RACIOCÍNIO CLÍNICO AVANÇADO NA FISIOTERAPIA

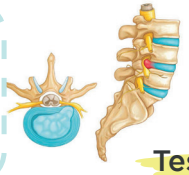
Hérnia de disco na prática: da avaliação ao tratamento

Seja um fisioterapeuta de referência!

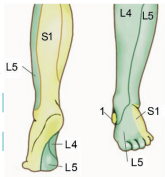
Aula 3

Fisioterapia não é protocolo!

L4, L5 e S1
=
Níveis mais comumente acometidos pela hérnia de disco



Teste sensitivo → dor, dormência, formigamento ?



Teste motor

- dorsiflexão – avalia L4
- extensão do hálux - avalia L5
- plantiflexão - avalia S1

ARTIGOS DA AULA

Clique nos artigos apresentados na aula e tenha acesso completo a eles.

Você sabia?

- Segundo INSS, doença que mais gerou afastamento temporário do trabalho em 2023 foi a hérnia de disco.
- Apenas 5% dos casos de hérnia de disco são cirúrgicos!

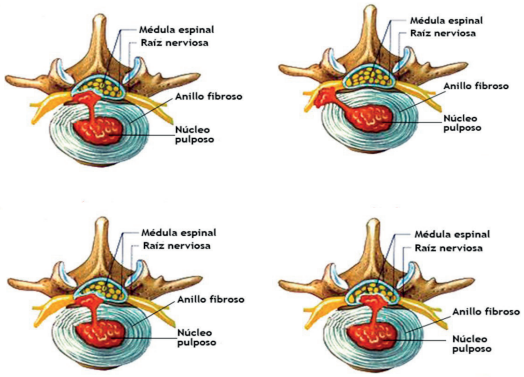
Teste de Lasègue:

POSITIVO → De 0 a 40 graus.

NEGATIVO → Esqueça a hérnia, **use seu RCA** para tratar o paciente

Avaliação

Tipo de hérnia de disco



Técnicas:

Exercício de controle motor:

- Com o paciente em quatro apoios peça para que ele estique simultaneamente um braço e uma perna de lados opostos, com o objetivo de gerar desequilíbrio.

Mobilidade lombar:

- Movimento de extensão na amplitude máxima do paciente para ganhar mobilidade na coluna lombar.
- Atenção: se ao realizar esse movimento o paciente sentir dor irradiando para a perna, pare no mesmo instante.

Paravertebrais:

- Com uma mão o fisioterapeuta "segura" a pele do paciente e com a outra realiza traços profundos na musculatura paravertebral para obter um relaxamento profundo e alívio imediato da dor.

RCA360