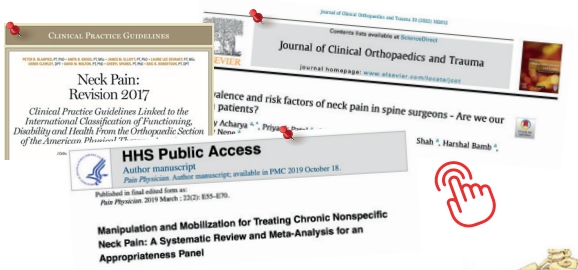
RACIOCÍNIO CLÍNICO AVANÇADO NA FISIOTERAPIA

Cervicalgia, como gerar resultados rápidos e duradouros

Fisioterapia não é protocolo!

Aula 1

Pare de mascarar a dor do seu paciente!



ARTIGOS

Clique em cada artigo apresentado na aula e tenha acesso completo a eles

Interdependência regional

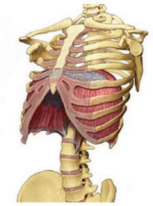
=

Para realizar um movimento são necessárias várias articulações.

Você sabia?

- Fibromialgia atinge cerca de 2,5% da população mundial.
- OMS – 80% da população já teve ou terá dor na coluna.

223 milhões de pessoas sofrem de cervicalgia. 19ª patologia no mundo que mais gera incapacidade em pessoas entre 25 e 49 anos.



Você sabia?

- Relação com diafragma
  Artigos mostram que através de exercícios respiratórios é possível trabalhar a neuromodulação descendente da dor através do nervo vago, melhorando a função do parassimpático.

Cervicalgia

Fácil de tratar e pode melhorar sozinha.

Técnicas passivas são utilizadas para analgesia nessa fase e devem ser associadas a exercícios para maior eficácia.

AGUDA

CRÔNICA

Cervicalgia aguda que não teve tratamento correto ou foi negligenciada pelo paciente se torna crônica após 3 meses.

Pacientes crônicos geralmente tem cinesiofobia, que é medo do movimento piorar a dor.

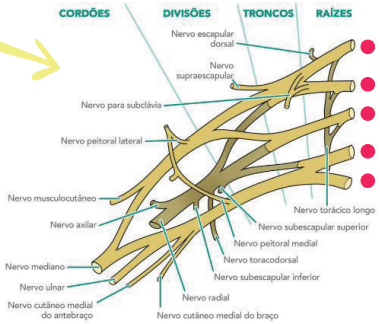
Técnica 1: Mobilização articular

- **Posicione-se ao lado do paciente;**
- **Mobilize a vértebra cervical em restrição;**
- **Jogue seu centro de gravidade para a mão que está em contato com a vértebra;**
- **Mobilize de forma póstero anterior.**

Técnica 2: Inibição dos Suboccipitais

- **Paciente em decúbito dorsal, coloque as mãos entre o occipital e C1, empurrando os músculos suboccipitais e peça para o paciente relaxar a cabeça.**

Plexo braquial



- C5
- C6
- C7
- C8
- T1

essas são as raízes neurais que fazem parte do plexo braquial

Pratique!