in Porteirinha, Minas Gerais. To collect data, the researchers conducted semi-structured interviews. The interviews included objective questions about the participants' characterization, as well as subjective questions about their experiences with physical therapy treatment. Aspects such as pain relief over time, recovery of impaired physical function, ability to perform daily activities and specific exercises, as well as the impact on quality of life, including physical, emotional and social dimensions, were explored. The study sought to identify the most effective techniques for treating herniated discs, based on the participants' perceptions, exploring their experiences, challenges during rehabilitation and levels of satisfaction with the results obtained. The data were analyzed through content analysis, consisting of three stages: pre-analysis, exploration of the material and interpretation of results. The study was approved by the UNIMONTES Research Ethics Committee (number 7.077.785). The results highlight pain reduction, improved physical function and increased quality of life. Participants reported remarkable pain relief during and after the sessions, facilitating the performance of daily activities. In addition, many noted improvements in mobility and the ability to perform daily tasks, which promoted greater autonomy. The techniques used, such as manual therapy, electrotherapy and Pilates, combined with a personalized approach, were essential for muscle strengthening and mobility. The positive relationship between patients and physiotherapists, characterized by open communication and empathy, was also crucial for adherence to treatment. Future studies are recommended to evaluate the long-term benefits of physiotherapy and the impact of different treatment modalities on rehabilitation.

Keywords: Disc herniation. Intervertebral disc. Physiotherapy. Rehabilitation.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	7
2 MATERIAIS E MÉTODOS.....	8
3 RESULTADOS E DISCUSSÃO	10
I. Caracterização dos participantes	10
II. Experiência com o Tratamento Fisioterapêutico	11
III. Impacto na Qualidade de Vida	16
IV. Desafios e Satisfação.....	17
4 CONCLUSÃO.....	19
REFERÊNCIAS	21
APÊNDICES	24
APÊNDICE A - Termos de Consentimento Livre e Informado para Realização de Pesquisa	24
APÊNDICE B - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para participação em pesquisa (TCLE)	27
APÊNDICE C – Roteiro de entrevista semiestruturada	30
APÊNDICE D – Termo de autorização para gravação de voz.....	31
APÊNDICE E - Declaração de Inexistência de Plágio.....	33
APÊNDICE F - Declaração de Revisão Ortográfica.....	34
APÊNDICE G - Termo de Cessão de Direitos Autorais e Autorização para Publicação	35
ANEXOS	37
ANEXO A - Parecer consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)	37

1 INTRODUÇÃO

O disco intervertebral é uma estrutura singular e crucial para a saúde da coluna vertebral. Composto por um núcleo pulposo cercado por um anel fibroso, o disco desempenha um papel na absorção de impactos e na resistência à deformação causada pela carga exercida sobre a coluna (Alves, 2018). A hérnia de disco ocorre quando há uma alteração na estrutura do disco que leva ao vazamento do núcleo pulposo para além do anel fibroso. Esse vazamento pode resultar na compressão ou irritação das raízes nervosas que saem da medula espinhal, causando uma série de sintomas (Sussela *et al.*, 2017). Os sintomas mais comuns incluem dor irradiada para membros inferiores ou superiores, formigamento, sensação de queimação e fraqueza muscular. Esses sintomas podem variar de intensidade e localização dependendo da localização e do tamanho da hérnia (Guida; Ferreira; De Souza, 2020).

A incidência da hérnia de disco é significativa, afetando entre 13% e 40% das pessoas ao longo da vida, com uma prevalência particularmente alta entre os 50 e 60 anos de idade, sendo mais comum na região lombar, principalmente nos níveis de L4/5 e L5/S1, conforme apontado por Nascimento *et al.* (2015), mas também pode ocorrer na região cervical e torácica. Embora possa ser assintomática, a hérnia de disco é uma causa importante de dor nas costas, afetando 13,5% dos brasileiros (Sussela *et al.*, 2017).

Diversos fatores estão associados ao aumento do risco de desenvolvimento de hérnia de disco, incluindo aspectos ocupacionais, atividades que exigem esforço físico excessivo ou repetitivo, tabagismo, fatores genéticos e mecânicos (Rocha; Mejia, 2015; Pitanga; Do Monte Melo; Maciel, 2018). Pereira Júnior e Schons (2015) argumenta que a degeneração do disco intervertebral é influenciada também por aspectos como a idade, nutrição, vascularização, e alteração da matriz extracelular do núcleo pulposo.

O diagnóstico preciso é crucial para o tratamento eficaz da hérnia de disco, com exames complementares, como a ressonância magnética da coluna vertebral, desempenhando um papel essencial na identificação da localização exata da lesão e na avaliação da sua gravidade (Caires; Alves, 2018). O tratamento inicial da condição geralmente é conservador, envolvendo fisioterapia, medicamentos e medidas de cuidados com a postura. No entanto, em casos mais graves ou quando o tratamento conservador não é eficaz, a cirurgia pode ser necessária para aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida (Gupta *et al.*, 2020; Guida; Ferreira; De Souza, 2020).

A fisioterapia desempenha um papel crucial na reabilitação de pacientes com hérnia de disco, oferecendo uma variedade de métodos que auxiliam no tratamento e disponibilizando

recursos que podem ser utilizados com eficácia (Loiola *et al.*, 2017). Entre esses métodos, destacam-se a terapia manual, os recursos eletroterapêuticos, o método Pilates, o método Mackenzie, entre outros, sendo priorizado sempre o que proporciona os melhores resultados para cada paciente (Weinstein *et al.*, 2014).

Os recursos fisioterapêuticos, em particular, desempenham um papel crucial no tratamento conservador das hérnias discais. A eletroterapia, utilizando dispositivos como o infravermelho e o ultrassom terapêutico, demonstrou eficácia em aliviar a dor e relaxar a musculatura, promovendo assim uma progressão positiva no tratamento (Loiola *et al.*, 2017). Para restaurar a flexibilidade do sistema nervoso e aliviar os sintomas, técnicas de mobilização neural são essenciais, proporcionando uma restauração do movimento e elasticidade do sistema nervoso, e reestabelecendo o fluxo exoplasmático (Pitanga; Do Monte Mélo; Maciel, 2018; Pereira Júnior; Schons, 2015).

É crucial reconhecer que cada paciente responde de maneira única ao tratamento, ressaltando assim a necessidade de uma abordagem holística e personalizada. A fisioterapia visa não apenas aliviar a dor, mas também melhorar a saúde muscular e esquelética, aumentar a capacidade funcional e retardar a progressão da doença, visando sempre uma melhor qualidade de vida para o paciente (Guida; Ferreira; De Souza, 2020). Além disso, é responsabilidade do fisioterapeuta avaliar e tratar disfunções relacionadas à capacidade motora, incluindo o comprometimento das raízes nervosas causado pela hérnia de disco (Guida; Ferreira; De Souza, 2020). Além dos sintomas como formigamento e dor irradiada, a hérnia de disco pode provocar uma redução significativa da amplitude de movimento (Pitanga; Do Monte Mélo; Maciel, 2018). Essa limitação não só afeta a qualidade de vida do paciente, mas também pode levar a complicações adicionais se não for tratada adequadamente (Guida; Ferreira; De Souza, 2020).

Diante da complexidade e impacto da hérnia de disco na vida dos pacientes, este estudo buscou analisar minuciosamente o papel crucial desempenhado pela fisioterapia na reabilitação desses indivíduos, visando proporcionar uma compreensão mais abrangente e eficaz para melhorar os resultados clínicos.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo transversal, descritivo e qualitativo foi conduzido em um centro de fisioterapia em Porteirinha, que atende toda a população local com tratamentos especializados e de qualidade para reabilitação. O objetivo da pesquisa é avaliar os pacientes atendidos e

contribuir para a melhoria dos serviços oferecidos, assegurando melhores cuidados de saúde à comunidade.

A população-alvo incluiu pacientes diagnosticados com hérnia de disco, atualmente em tratamento no centro de fisioterapia. A seleção foi feita por conveniência, com os seguintes critérios de inclusão: idade mínima de 18 anos, diagnóstico confirmado de hérnia de disco, tratamento fisioterapêutico no centro por pelo menos um mês e consentimento voluntário. Pacientes que não compareceram ou não responderam à entrevista foram excluídos.

Os pesquisadores agendaram reuniões no centro de fisioterapia em datas e horários previamente estabelecidos. Durante essas reuniões, foram explicados os objetivos da pesquisa e os pacientes foram convidados a participar de forma voluntária. Aqueles que concordaram assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

A coleta de dados foi realizada por meio de entrevistas semiestruturadas, uma abordagem comum em pesquisas qualitativas que proporciona flexibilidade ao entrevistado, enquanto o entrevistador orienta a conversa. O roteiro da entrevista, elaborado pelos pesquisadores, abordou questões sobre a caracterização dos participantes e perguntas subjetivas sobre suas experiências com o tratamento fisioterapêutico. Foram explorados aspectos como o alívio da dor ao longo do tempo, a recuperação da função física comprometida, a capacidade de realizar atividades diárias e exercícios específicos.

Além disso, o estudo investigou o impacto da intervenção fisioterapêutica na qualidade de vida dos pacientes, abrangendo aspectos físicos, emocionais e sociais. Buscou-se identificar as técnicas e abordagens mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco, com base nas percepções e relatos dos participantes. Por fim, foram exploradas as percepções individuais dos pacientes em relação ao tratamento, incluindo os desafios enfrentados durante a reabilitação e o nível de satisfação com os resultados obtidos.

As entrevistas foram conduzidas individualmente em um ambiente reservado no centro de fisioterapia, garantindo privacidade e anonimato. Com um formato objetivo, o roteiro permitiu que cada entrevista durasse em média 15 minutos. A equipe de pesquisa assegurou o armazenamento adequado dos dados e a confidencialidade das informações.

Com a autorização das participantes, as entrevistas foram gravadas em áudio para facilitar a transcrição fiel dos depoimentos. Após a transcrição, as gravações foram desativadas e não serão utilizadas novamente na pesquisa.

Para analisar os dados coletados, utilizou-se a Análise de Conteúdo de Bardin, seguindo suas três etapas: pré-análise, exploração do material e interpretação dos resultados. Essa

abordagem possibilitou uma análise sistemática e rigorosa das informações obtidas durante as entrevistas (Bardin, 2012).

Como o estudo envolveu seres humanos, foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros (UNIMONTES), que aprovou a pesquisa sob o número 7.027.689. Todos os princípios da bioética foram rigorosamente respeitados, em conformidade com a resolução 466/2012.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram entrevistados 10 pacientes diagnosticados com Hérnia de Disco em tratamento fisioterapêutico em um Centro Municipal de Fisioterapia de Porteirinha-MG.

A partir da coleta de dados foi possível interpretar e construir as seguintes categorias:

- I. Caracterização dos participantes:** abrange informações demográficas e clínicas dos participantes, incluindo idade, gênero, profissão, tempo desde o diagnóstico da hérnia de disco e duração do tratamento fisioterapêutico. Esses dados ajudam a contextualizar as experiências individuais e a identificar padrões relacionados a diferentes grupos de pacientes.
- II. Experiência com o Tratamento Fisioterapêutico:** investiga como os participantes percebem o tratamento recebido, focando na descrição geral da experiência, a evolução do alívio da dor, e quaisquer melhorias na capacidade de realizar atividades diárias. Também são exploradas situações específicas em que a fisioterapia teve um impacto positivo e quais técnicas ou abordagens foram consideradas mais eficazes.
- III. Impacto na Qualidade de Vida:** avalia como o tratamento fisioterapêutico afetou diversos aspectos da vida dos participantes, incluindo o físico, emocional e social. Além disso, investiga quaisquer mudanças significativas na vida dos participantes desde o início do tratamento.
- IV. Desafios e Satisfação:** explora os principais obstáculos enfrentados durante o tratamento, como os participantes lidaram com esses desafios e qual é o nível de satisfação geral com os resultados obtidos. Os participantes também tiveram a oportunidade de compartilhar qualquer outra informação relevante sobre sua experiência com o tratamento fisioterapêutico.

I. Caracterização dos participantes

Os dados dos participantes revelam uma diversidade significativa em termos de idade, gênero, profissão, e duração do diagnóstico e tratamento da hérnia de disco. A faixa etária dos participantes varia de 26 a 70 anos, com uma predominância de indivíduos na faixa etária acima dos 50 anos. Entre os participantes, há uma distribuição equilibrada de gêneros, com 5 mulheres e 5 homens. As profissões variam amplamente, incluindo costureira, doméstica, motorista, design de interiores, técnico de enfermagem e lavrador.

O tempo desde o diagnóstico da hérnia de disco varia de 1 a 19 anos. Observa-se que a duração do tratamento fisioterapêutico não sempre corresponde diretamente ao tempo desde o diagnóstico. Por exemplo, um participante com diagnóstico recente (1 ano) está em tratamento há 1 ano, enquanto outro diagnosticado há 19 anos tem 4 anos de tratamento. Há também casos de diagnóstico antigo com tratamento recente, como a participante de 69 anos diagnosticada há 8 anos, que iniciou o tratamento há apenas 1 mês.

Esses resultados destacam a importância de considerar tanto a duração do diagnóstico quanto a duração do tratamento ao avaliar a eficácia e a experiência do tratamento fisioterapêutico para hérnia de disco. A diversidade de experiências entre os participantes pode oferecer informações valiosas sobre como diferentes fatores influenciam o tratamento e a gestão da condição ao longo do tempo.

II. Experiência com o Tratamento Fisioterapêutico

As experiências com o tratamento fisioterapêutico para hérnia de disco variam consideravelmente entre os participantes. Alguns relatam melhorias significativas na qualidade de vida e alívio da dor, enquanto outros experimentam resultados menos consistentes, com períodos de alívio seguidos por recaídas. Os participantes geralmente percebem um benefício imediato após as sessões de fisioterapia, mas os efeitos podem ser temporários. A eficácia do tratamento é frequentemente associada à continuidade e à prática regular dos exercícios. Os depoimentos dos entrevistados refletem essa diversidade:

Entrevistado 7: “Olha, quando eu faço a fisioterapia, eu me sinto bem por uns dias. Eu acho que a fisioterapia ela tem que servir, eu sinto muita dor, então alivia. Eu acredito que enquanto estou fazendo melhora mais.”

Entrevistado 8: “Excelente, porque alivia bastante minhas dores e me ajuda no dia a dia. Como tenho sobrepeso, acabo tendo dificuldade durante o dia, e como trabalho como motorista também, às vezes sinto muita inflamação. O tratamento fisioterapêutico me ajuda muito no meu dia a dia.”

Entrevistado 9: “Satisfatório! Melhorou bastante a questão da dor, principalmente para dormir, porque a fisioterapia melhora o espaçamento nas vértebras, então ajuda muito na mobilidade que eu não tinha e, consequentemente, diminui as dores.”

Essas variações nas experiências ressaltam a necessidade de continuidade do tratamento e personalização das abordagens fisioterapêuticas para atender às necessidades individuais. A fisioterapia para hérnia de disco oferece benefícios como alívio da dor, aumento da amplitude de movimento e fortalecimento da musculatura estabilizadora da coluna (Carvalho, 2018). Entretanto, as orientações domiciliares são essenciais para a evolução do tratamento. Sem a prática regular das atividades recomendadas, os benefícios podem ser comprometidos e a recuperação pode se tornar mais lenta (Manickam, 2015).

Além disso, a fisioterapia, combinada com outras intervenções, como exercícios físicos, Pilates e cirurgia, tem mostrado eficácia no controle dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida, ajudando a retardar a progressão da patologia (Loiola *et al.*, 2017). Essa abordagem integrada e contínua é crucial para maximizar os benefícios do tratamento e promover uma recuperação sustentável para os pacientes.

A intensidade da dor continua a ser um desafio para muitos pacientes, que relatam a persistência da dor, embora com menor intensidade. O desconforto ainda se manifesta, especialmente após esforço físico. Apesar das melhorias, alguns pacientes ainda necessitam de repouso ou não conseguem realizar atividades vigorosas. Os entrevistados consideram o progresso lento e gradual, mas reconhecem que é positivo.

Entrevistado 1: “Aprendi a conviver, e tem épocas que quando inflama, você tem que repousar, repousar e repousar.”

Entrevistado 6: “Não aguentava caminhar não, aí com o tempo foi melhorando, mas a dor não aliviou não, não é a dor de antigamente, mas se esforçar dói.”

Entrevistado 9: “Eu tento dar o meu melhor para melhorar, para fazer a minha parte. Eu tomava muito medicamento para a dor, 2x ao dia, o que me ajudava também. A fisioterapia ajudou com o espaçamento, o que melhorou a dor também, junto com o Pilates. Assim, de 100% de dor, eu passei a não sentir nada.”

Entrevistado 10: “Foi bem gradativo para o lado positivo. Cada vez que eu vou às sessões de fisioterapia, menos sintomas e sinais ela apresenta.”

A fisioterapia oferece uma variedade de recursos terapêuticos que auxiliam na promoção do alívio da dor e na reabilitação dos pacientes, sempre buscando abordagens mais adequadas e individualizadas (Pereira Junior; Schons, 2015). Entre as técnicas, a terapia manual se destaca como uma das mais eficazes. Outros métodos, como a eletroterapia, o Pilates e o método

McKenzie, também são utilizados de acordo com as necessidades do paciente (Loiola *et al.*, 2017).

Além disso, a fisioterapia visa a recuperação funcional completa, promovendo a melhora da mobilidade da coluna vertebral e o fortalecimento muscular, essencial para estabilizar a região afetada e prevenir novos episódios de dor, além de reduzir as contraturas musculares (Marinho; Ferro; Alves, 2022). Embora a fisioterapia ofereça tratamentos eficazes para hérnia de disco, é fundamental que o paciente mantenha os avanços conquistados através de atividades de manutenção, reavaliação e progressão das atividades (Casemiro; Vieira, 2021). Essa continuidade é essencial para assegurar uma recuperação duradoura e aprimorar a qualidade de vida dos pacientes, oferecendo maior conforto e facilitando a retomada gradual das atividades diárias.

A melhora na capacidade de realizar atividades diárias, principalmente devido à diminuição da dor e ao aumento da mobilidade, foi amplamente observada pelos entrevistados. Muitos agora conseguem realizar tarefas que antes eram impossíveis, como estender roupas, agachar-se, varrer o terreiro e limpar a casa, mesmo que ainda sintam dor ocasionalmente. Relatos também indicam melhorias na disposição, qualidade do sono e facilidade para sair da cama e realizar movimentos simples, como sentar e levantar. Assim, os sintomas diminuem e a funcionalidade dos pacientes se expande.

Entrevistado 1: “Melhorou, porque assim... Estender roupa eu não conseguia de jeito nenhum, eu não aguentava levantar o braço e hoje eu consigo, sentindo dor..., mas consigo!”

Entrevistado 5: “Hoje eu consigo fazer, varrer o terreiro.”

Entrevistado 9: “Fazer movimentos simples, como sentar e levantar, deitar sem sentir dor. Mas ainda sinto dor se eu pegar muito peso. Obviamente, a fisioterapia me ajudou muito na melhoria da postura, em saber como me posicionar para pegar um determinado peso. Mas, se eu pegar um peso muito grande, ainda vou sentir dor na lombar.”

Entrevistado 10: “Sim, muito! Como eu disse anteriormente, eu tinha muitas limitações, até para dormir. Eu tinha que saber como dormir, porque dependendo do jeito que eu dormia, era o jeito que eu iria amanhecer. Mas, com a fisioterapia, não tenho mais tanta preocupação; eu amanheço bem, não amanheço com dor.”

A fisioterapia emergiu como um elemento fundamental na melhoria da qualidade de vida dos entrevistados, promovendo benefícios substanciais que vão além da mera redução da dor. Os relatos dos pacientes evidenciam uma transformação significativa em suas rotinas diárias, incluindo a capacidade de desfrutar de um sono reparador e realizar atividades físicas sem desconforto. Aqueles que anteriormente enfrentavam dores intensas e limitações de

locomoção agora conseguem retomar suas atividades normais, o que, em muitos casos, resultou na diminuição ou até na eliminação da necessidade de medicamentos. A interação social e o apoio recebido dos profissionais de fisioterapia foram identificados como fatores psicológicos cruciais para essa recuperação, destacando a importância do suporte emocional no processo de reabilitação. Os depoimentos dos entrevistados reforçam essa perspectiva:

Entrevistado 1: “A convivência com as pessoas diferentes, os acadêmicos... Muita gente!”

Entrevistado 3: “O sono melhorou, era mais complicado pra agachar, mas o que atrapalha mesmo é peso.”

Entrevistado 6: “A melhora pra caminhar né, e a dor no nervo, que parecia que ia explodir de tanta dor.”

Entrevistado 8: “Com certeza! Eu já venho fazendo há 2 anos, mas nesses 2 anos eu tive um intervalo em que não sentia nada. Conseguí voltar a fazer tudo o que fazia antes sem sentir dor, desempenhar atividades físicas, que estava com muita dificuldade para fazer, e nesse período consegui ficar uns 90 dias sem sentir dor nenhuma por conta do tratamento, sem usar medicamento, sem nada.”

Entre os diversos métodos utilizados na fisioterapia, o Pilates se destaca como uma abordagem conservadora de notável eficácia no tratamento de condições como a hérnia de disco. Esta prática é particularmente benéfica, pois fortalece os músculos estabilizadores da coluna, reduzindo a sobrecarga sobre os discos intervertebrais e, consequentemente, a dor (Marinho; Ferro; Alves, 2022). A combinação da redução da dor com o fortalecimento muscular não apenas melhora a amplitude de movimento das articulações da coluna, mas também impacta positivamente a função física e a qualidade do sono dos pacientes. A recuperação funcional resultante permite que os indivíduos voltem a realizar suas atividades diárias com mais facilidade e rapidez, aumentando sua independência e, em última análise, seu bem-estar geral (Silva, 2023).

Além disso, a fisioterapia demonstra efeitos duradouros na dor lombar crônica, promovendo a redução do uso contínuo de fármacos. A adesão ao programa de reabilitação é crucial, e a combinação de técnicas como cinesioterapia, eletroterapia e hidroterapia se mostra eficaz na melhora da funcionalidade e na qualidade de vida dos pacientes (Jorge *et al.*, 2015). Esses métodos, quando aplicados de forma integrada, não apenas aliviam os sintomas, mas também promovem um fortalecimento físico que contribui para a prevenção de futuras complicações. Assim, a fisioterapia se estabelece não apenas como um tratamento, mas como uma estratégia de saúde integral que visa à promoção do bem-estar e à autonomia dos pacientes no enfrentamento de suas condições.

As técnicas e abordagens fisioterapêuticas consideradas mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco para os entrevistados, incluem uma combinação de exercícios específicos e modalidades de eletroterapia. Foi relatado alívio significativo da dor com a utilização de exercícios que envolvem flexão e extensão da coluna, como flexão de tronco e exercícios de pernas, além de exercícios com bola, e que promovem a rotação do quadril. A eletroterapia, especialmente a TENS, foi relatada como eficaz no alívio da dor e no relaxamento. Outros exercícios que contribuem para a melhora incluem atividades que aumentam a mobilidade das vértebras e fortalecem a lombar, como abdominais e exercícios de alongamento.

Entrevistado 2: “O exercício da bola eu acho que melhora, dá um alívio bom.”

Entrevistado 4: “quando eu puxo as pernas com a mão alivia, e o choquinho, sinto que dá até uma cochilada.”

Entrevistado 7: “Tem um exercício na bola que faz rotação do quadril para a esquerda e para a direita, e depois faz sem a bola, que alivia bastante a dor. Quando estou fazendo sinto que alonga e relaxa mais, eu sinto que estava comprimido e depois folga um pouco.”

Entrevistado 9: “A eletroterapia e o exercício de desenrolar a coluna para dar mais mobilidade às vértebras, ao quadril e ao ombro foram muito eficazes. Isso ajuda o abdômen e também a lombar.”

O papel do fisioterapeuta é central nesse processo de reabilitação, oferecendo uma gama de métodos e recursos adaptados às necessidades de cada paciente. Técnicas como a terapia manual, eletroterapia, Pilates e o método Mackenzie são algumas das abordagens que podem ser integradas ao plano de tratamento, sempre priorizando os melhores resultados para o indivíduo. A abordagem humanizada é essencial, considerando que cada organismo reage de maneira única aos diferentes tratamentos (Loiola *et al.*, 2017). Essa personalização do cuidado não apenas melhora os resultados clínicos, mas também fortalece a relação entre paciente e profissional.

A TENS, em particular, é uma abordagem não farmacológica que utiliza impulsos elétricos aplicados pela pele para o tratamento da dor. Essa técnica é amplamente reconhecida por sua segurança e pela baixa ocorrência de efeitos colaterais, tornando-se uma alternativa viável para o manejo da dor, tanto crônica quanto aguda (Lima; Silva, 2024). Segundo Mimore *et al.* (2019), a TENS não apenas proporciona alívio imediato, mas também melhora a qualidade de vida dos pacientes, contribuindo para um manejo eficaz da dor sem interferir na saúde geral.

Além da TENS, a utilização da Bola Suíça destaca-se como uma ferramenta essencial na reabilitação. Esta abordagem tem como objetivo promover a tonificação e o alongamento muscular de maneira equilibrada, trabalhando a musculatura de forma integrada e funcional

(Oliveira; Marques; Liberalino, 2016). Incorporar a bola suíça nos exercícios terapêuticos não apenas aumenta a força e a flexibilidade, mas também melhora a coordenação motora, fatores cruciais para a recuperação dos pacientes com hérnia de disco. Assim, as abordagens fisioterapêuticas, ao serem combinadas de forma adequada, não apenas aliviam a dor, mas também promovem um retorno efetivo à funcionalidade, garantindo um impacto positivo na qualidade de vida dos indivíduos.

III. Impacto na Qualidade de Vida

Os entrevistados relataram que o tratamento fisioterapêutico impactou positivamente sua qualidade de vida, especialmente no aspecto físico. Muitos mencionaram alívio significativo da dor, o que permitiu maior facilidade na realização de atividades diárias e exercícios físicos. Além disso, alguns relataram que a melhora física proporcionou mais disposição para enfrentar o dia a dia, aumentando a energia para atividades como trabalhar e cuidar da casa. Em relação ao impacto emocional, as opiniões foram mistas. Alguns pacientes perceberam uma redução no estresse e na ansiedade, principalmente por conseguirem lidar melhor com a dor crônica. Socialmente, a maioria relatou que a melhora física também facilitou o convívio social, tornando-os mais dispostos a sair de casa e se relacionar com outras pessoas.

Entrevistado 7: “Hoje eu consigo fazer caminhada por mais tempo, acho que isso me ajuda no físico. Eu já tenho problema de ansiedade, então vir aqui fazer a fisioterapia me ajuda um pouco nisso.”

Entrevistado 8: “Acredito que melhora em tudo, porque o aspecto físico melhora, você tem disposição para fazer atividade física, atividades cotidianas, e socialmente também. Porque, às vezes, no meu caso, sou uma pessoa muito seletiva, não me relaciono com qualquer pessoa, e geralmente, quando estou com dor, fico muito mal-humorado. Então, para mim, se eu não sentir dor, é muito mais fácil me relacionar, até mesmo com as pessoas do meu convívio social. Acredito que, graças à fisioterapia, 100% me ajuda nessas questões.”

A contribuição da fisioterapia para a qualidade de vida é apoiada pelo Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (CREFITO, 2016), que define a fisioterapia como uma ciência dedicada à reabilitação de distúrbios cinético-funcionais que afetam o corpo humano. Essa prática busca não apenas restaurar a integridade funcional, mas também promover um bem-estar global, abordando tanto as condições físicas quanto as sociais dos pacientes. Essa visão ampliada reflete um reconhecimento crescente da importância da saúde

integral, onde a fisioterapia se torna uma ferramenta vital na promoção do bem-estar individual e coletivo (Nascimento; Taissun; Martins, 2019).

Além disso, a atuação do fisioterapeuta é essencial na reintegração social do paciente. Ao aplicar exercícios e atividades físicas de reabilitação, o profissional não só cuida da saúde física, mas também do bem-estar mental. Aquino *et al.* (2017) afirmam que a assistência fisioterápica na atenção primária é eficaz na melhoria da capacidade funcional e do estado geral de saúde, ambos fatores que impactam diretamente na qualidade de vida. O Entrevistado 10 resume bem essa perspectiva: “Dá mais ânimo para sair, para trabalhar, para realizar atividades corriqueiras de casa.” Isso sugere que o aumento da capacidade funcional gera um ciclo positivo de satisfação e motivação para a vida diária.

Diante desse cenário, é evidente que a fisioterapia desempenha um papel crucial na melhoria da qualidade de vida dos pacientes, não apenas aliviando a dor, mas também promovendo um estilo de vida mais ativo e socialmente integrado. A combinação de tratamento físico e apoio emocional pode levar a uma experiência de vida mais satisfatória e significativa, refletindo a importância da abordagem holística na reabilitação.

IV. Desafios e Satisfação

As Durante o processo de reabilitação, os pacientes enfrentaram diversos desafios que impactaram significativamente suas experiências. Um dos principais obstáculos relatados foi a dor intensa associada à hérnia de disco. Um paciente expressou a gravidade da situação ao afirmar: “A dor da hérnia não é fácil. Cheguei a tomar morfina porque a dor estava insuportável.” Além da dor, as limitações físicas também se destacaram nos relatos: “Não consigo andar; para percorrer 2 km, levo mais de duas horas.” A interrupção do trabalho para realizar o tratamento foi outro desafio enfrentado: “Ter que parar de trabalhar para fazer o tratamento” mostrou-se um peso adicional para muitos.

Além dos fatores físicos, questões emocionais e logísticas emergiram como barreiras significativas. Um dos entrevistados compartilhou: “O emocional foi difícil; até desenvolvi herpes, e o médico disse que era por causa do estresse.” A adaptação da rotina para acomodar as sessões de fisioterapia também apresentou dificuldades, como evidenciado em relatos que mencionaram a necessidade de caminhar longas distâncias para chegar às sessões. Outro ponto crucial foi a disposição e motivação para o tratamento: “O difícil é a disposição; me sinto muito disposta, mas às vezes me seguro para não fazer coisas que não posso.” A perseverança para

realizar exercícios mesmo diante da dor também foi mencionada: “Ter que continuar fazendo os exercícios apesar da dor.”

Esses desafios ressaltam como a hérnia de disco afeta não apenas a capacidade funcional, mas também a qualidade de vida dos pacientes, gerando um aumento nos custos de saúde. Para muitos, a cirurgia não é uma opção viável, tornando a reabilitação uma necessidade urgente (Harrison; Oakley, 2017). Além disso, a hérnia de disco apresenta desafios complexos no diagnóstico e tratamento, com a apresentação clínica frequentemente levando a diagnósticos errôneos ou tardios, como apontado por Levada *et al.* (2024).

As avaliações de satisfação com o tratamento fisioterapêutico variaram significativamente entre os entrevistados, com notas que iam de 3 a 10. Muitos pacientes expressaram alta satisfação, com notas 10, destacando a melhoria significativa na dor e a qualidade do atendimento. Por outro lado, há pacientes que deram notas mais baixas, como 3 ou 5, devido à falta de alívio completo ou questões específicas não resolvidas pelo tratamento.

Entrevistado 4: “nota 3, o atendimento do rapaz é bom, mas meu caso...”

Entrevistado 7: “10, estou satisfeita! Pelos exercícios que a fisioterapeuta passa eu me sinto melhor. Eu sinto que eu vou melhorar cada dia mais vindo.”

Entrevistado 10: “Nota 10, muito satisfeita, porque eu alcancei o objetivo que eu queria em relação à dor, e também porque o profissional da fisioterapia faz um trabalho bom comigo, o que resultou em uma satisfação positiva.”

A satisfação na saúde é um conceito multidimensional, onde os pacientes podem estar satisfeitos com certos aspectos do atendimento, mas insatisfeitos com outros. Essa satisfação é influenciada pelas expectativas dos pacientes, que podem mudar ao longo do tratamento (Oliveira *et al.*, 2010). A satisfação é um indicador importante da qualidade do atendimento, e pacientes satisfeitos tendem a ser mais leais aos provedores de tratamento e a colaborar mais efetivamente com os regimes propostos (Cardoso; Leon, 2021).

A fisioterapia, por sua natureza, envolve uma interação mais prolongada e pessoal do que uma consulta médica típica. Essa abordagem, que inclui contato físico e a participação ativa do paciente, pode gerar desconforto, mas também fortalece a relação terapêutica (Suda; Uemura; Velasco, 2009). Portanto, é vital que os profissionais de saúde busquem não apenas a eficácia do tratamento, mas também a construção de uma relação de confiança com os pacientes, uma vez que essa conexão pode ser fundamental para o sucesso da reabilitação.

Os entrevistados também compartilharam reflexões sobre como a fisioterapia impactou positivamente não apenas sua dor e mobilidade, mas também seu bem-estar emocional e social.

Muitos destacaram que a fisioterapia ajudou a manter a atividade física, prevenindo o agravamento das condições e promovendo uma melhor qualidade de vida. Além disso, a relação positiva com o fisioterapeuta foi considerada essencial para uma recuperação eficaz, enquanto a interação social e a motivação também desempenharam papéis importantes no processo. Apesar dos desafios enfrentados, como o desconforto e a necessidade de superar barreiras pessoais, a maioria reconheceu a fisioterapia como uma ferramenta valiosa tanto para o tratamento quanto para a prevenção de futuros problemas.

Entrevistado 1: “Troca de experiências com pessoas que as vezes tem o caso bem pior que o seu.”

Entrevistado 4“Eu acho que é importante pra mente né?! Fazer exercício é muito bom.”

Entrevistado 8: “Eu gosto muito de dizer que, além do tratamento, é importante que o profissional tenha cuidado com o paciente. Por exemplo, gosto muito de como a minha fisioterapeuta tem uma relação profissional e pessoal comigo. Nós conseguimos ter uma certa amizade, e eu consigo me abrir com ela. Porque, às vezes, quando você faz tratamento com um fisioterapeuta que não te dá esse tipo de abertura, você pode sentir alguma coisa e ficar com medo de relatar uma dor ou desconforto. E, com a minha fisioterapeuta, temos uma relação aberta: quando sinto algum desconforto, já comunico a ela, e já trocamos o exercício. Então, acredito que a relação entre paciente e fisioterapeuta é fundamental no tratamento também.”

Em síntese, a fisioterapia desempenha um papel essencial no tratamento de pacientes com hérnia de disco. A satisfação com os resultados do tratamento é geralmente alta, com muitos pacientes relatando melhorias significativas na dor e na capacidade de realizar atividades diárias. Esse aumento na satisfação está diretamente relacionado à abordagem holística da fisioterapia, que não apenas alivia os sintomas, mas também promove uma melhoria contínua na qualidade de vida (Araújo; Silveira; Costa Neto, 2022). Portanto, uma abordagem personalizada e humanizada é fundamental para atender às necessidades únicas de cada paciente.

4 CONCLUSÃO

Este estudo oferece uma análise abrangente sobre a eficácia e os benefícios da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco, revelando resultados significativos na redução da dor, na melhoria da função física e no aumento da qualidade de vida. Os relatos dos participantes destacam o papel fundamental da fisioterapia no alívio da dor, permitindo que muitos experimentem um conforto notável durante e após as sessões. Esse alívio não apenas

proporciona bem-estar imediato, mas também facilita a realização de atividades cotidianas que antes eram inviáveis, sublinhando a importância da fisioterapia na recuperação funcional.

Além do alívio da dor, o estudo demonstrou melhorias consideráveis na função física dos pacientes. Muitos relataram um aumento na mobilidade e na capacidade de realizar tarefas diárias, como agachar-se, levantar objetos e até mesmo participar de atividades de lazer. Essas conquistas não só enriqueceram a qualidade de vida dos entrevistados, mas também promoveram maior autonomia e independência. As técnicas utilizadas, como terapia manual, eletroterapia e Pilates, em conjunto com uma abordagem personalizada, foram decisivas para o fortalecimento muscular e o aumento da mobilidade.

A relação positiva entre pacientes e fisioterapeutas também foi um fator crucial para o sucesso do tratamento. A comunicação aberta e a empatia demonstradas pelos profissionais de saúde contribuíram significativamente para a adesão ao tratamento e para o fortalecimento da motivação dos pacientes, elementos essenciais para a eficácia da reabilitação. Em suma, os resultados deste estudo confirmam que a fisioterapia é não apenas eficaz na reabilitação de pacientes com hérnia de disco, mas também vital para a melhoria holística da qualidade de vida. Futuros estudos são recomendados para explorar a longo prazo a continuidade dos benefícios da fisioterapia e o impacto de diferentes modalidades de tratamento na reabilitação desses pacientes.

REFERÊNCIAS

ALVES, Belmiro Manuel Kabelevski Oliveira. **Mecanismos imunológicos na reabsorção espontânea de hérnias do disco intervertebral**. 2018. Dissertação (Mestrado em medicina) Faculdade De Medicina Universidade Do Porto, Porto, 2018.

AQUINO, Cecília Ferreira De *et al.* Avaliação da qualidade de vida de indivíduos que utilizam o serviço de fisioterapia em unidades básicas de saúde. **Fisioterapia em Movimento**, [S.1.], v. 22, n. 2, set. 2017.

ARAÚJO, Hermeson Erico de Lima; SILVEIRA, Hortência Yasmim da; COSTA NETO, Joel Florêncio da. **Abordagem fisioterapêutica no tratamento em pacientes com hérnia de disco**. 2022. Artigo científico (Bacharelado em Fisioterapia) – Universidade Potiguar, 2022.

BARDIN, Laurence. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2011, 229 p. **Revista Eletrônica de Educação**. São Carlos, SP: UFSCar, v. 6, n. 1, p. 383-387, 2012.

CAIRES, Ludmila Mameluque; ALVES, Fabiana. Degeneração do disco intervertebral: Revisando conceitos. **NBC-Periódico Científico do Núcleo de Biociências**, v. 8, n. 16, 2018.

CARDOSO, Maria Natália; LEON, Elisa Brosina de. Nível de satisfação com o atendimento em fisioterapia medido pelo MedRisk. **Revista Eletrônica Gestão e Serviços**, v. 12, n. 1, p. 3412-3425, 2021. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/358151894>. Acesso em: 30 out. 2024.

CARVALHO, Wilker Cavalcante. **Análise dos protocolos de tratamento fisioterapêuticos nas disfunções da hérnia de disco na coluna cervical: uma revisão de literatura**. 2018. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Fisioterapia) – Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, 2018.

CASEMIRO, Khrislayne Gonçalves; VIEIRA, Kauara Vilarinho Santana. Eficácia das abordagens fisioterapêuticas no tratamento conservador de hérnia de disco: revisão de literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. 1.], v. 7, n. 10, p. 2243–2265, 2021.

CONSELHO REGIONAL DE FISIOTERAPIA E TERAPIA OCUPACIONAL (CREFITO). **Relatório de atividades 2016**. São Paulo, 2016.

GUIDA, Camila Almeida; FERREIRA, Valmir Juneo; DE SOUZA, Francielle Vieira. Percepção do portador de hérnia de disco acerca do tratamento fisioterapêutico. **Bionorte**, v. 9, n. 1, p. 26-35, 2020.

GUPTA, Anmol *et al.* Does size matter? An analysis of the effect of lumbar disc herniation size on the success of nonoperative treatment. **Global Spine Journal**, v. 10, n. 7, p. 881-887, 2020.

HARRISON, Deed E.; OAKLEY, Paul A. Scoliosis deformity reduction in adults: a CBP® Mirror Image® case series incorporating the ‘non-commutative property of finite rotation angles under addition’ in five patients with lumbar and thoraco-lumbar scoliosis. **Journal of Physical Therapy Science**, v. 29, n. 11, p. 2044-2050, 2017.

JORGE, Matheus Santos Gomes *et al.* Intervenção fisioterapêutica no impacto da dor lombar crônica em idosos. **Revista Dor**, São Paulo, v. 16, n. 4, p. 302-305, 2015.

LEVADA, Leonardo Pereira *et al.* Hérnia de Disco: Revisão das Abordagens Terapêuticas Modernas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 8, p. 3550-3560, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n8p-3550-3560>>. Acesso em: 30 out. 2024.

LIMA, João Victor Marques; SILVA, Maria Fernanda Oliveira. Aplicação de recursos eletroterapêuticos no tratamento da lombalgia. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, 2024. Disponível em: <https://revistaft.com.br/aplicacao-de-recursos-eletroterapeuticos-no-tratamento-da-lombalgia/>. Acesso em: 28 out. 2024.

LOIOLA, Gabriella Maria Lima Verde *et al.* Terapia manual em pacientes portadores de hérnia discal lombar: revisão sistemática. **Ciência em Movimento**, v. 19, n. 38, p. 89-97, 2017.

MANICKAM, Rathish. Multimodal physiotherapeutic approach in treating a patient with acute cervical disc prolapse: a case report. **International Journal of Physiotherapy Research**, v. 3, n. 6, p. 1312-1317, 2015.

MARINHO, Paulo Daniel de Melo; FERRO, Thauan Nascimento de Lima; ALVES, Ahyas Sydclei Santos. Método Pilates como alternativa fisioterapêutica para melhoria da qualidade de vida de pacientes acometidos pela hérnia de disco lombar: revisão integrativa. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, v. 11, n. 3, p. e184111133372, 2022.

MIMORE, Camila Fernandes *et al.* Utilização do TENS e da corrente interferencial no tratamento de lombalgia. **Revista UNILUS Ensino e Pesquisa**, Santos, v. 16, n. 45, p. 302-310, out./dez. 2019. Disponível em: <http://revista.lusiana.br/index.php/ruep>. Acesso em: 28 out. 2024.

NASCIMENTO, Alexsandro Medeiros do; TAISSUN, Amin Seba; MARTINS, Vanessa Bezerra Cornélio. Bem-estar subjetivo, bem-estar social e qualidade de vida relacionada à saúde: o caso da fisioterapia. **Revista Científica da FASETE**. 2019. Disponível em: <https://www.publicacoes.unirios.edu.br/index.php/revistarios/article/view/268/268>. Acesso em: 28/10/2024.

NASCIMENTO, Paulo Roberto Carvalho do; COSTA, Leonardo Oliveira Pena. Prevalência da dor lombar no Brasil: uma revisão sistemática. **Cadernos de saúde pública**, v. 31, p. 1141-1156, 2015.

OLIVEIRA, Emerson *et al.* Avaliação dos fatores relacionados à ocorrência da incontinência urinária feminina. **Revista da Associação Médica Brasileira**, São Paulo, v. 56, n. 6, p. 688-690, 2010.

OLIVEIRA, Laís de; MARQUES, Laísie Raianne de Lima; LIBERALINO, Eurico Solian Torres. O uso da bola suíça como recurso terapêutico no treinamento e reabilitação funcional: uma revisão de literatura. **Faculdade ASCES**, Caruaru, PE, Brasil. 2016.

PEREIRA JUNIOR, Altair Argentino; SCHONS, Daliana Gonçalves. Os efeitos da mobilização neural em pacientes com lombociatalgia. **Revista Fisioterapia & Saúde Funcional**, Fortaleza. v. 4, n. 2, p. 14-20, 2015.

PITANGA, Jackson Gomes; DO MONTE MÉLO, Thaynara; MACIEL, Nícia Farias Braga. Mobilização neural na hérnia de disco lombar: revisão sistemática. **Archives of Health Investigation**, v. 7, n. 7, 2018.

ROCHA, Jean Carlos Santos; MEJIA, Dayana Priscila M. Os efeitos da acupuntura no tratamento de pacientes com lombalgia. **Instituição do Ensino Superior/FAIPE**, 2015.

SILVA, Zielly Macau da. **Hérnia de disco lombar: implicações clínicas e benefícios do método Pilates como tratamento – Maranhão**. 2023. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Fisioterapia) – Centro Universitário Unidade de Ensino Superior Dom Bosco, São Luís, 2023.

SUDA, Eneida Yuri; UEMURA, Missae Dora; VELASCO, Eliane. Avaliação da satisfação dos pacientes atendidos em uma clínica-escola de Fisioterapia de Santo André, SP. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 16, n. 2, p. 126-131, 2009.

SUSSELA, Alex Oliboni *et al.* Hérnia de disco: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento. **Acta méd**, Porto Alegre, v. 38, n. 2, 2017.

VIEIRA, Kauara Vilarinho Santana; CASEMIRO, Khrislayne Gonçalves. Eficácia das abordagens fisioterapêuticas no tratamento conservador de hérnia de disco: revisão de literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 1-15, out. 2021.

WEINSTEIN, John N *et al.* Tai Chi egzersizinin etkileri ve klinik uygulamaları. **Turk Fiz Rehab Derg**, v. 60, p. 36-42, 2014.

APÊNDICES

APÊNDICE A - Termos de Consentimento Livre e Informado para Realização de Pesquisa

Termo de Consentimento Livre e Informado para Realização de Pesquisa

Título da pesquisa: Avaliação da eficácia da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco: Um estudo qualitativo sobre redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida

Instituição promotora: Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

Pesquisador responsável: Wesley dos Reis Mesquita

Endereço e telefone dos pesquisadores: Rua Montes Claros, 120 - Eldorado, Porteirinha - CEP: 39520000, MG – Brasil.

Telefone: (38) 9 9957-8675.

E-mail: wesleynesquita@favenorte.edu.br.

Atenção: Antes de aceitar participar desta pesquisa, é importante que você leia e compreenda a seguinte explicação sobre os procedimentos propostos. Este termo descreve o objetivo, metodologia/ procedimentos, benefícios, riscos, desconfortos e precauções do estudo. Também descreve os procedimentos alternativos que estão disponíveis e o seu direito de interromper o estudo a qualquer momento. Nenhuma garantia ou promessa pode ser feita sobre os resultados do estudo.

Objetivo: Investigar de forma abrangente a eficácia e os benefícios da fisioterapia na reabilitação de pacientes diagnosticados com hérnia de disco, com ênfase na redução da dor, melhoria da função física e aumento da qualidade de vida.

Metodologia/procedimentos: Os participantes serão convidados à responder entrevistas semiestruturadas, que irão abranger questões objetivas relacionadas à caracterização dos participantes, além de perguntas mais subjetivas sobre suas experiências com o tratamento fisioterapêutico. Em particular, serão explorados aspectos como o alívio da dor ao longo do tempo, recuperação da função física comprometida pela hérnia de disco, capacidade de realizar atividades diárias e exercícios específicos, bem como o impacto abrangente na qualidade de vida, incluindo aspectos físicos, emocionais e sociais. Buscaremos identificar as técnicas mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco com base nas percepções dos participantes, explorando suas experiências, desafios durante a reabilitação e níveis de satisfação com os resultados obtidos. Esses procedimentos serão conduzidos individualmente, em um ambiente acolhedor dentro das instalações da centro, garantindo assim sua privacidade e anonimato. A coleta de dados terá uma duração de aproximadamente 15 minutos.

Justificativa: Este projeto de pesquisa justifica-se pela necessidade urgente de uma compreensão mais fundamentada sobre o papel da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco, uma condição comum e debilitante que causa dor crônica e limitações físicas significativas. Apesar da ampla utilização da fisioterapia nesse contexto, existe uma lacuna substancial no conhecimento sobre sua eficácia específica e benefícios para os pacientes. Investigar os efeitos do tratamento fisioterapêutico na redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida desses pacientes pode informar práticas clínicas e otimizar os resultados terapêuticos. Além disso, este estudo é relevante para a melhoria dos serviços de saúde, especialmente no contexto do centro de fisioterapia de Porteirinha e em outras comunidades similares, ao adaptar e otimizar os programas de tratamento oferecidos, promovendo uma abordagem mais centrada no paciente e resultados mais satisfatórios. Assim, este estudo preencherá lacunas de conhecimento na área da fisioterapia para hérnia de disco, com

Wesley dos Reis Mesquita

Djalma Antunes Filho
Secretário M. de Saúde
Pref. Munic. de Porteirinha

potenciais impactos práticos significativos na melhoria dos cuidados de saúde e na qualidade de vida dos pacientes afetados por essa condição incapacitante.

Benefícios: Este estudo oferece uma oportunidade significativa de aprimorar os cuidados de saúde para pacientes com hérnia de disco, possibilitando a investigação da eficácia da fisioterapia neste contexto. Os profissionais de saúde poderão melhorar os protocolos de tratamento, garantindo cuidados mais personalizados e eficazes, otimizando recursos disponíveis no Centro Municipal de Fisioterapia de Porteirinha e outros serviços de saúde. Além disso, ao identificar as técnicas fisioterapêuticas mais eficazes, os pacientes podem experimentar redução da dor, recuperação mais rápida da função física comprometida e maior capacidade de retomar atividades diárias, o que pode transformar suas vidas, promovendo independência e participação na comunidade. Este estudo capacita os pacientes ao fornecer uma compreensão mais profunda das opções de tratamento e expectativas realistas em relação à fisioterapia, permitindo aos profissionais de saúde adaptar os programas de tratamento para atender às necessidades individuais e fornecer suporte emocional durante a reabilitação. Ademais, contribui para o avanço do conhecimento científico na área da fisioterapia para hérnia de disco, orientando práticas clínicas em escala global e influenciando positivamente o cuidado de pacientes com hérnia de disco em todo o mundo.

Desconfortos e riscos: As atividades propostas neste projeto apresentam riscos mínimos para os participantes, como desconforto decorrente das questões abordadas durante a entrevista, como constrangimento ou percepção de perda de tempo. No entanto, serão adotadas medidas para minimizar esses riscos, incluindo a realização das entrevistas em um espaço reservado para garantir privacidade e confidencialidade. Os participantes terão total autonomia para decidir quais perguntas responder e poderão interromper sua participação a qualquer momento, sem consequências negativas. A pesquisa está comprometida em respeitar a autonomia e o bem-estar dos participantes, seguindo os princípios éticos e legais aplicáveis. Todas as informações fornecidas serão tratadas com confidencialidade e utilizadas exclusivamente para fins de pesquisa, visando garantir que os participantes se sintam seguros, confortáveis e valorizados em sua liberdade de escolha e decisões individuais ao participarem do estudo.

Danos: Os possíveis danos associados a este estudo são mínimos e podem incluir desconforto emocional, como constrangimento ou percepção de perda de tempo durante as entrevistas, bem como o potencial de revelação não intencional de informações sensíveis. No entanto, serão implementadas medidas rigorosas para minimizar esses riscos. As entrevistas serão conduzidas em ambientes privados e confidenciais para garantir a proteção das informações compartilhadas pelos participantes, respeitando sua autonomia para decidir sobre a participação e o conteúdo das respostas. Os pesquisadores estarão disponíveis para oferecer suporte emocional e esclarecer quaisquer dúvidas ou preocupações dos participantes durante o processo. Todas as informações fornecidas serão tratadas com confidencialidade e utilizadas exclusivamente para fins de pesquisa, seguindo princípios éticos e legais. Medidas adicionais de segurança serão adotadas para armazenar e proteger os dados coletados. Essas precauções visam promover um ambiente seguro e ético, garantindo o bem-estar dos participantes e minimizando quaisquer riscos potenciais associados ao estudo.

Metodologia/procedimentos alternativos disponíveis: Não existem.

Willy dos Reis Pascuta.

Djalma Antunes Filho
Secretário M. de Saúde
Pref. Mun. de Porteirinha

Confidencialidade das informações: O acesso aos dados coletados na pesquisa será permitido apenas aos pesquisadores identificados e que fazem parte deste estudo, sendo, portanto, vetado o acesso aos dados a qualquer outra pessoa que não possua permissão formal para atuar neste estudo. O pesquisador responsável pela pesquisa conservará sob sua guarda os resultados com objetivo futuro de pesquisa. As informações obtidas serão usadas apenas para fins científicos, inclusive de publicação. No entanto, o entrevistado terá em qualquer situação sua identidade preservada, garantindo a confidencialidade das informações fornecidas.

Compensação/indenização: Não será cobrado valor monetário para a realização desta pesquisa, pois não haverá nenhum tipo de gasto para os alunos participantes, não havendo, assim, previsão de resarcimentos ou indenizações financeiras. No entanto, em qualquer momento, se o participante sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta investigação, este terá direito à indenização e as despesas serão cobertas sob a responsabilidade da coordenação da pesquisa e não da instituição a qual ela esteja vinculada.

Outras informações pertinentes: Você não será prejudicado de qualquer forma caso sua vontade seja de não colaborar. Se quiser mais informações sobre o nosso trabalho, por favor, ligue para: Profª Wesley dos Reis Mesquita - (38) 3831-2543/ (38)9.9803-3631/ (38) 9.9216-0337.

Consentimento: Li e entendi as informações precedentes. Tive oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram respondidas a contento. Este formulário está sendo assinado voluntariamente por mim, em 02 (duas) vias de igual teor e forma, indicando meu consentimento para participar nesta pesquisa, até que eu decida o contrário. Receberei uma via assinada deste consentimento.

Djalma Antunes Filho

Secretário Municipal de Saúde de Porteirinha -MG

07 / 06 / 2024

Data

Assinatura e carimbo do responsável pela instituição/empresa

Wesley dos Reis Mesquita

Pesquisador responsável

07 / 06 / 2024

Data

Assinatura

Wesley dos Reis Mesquita

APÊNDICE B - Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para participação em pesquisa (TCLE)

Título da pesquisa: Avaliação da eficácia da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco: Um estudo qualitativo sobre redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida

Instituição promotora: Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

Instituição onde será realizada a pesquisa: Centro Municipal de Fisioterapia de Porteirinha

Pesquisador responsável: Wesley dos Reis Mesquita

Endereço e telefone dos pesquisadores: Rua Montes Claros, 120 - Eldorado, Porteirinha - CEP: 39520000, MG – Brasil.

Telefone: (38) 9 9957-8675.

E-mail: wesleymesquita@favenorte.edu.br.

Endereço e telefone do Comitê de Ética em Pesquisa da Unimontes: Pró-Reitoria de Pesquisa - Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos - CEP da Unimontes, Av. Dr. Rui Braga, s/n - Prédio 05- 2º andar. Campus Universitário Prof. Darcy Ribeiro. Vila Mauricéia, Montes Claros, MG. CEP: 39401-089 - Montes Claros, MG, Brasil.

Atenção: Antes de aceitar participar desta pesquisa, é importante que você leia e compreenda a seguinte explicação sobre os procedimentos propostos. Este termo descreve o objetivo, metodologia/ procedimentos, benefícios, riscos, desconfortos e precauções do estudo. Também descreve os procedimentos alternativos que estão disponíveis e o seu direito de interromper o estudo a qualquer momento. Nenhuma garantia ou promessa pode ser feita sobre os resultados do estudo.

- 1. Objetivo:** Investigar de forma abrangente a eficácia e os benefícios da fisioterapia na reabilitação de pacientes diagnosticados com hérnia de disco, com ênfase na redução da dor, melhoria da função física e aumento da qualidade de vida.
- 2. Metodologia/procedimentos:** Vocês serão convidados à responder entrevistas semiestruturadas, que irão abranger questões objetivas relacionadas à caracterização dos participantes, além de perguntas mais subjetivas sobre suas experiências com o tratamento fisioterapêutico. Em particular, serão explorados aspectos como o alívio da dor ao longo do tempo, recuperação da função física comprometida pela hérnia de disco, capacidade de realizar atividades diárias e exercícios específicos, bem como o impacto abrangente na qualidade de vida, incluindo aspectos físicos, emocionais e sociais. Buscaremos identificar as técnicas mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco com base nas suas percepções, explorando suas experiências, desafios durante a reabilitação e níveis de satisfação com os resultados obtidos. Esses procedimentos serão conduzidos individualmente, em um ambiente acolhedor dentro das instalações da centro, garantindo assim sua privacidade e anonimato. A coleta de dados terá uma duração de aproximadamente 15 minutos.
- 3. Justificativa:** Este projeto de pesquisa justifica-se pela necessidade urgente de uma compreensão mais fundamentada sobre o papel da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco, uma condição comum e debilitante que causa dor crônica e limitações físicas significativas. Apesar da ampla utilização da fisioterapia nesse contexto, existe uma lacuna substancial no conhecimento sobre sua eficácia específica e benefícios para os

pacientes. Investigar os efeitos do tratamento fisioterapêutico na redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida desses pacientes pode informar práticas clínicas e otimizar os resultados terapêuticos. Além disso, este estudo é relevante para a melhoria dos serviços de saúde, especialmente no contexto do centro de fisioterapia de Porteirinha e em outras comunidades similares, ao adaptar e otimizar os programas de tratamento oferecidos, promovendo uma abordagem mais centrada no paciente e resultados mais satisfatórios. Assim, este estudo preencherá lacunas de conhecimento na área da fisioterapia para hérnia de disco, com potenciais impactos práticos significativos na melhoria dos cuidados de saúde e na qualidade de vida dos pacientes afetados por essa condição incapacitante.

- 4. Benefícios:** Este estudo oferece uma oportunidade significativa de aprimorar os cuidados de saúde para pacientes com hérnia de disco, possibilitando a investigação da eficácia da fisioterapia neste contexto. Os profissionais de saúde poderão melhorar os protocolos de tratamento, garantindo cuidados mais personalizados e eficazes, otimizando recursos disponíveis no Centro Municipal de Fisioterapia de Porteirinha e outros serviços de saúde. Além disso, ao identificar as técnicas fisioterapêuticas mais eficazes, os pacientes podem experimentar redução da dor, recuperação mais rápida da função física comprometida e maior capacidade de retomar atividades diárias, o que pode transformar suas vidas, promovendo independência e participação na comunidade. Este estudo capacita os pacientes ao fornecer uma compreensão mais profunda das opções de tratamento e expectativas realistas em relação à fisioterapia, permitindo aos profissionais de saúde adaptar os programas de tratamento para atender às necessidades individuais e fornecer suporte emocional durante a reabilitação. Ademais, contribui para o avanço do conhecimento científico na área da fisioterapia para hérnia de disco, orientando práticas clínicas em escala global e influenciando positivamente o cuidado de pacientes com hérnia de disco em todo o mundo.
- 5. Desconfortos e riscos:** As atividades propostas neste projeto apresentam riscos mínimos para vocês, como desconforto decorrente das questões abordadas durante a entrevista, constrangimento ou percepção de perda de tempo. No entanto, serão adotadas medidas para minimizar esses riscos, incluindo a realização das entrevistas em um espaço reservado para garantir privacidade e confidencialidade. Os participantes terão total autonomia para decidir quais perguntas responder e poderão interromper sua participação a qualquer momento, sem consequências negativas. A pesquisa está comprometida em respeitar sua autonomia e o bem-estar, seguindo os princípios éticos e legais aplicáveis. Todas as informações fornecidas serão tratadas com confidencialidade e utilizadas exclusivamente para fins de pesquisa, visando garantir que se sinta seguro, confortável e valorizado em sua liberdade de escolha e decisões individuais ao participarem do estudo.
- 6. Danos:** Os possíveis danos associados a este estudo são mínimos e podem incluir desconforto emocional, como constrangimento ou percepção de perda de tempo durante as entrevistas, bem como o potencial de revelação não intencional de informações sensíveis. No entanto, serão implementadas medidas rigorosas para minimizar esses riscos. As entrevistas serão conduzidas em ambientes privados e confidenciais para garantir a proteção das informações compartilhadas pelos participantes, respeitando sua autonomia para decidir sobre a participação e o conteúdo das respostas. Os pesquisadores estarão disponíveis para oferecer suporte emocional e esclarecer quaisquer dúvidas ou preocupações durante o processo. Todas as informações fornecidas serão tratadas com confidencialidade e utilizadas exclusivamente para fins de pesquisa, seguindo princípios éticos e legais. Medidas adicionais de segurança serão adotadas para armazenar e proteger os dados

coletados. Essas precauções visam promover um ambiente seguro e ético, garantindo o bem-estar dos participantes e minimizando quaisquer riscos potenciais associados ao estudo.

7. **Metodologia/procedimentos alternativos disponíveis:** Não existem.
8. **Confidencialidade das informações:** Em hipótese alguma o material coletado será divulgado sem sua autorização. Haverá publicações e apresentações relacionadas à pesquisa, e nenhuma informação que você não autorize será revelada sem sua autorização.
9. **Compensação/indenização:** Não será cobrado valor monetário para a realização desta pesquisa, pois não haverá nenhum tipo de gasto para os alunos participantes, não havendo, assim, previsão de resarcimentos ou indenizações financeiras. No entanto, em qualquer momento, se o participante sofrer algum dano comprovadamente decorrente desta investigação, este terá direito à indenização e as despesas serão cobertas sob a responsabilidade da coordenação da pesquisa e não da instituição a qual ela esteja vinculada. É importante esclarecer que a participação é voluntária e o participante não terá nenhum tipo de penalização ou prejuízo caso queira, a qualquer tempo, recusar participar, retirar seu consentimento ou descontinuar a participação se assim preferir.
10. **Outras informações pertinentes:** Em caso de dúvida, você pode entrar em contato com os pesquisadores responsáveis através dos telefones e endereços eletrônicos fornecidos neste termo.
11. **Consentimento:** Li e entendi as informações precedentes. Tive oportunidade de fazer perguntas e todas as minhas dúvidas foram respondidas a contento. Este formulário está sendo assinado voluntariamente por mim, em 02 (duas) vias de igual teor e forma, indicando meu consentimento para participar nesta pesquisa, até que eu decida o contrário. Receberei uma via assinada deste consentimento.

Nome completo do (a) participante

Assinatura

/ /
Data

Nome do pesquisador responsável pela pesquisa

Assinatura

/ /
Data

Wesley dos Reis Mesquita

Nome do pesquisador responsável pela pesquisa

Assinatura

17/06/2024
Data



APÊNDICE C – Roteiro de entrevista semiestruturada

1. Caracterização dos Participantes

Idade:

Gênero:

Profissão:

Tempo de diagnóstico da hérnia de disco:

Tempo de tratamento fisioterapêutico:

2. Experiência com o Tratamento Fisioterapêutico

Como você descreveria sua experiência com o tratamento fisioterapêutico para hérnia de disco?

Como foi sua jornada em relação ao alívio da dor desde o início do tratamento até o momento atual?

Você percebeu melhorias na sua capacidade de realizar atividades diárias desde que iniciou o tratamento? Se sim, quais mudanças você notou?

Você poderia compartilhar alguma situação específica em que a fisioterapia teve um impacto positivo na sua vida cotidiana?

Quais técnicas ou abordagens fisioterapêuticas você considera mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco, com base em sua experiência pessoal?

3. Impacto na Qualidade de Vida

Como você percebeu o impacto do tratamento fisioterapêutico na sua qualidade de vida, considerando aspectos físicos, emocionais e sociais?

Houve alguma mudança significativa na sua vida desde que iniciou o tratamento? Se sim, poderia descrever?

4. Desafios e Satisfação

Quais foram os maiores desafios que você enfrentou durante o processo de reabilitação?

Como você lida com esses desafios?

Em uma escala de 1 a 10, qual seria seu nível de satisfação com os resultados obtidos até agora? (1 sendo muito insatisfeito e 10 muito satisfeito). Justifique.

Há algo mais que você gostaria de compartilhar sobre sua experiência com o tratamento fisioterapêutico?

APÊNDICE D – Termo de autorização para gravação de voz

Eu _____, depois de entender os riscos e benefícios que a pesquisa intitulada “Avaliação da eficácia da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco: Um estudo qualitativo sobre redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida” poderá trazer e, entender especialmente os métodos que serão usados para a coleta de dados, assim como, estar ciente da necessidade da gravação de minha entrevista, **AUTORIZO**, por meio deste termo, os pesquisadores Anna Flávia Novais Batista, Melissa Marianne Oliveira Baleeiro e Wesley dos Reis Mesquita a realizar a gravação de minha entrevista sem custos financeiros a nenhuma parte.

Essa **AUTORIZAÇÃO** foi concedida mediante o compromisso dos pesquisadores em garantir-me os seguintes direitos:

1. Poderei ler a transcrição da minha gravação;
2. Os dados coletados serão usados exclusivamente para gerar informações para a pesquisa aqui relatada e outras publicações dela decorrentes, quais sejam: revistas científicas, jornais, congressos entre outros eventos dessa natureza;
3. Minha identificação não será revelada em nenhuma das vias de publicação das informações geradas;
4. Qualquer outra forma de utilização dessas informações somente poderá ser feita mediante minha autorização, em observância ao Art. 5º, XXVIII, alínea “a” da Constituição Federal de 1988.
5. Os dados coletados serão guardados por 5 anos, sob responsabilidade do pesquisador coordenador da pesquisa Wesley dos Reis Mesquita, e após esse período serão destruídos.
6. Serei livre para interromper minha participação na pesquisa a qualquer momento e/ou solicitar a posse da gravação e transcrição de minha entrevista.

Ademais, tais compromissos estão em conformidade com as diretrizes previstas na Resolução 466/12 e 510/16 do Conselho Nacional de Saúde do Ministério da Saúde/ Comissão Nacional de Ética em Pesquisa, que dispõe sobre Ética em Pesquisa que envolve Seres Humanos.

Porteirinha-MG, _____ de _____ de _____.

Assinatura do participante da pesquisa

Assinatura e carimbo do pesquisador responsável

APÊNDICE E - Declaração de Inexistência de Plágio

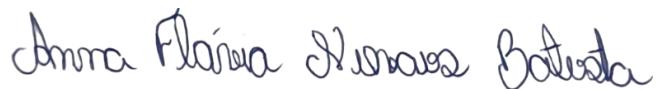
Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

Curso de Graduação em Fisioterapia

Eu, Anna Flávia Novais Batista e Eu, Melissa Marianne Oliveira Baleiro declaramos para fins documentais que nosso Trabalho de Conclusão de Curso intitulado: Avaliação da eficácia da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco: um estudo qualitativo sobre redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida, apresentado ao Curso de Graduação em Fisioterapia, da Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT é original e não contém plágio; não havendo, portanto, cópias de partes, capítulos ou artigos de nenhum outro trabalho já defendido e publicado no Brasil ou no exterior. Caso ocorra plágio, estamos cientes de que sermos reprovados no Trabalho de Conclusão de Curso.

Por ser verdade, firmamos a presente declaração.

Porteirinha-MG, 21 de Novembro de 2024



Assinatura legível do acadêmico

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6801448790886368>



Assinatura legível do acadêmico

Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7545956832787435>

APÊNDICE F - Declaração de Revisão Ortográfica

Faculdade Favenorte de Porteirinha - FAVEPORT

Curso de Graduação em Fisioterapia

Declaro para os devidos fins que se fizerem necessários que realizei a revisão do Trabalho de Conclusão de Curso intitulado: Avaliação da eficácia da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco: um estudo qualitativo sobre redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida, consistindo em correção gramatical, adequação do vocabulário e inteligibilidade do texto, realizado pelas acadêmicas: Anna Flávia Novais Batista e Melissa Marianne Oliveira Baleeiro da Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT.

Por ser verdade, firmo a presente declaração.

Porteirinha-MG, 21 de Novembro de 2024

Professor revisor:

Graduado em:

Especialista em:

APÊNDICE G - Termo de Cessão de Direitos Autorais e Autorização para Publicação

Os autores abaixo assinados transferem parcialmente os direitos autorais do manuscrito “Avaliação da eficácia da fisioterapia na reabilitação de pacientes com hérnia de disco: um estudo qualitativo sobre redução da dor, melhoria da função física e qualidade de vida”, ao Núcleo de Extensão e Pesquisa (NEP) da Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT, mantida pela Sociedade Educacional MatoVerde Ltda.

Declara que o presente artigo é original e não foi submetido ou publicado, em parte ou em sua totalidade, em qualquer periódico nacional ou internacional.

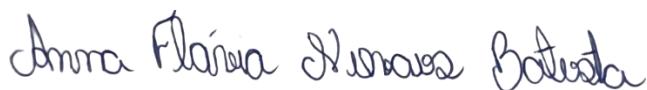
Declara ainda que este trabalho poderá ficar disponível para consulta pública na Biblioteca da Faculdade conforme previsto no Regimento do Trabalho de Conclusão de Curso.

Está ciente de que para haver submissão para publicação, devem obter previamente autorização do NEP desta Instituição de Ensino Superior, certos de que a Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT não divulgará em nenhum meio, partes ou totalidade deste trabalho sem a devida identificação de seu autor.

A não observância deste compromisso submeterá o infrator a sanções e penas previstas na Lei de Proteção de Direitos Autorais (Lei nº. 9.609/1998).

Por ser verdade, firmam a presente declaração.

Porteirinha/MG, 21 de Novembro de 2024.



Nome do acadêmico/autor: Anna Flávia Novais Batista

CPF: 134244666-62

RG: MG-18.678.232

Endereço: Rua Caetés 15, Esplanada.

Contato telefônico: (38) 992090892

E-mail: annaflavia556@gmail.com

Melissa Marianne D. Baleeiro

Nome do acadêmico/autor: Melissa Marianne Oliveira Baleeiro

CPF: 153.877.056.30

RG: 19.349.788

Endereço: rua gentil martins ribeiro 230

Contato telefônico: (38) 99942-2303

E-mail: baleeiromelissa@gmail.com

Anuênciā da Orientadora

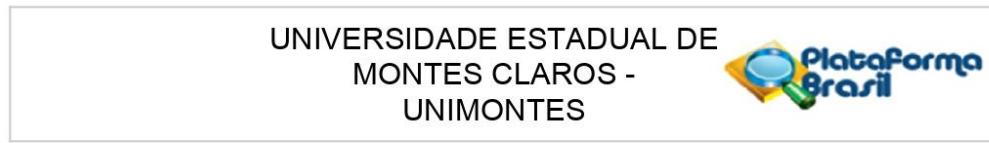
Fernanda Muniz Vieira

Prof^a. Ma. Fernanda Muniz Vieira

Faculdade Favenorte de Porteirinha – FAVEPORT

ANEXOS

ANEXO A - Parecer consubstanciado do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP)



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA FISIOTERAPIA NA REABILITAÇÃO DE PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO: UM ESTUDO QUALITATIVO SOBRE REDUÇÃO DA DOR, MELHORIA DA FUNÇÃO FÍSICA E QUALIDADE DE VIDA

Pesquisador: WESLEY DOS REIS MESQUITA

Área Temática:

Versão: 1

CAAE: 80674224.2.0000.5146

Instituição Proponente: SOCIEDADE EDUCACIONAL VERDE NORTE LTDA

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.027.689

Apresentação do Projeto:

As informações elencadas nos campos deste parecer "Apresentação do projeto", "Objetivos da pesquisa" e "Avaliação de riscos e benefícios" foram retiradas de dados e documentos inseridos pelos pesquisadores na Plataforma Brasil.

Trata-se de um estudo qualitativo de caráter transversal e descritivo, que será conduzido com pacientes diagnosticados com hérnia de disco e que estão atualmente em tratamento no centro de fisioterapia de Porteirinha, em Minas Gerais. O objetivo do estudo é investigar de forma abrangente a eficácia e os benefícios da fisioterapia na reabilitação de pacientes diagnosticados com hérnia de disco, com ênfase na redução da dor, melhoria da função física e aumento da qualidade de vida. Para a coleta de dados, os pesquisadores conduzirão entrevistas semiestruturadas. As entrevistas irão abranger questões objetivas relacionadas à caracterização dos participantes, além de perguntas mais subjetivas sobre as experiências com o tratamento fisioterapêutico, como alívio da dor ao longo do tempo, recuperação da função física comprometida pela hérnia de disco, capacidade de realizar atividades diárias e exercícios específicos, bem como o impacto abrangente na qualidade de vida, incluindo aspectos físicos, emocionais e sociais. Buscaremos identificar as técnicas mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco com base nas percepções dos participantes, explorando suas experiências,

Endereço: Av.Dr Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro

Bairro: Vila Mauricéia

CEP: 39.401-089

UF: MG

Município: MONTES CLAROS

Telefone: (38)3229-8182

Fax: (38)3229-8103

E-mail: comite.ethica@unimontes.br

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
MONTES CLAROS -
UNIMONTES



Continuação do Parecer: 7.027.689

desafios durante a reabilitação e níveis de satisfação com os resultados obtidos. Para a análise dos dados, as falas serão ponderadas por meio de análise de conteúdo, operacionalmente composta por três etapas: pré-análise; exploração do material; e tratamento dos resultados obtidos e interpretação.

Objetivo da Pesquisa:

Segundo os pesquisadores:

Objetivo Primário: "Investigar de forma abrangente a eficácia e os benefícios da fisioterapia na reabilitação de pacientes diagnosticados com hérnia de disco, com ênfase na redução da dor, melhoria da função física e aumento da qualidade de vida."

Objetivos secundários:

- Avaliar a resposta individual dos pacientes com hérnia de disco ao tratamento fisioterapêutico, concentrando-se principalmente no alívio da dor e na sua percepção da melhoria ao longo do tempo.
- Analisar os efeitos da fisioterapia na restauração da função física comprometida devido à hérnia de disco, avaliando a capacidade dos pacientes de realizar atividades cotidianas e exercícios específicos.
- Investigar o impacto abrangente da intervenção fisioterapêutica na qualidade de vida dos pacientes, considerando não apenas aspectos físicos, mas também emocionais e sociais.
- Identificar as técnicas e abordagens fisioterapêuticas mais eficazes para o tratamento da hérnia de disco, com base nas percepções e relatos dos pacientes participantes do estudo.
- Explorar as percepções individuais e as experiências dos pacientes em relação ao tratamento fisioterapêutico, incluindo os desafios enfrentados durante o processo de reabilitação e o nível de satisfação com os resultados obtidos.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Conforme os pesquisadores, o projeto envolve os seguintes riscos e benefícios:

Riscos: "As atividades propostas neste projeto podem apresentar riscos mínimos para os participantes, incluindo possíveis desconfortos decorrentes das questões abordadas durante a entrevista, como constrangimento ou percepção de perda de tempo. No entanto, é importante ressaltar que serão adotadas medidas para minimizar qualquer risco potencial. A entrevista será realizada em um espaço reservado, garantindo a privacidade e a confidencialidade das

Endereço: Av.Dr Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro

Bairro: Vila Mauricéia

CEP: 39.401-089

UF: MG

Município: MONTES CLAROS

Telefone: (38)3229-8182

Fax: (38)3229-8103

E-mail: comite.etica@unimontes.br

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
MONTES CLAROS -
UNIMONTES



Continuação do Parecer: 7.027.689

informações compartilhadas pelo participante. Além disso, o participante terá total autonomia para decidir quais perguntas deseja responder e poderá fazê-lo no tempo que considerar adequado. É importante destacar que os participantes têm o direito de interromper sua participação na pesquisa a qualquer momento, sem qualquer prejuízo ou consequência negativa. Eles podem optar por não finalizar o questionário

ou informar sua decisão aos pesquisadores, sendo respeitada sua liberdade de escolha. A pesquisa está comprometida em respeitar a autonomia e o bem-estar dos participantes, seguindo os princípios éticos e legais aplicáveis. Todas as informações fornecidas serão tratadas com confidencialidade e utilizadas exclusivamente para fins de pesquisa. O objetivo principal é garantir que os participantes se sintam seguros e confortáveis durante sua participação na pesquisa, respeitando suas decisões individuais."

Benefícios: "Este estudo oferece uma oportunidade significativa de melhorar os cuidados de saúde para pacientes com hérnia de disco. Ao investigar a eficácia da fisioterapia nesse contexto, os profissionais de saúde poderão aprimorar os protocolos de tratamento, garantindo que os pacientes recebam cuidados mais personalizados e eficazes. Além disso, essa pesquisa pode contribuir para a otimização dos recursos disponíveis no Centro Municipal de Fisioterapia de Porteirinha e em outros serviços de saúde, direcionando-os para as abordagens mais benéficas e economicamente viáveis. A melhoria da qualidade de vida dos pacientes é outro benefício significativo desse estudo. Ao identificar as técnicas fisioterapêuticas mais eficazes, os pacientes podem experimentar uma redução na dor, uma recuperação mais rápida da função física prometida e uma maior capacidade de retomar as atividades diárias. Esses resultados têm o potencial de transformar a vida dos pacientes, permitindo-lhes uma maior independência e participação nas suas comunidades. Além disso, este estudo empoderá os pacientes ao fornecer-lhes uma compreensão mais profunda das opções de tratamento disponíveis e das expectativas realistas em relação à fisioterapia. Ao explorar as percepções e experiências dos pacientes, os profissionais de saúde podem adaptar os programas de tratamento para atender às necessidades individuais e fornecer suporte emocional durante o processo de reabilitação. Essa abordagem centrada no paciente promove uma relação de confiança entre pacientes e profissionais de saúde, facilitando o processo de recuperação. Além de beneficiar diretamente os pacientes e os profissionais de saúde, este estudo contribui para o avanço do conhecimento científico na área da fisioterapia para hérnia de disco. As evidências geradas fornecerão uma base sólida para futuras pesquisas e ajudarão a orientar as

Endereço: Av. Dr Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro
Bairro: Vila Mauricéia **CEP:** 39.401-089
UF: MG **Município:** MONTES CLAROS
Telefone: (38)3229-8182 **Fax:** (38)3229-8103 **E-mail:** comite.ethica@unimontes.br

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
MONTES CLAROS -
UNIMONTES



Continuação do Parecer: 7.027.689

práticas clínicas em todo o mundo. Em última análise, os benefícios desse estudo se estendem além das fronteiras de Porteirinha, influenciando positivamente o cuidado de pacientes com hérnia de disco em uma escala global."

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

O estudo é relevante considerando que a ocorrência de hérnia de disco é alta na população, e a avaliação do uso da fisioterapia profissionais de saúde poderão aprimorar os protocolos de tratamento, garantindo que os pacientes recebam cuidados mais personalizados e eficazes. Além disso, essa pesquisa pode contribuir para a otimização dos recursos disponíveis no Centro Municipal de Fisioterapia de Porteirinha e em outros serviços de saúde, direcionando-os para as abordagens mais benéficas e economicamente viáveis.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os documentos de caráter obrigatório foram apresentados e estão adequados.

Recomendações:

- 1 - Apresentar relatório final da pesquisa, até 30 dias após o término da mesma, por meio da Plataforma Brasil, em "enviar notificação".
- 2 - Informar ao CEP da Unimontes de todos os efeitos adversos ou fatos relevantes.
- 3 - Comunicar o CEP da Unimontes caso a pesquisa seja suspensa ou encerrada antes do previsto, estando os motivos expressos no relatório final a ser apresentado.
- 4 - Providenciar o TCLE e o TALE (se for o caso) em duas vias: uma ficará com o pesquisador e a outra com o participante da pesquisa.
- 5 - Atentar que, em conformidade com a Carta Circular nº. 003/2011/CONEP/CNS e Resolução 466/12, faz-se obrigatória a rubrica em todas as páginas do TCLE/TALE pelo participante de pesquisa ou responsável legal e pelo pesquisador.

6 - Inserir o endereço do CEP no TCLE:

Pró-Reitoria de Pesquisa - Comitê de Ética em Pesquisa Envolvendo Seres Humanos à CEP/Unimontes, Av. Dr. Rui Braga, s/n - Prédio 05 - 2º andar. Campus Universitário Prof. Darcy Ribeiro. Vila Mauricéia, Montes Claros à MG - Brasil. CEP: 39401-089.

- 7 - Arquivar o TCLE assinado pelo participante da pesquisa por cinco anos, conforme orientação da CONEP na Resolução 466/12: "manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda e responsabilidade, por um período de 5 anos após o término da pesquisa".

Endereço: Av. Dr. Rui Braga s/n - Prédio 05, 2º andar, sala 205. Campus Universitário Prof. Darcy Ribeiro

Bairro: Vila Mauricéia

CEP: 39.401-089

UF: MG

Município: MONTES CLAROS

Telefone: (38)3229-8182

Fax: (38)3229-8103

E-mail: comite.ethica@unimontes.br

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
MONTES CLAROS -
UNIMONTES



Continuação do Parecer: 7.027.689

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há pendências ou inadequações no projeto.

Considerações Finais a critério do CEP:

O projeto respeita os preceitos éticos da pesquisa envolvendo seres humanos, sendo assim somos favoráveis à aprovação do mesmo.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJECTO_2361195.pdf	10/06/2024 21:42:17		Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	PROJETO_DETLHDO.docx	10/06/2024 21:42:03	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
Brochura Pesquisa	brochura.pdf	10/06/2024 21:41:50	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
Folha de Rosto	folhaDeRosto.pdf	10/06/2024 21:41:39	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	TCI.pdf	10/06/2024 21:35:57	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE.pdf	10/06/2024 21:35:49	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
Outros	Termovoz.pdf	10/06/2024 21:35:43	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
Outros	Declaracaorecursos.pdf	10/06/2024 21:35:31	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
Orçamento	Orcamento.pdf	10/06/2024 21:35:22	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito
Cronograma	Cronograma.pdf	10/06/2024 21:35:14	WESLEY DOS REIS MESQUITA	Aceito

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Endereço: Av.Dr Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro

Bairro: Vila Maurício

CEP: 39.401-089

UF: MG

Município: MONTES CLAROS

Telefone: (38)3229-8182

Fax: (38)3229-8103

E-mail: comite.ethica@unimontes.br

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE
MONTES CLAROS -
UNIMONTES



Continuação do Parecer: 7.027.689

MONTES CLAROS, 23 de Agosto de 2024

Assinado por:
Carlos Alberto Quintão Rodrigues
(Coordenador(a))

Endereço: Av.Dr Rui Braga s/n- Prédio 05, 2º andar, sala 205 . Campus Univers Prof Darcy Ribeiro
Bairro: Vila Maurício **CEP:** 39.401-089
UF: MG **Município:** MONTES CLAROS
Telefone: (38)3229-8182 **Fax:** (38)3229-8103 **E-mail:** comite.ethica@unimontes.br