



A EFICÁCIA DA TERAPIA MANUAL NO TRATAMENTO DE LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS

MÁRCIO SOARES DA SILVA SOBRAL

Introdução: As lesões musculoesqueléticas são comuns e podem afetar significativamente a qualidade de vida dos indivíduos ao limitar suas atividades diárias. A terapia manual, que inclui técnicas como manipulação, mobilização e massagem, é frequentemente utilizada para tratar essas condições. Vários profissionais de saúde, incluindo fisioterapeutas e quiropraxistas, aplicam essas técnicas para aliviar dores, melhorar a mobilidade e acelerar o processo de recuperação. **Objetivo:** O objetivo deste estudo é avaliar a eficácia da terapia manual no tratamento de lesões musculoesqueléticas, analisando seu impacto na dor, na funcionalidade e na recuperação global dos pacientes comparado a outros métodos de tratamento convencionais. **Metodologia:** A seleção incluiu estudos que compararam a terapia manual com outros tratamentos, como exercícios, medicação e intervenções cirúrgicas. Foram analisados dados de grupos de controle e intervenção, incluindo a amplitude de movimento, níveis de dor relatados pelos pacientes e tempos de recuperação. **Resultados:** Os estudos analisados indicaram que a terapia manual é eficaz na redução da dor e aumento da mobilidade em um curto prazo para diversas lesões musculoesqueléticas, como lombalgia e síndrome do túnel do carpo. Pacientes tratados com terapia manual frequentemente relataram alívio imediato da dor e melhora da função motora. Contudo, os efeitos a longo prazo foram semelhantes aos de outros tratamentos convencionais. A combinação de terapia manual com exercícios e educação postural mostrou-se ainda mais eficaz na recuperação completa e manutenção dos benefícios a longo prazo. **Conclusão:** A terapia manual se mostrou uma intervenção eficaz para o tratamento rápido de lesões musculoesqueléticas, especialmente quando combinada com outras abordagens terapêuticas. Embora os benefícios em longo prazo sejam similares a outros tratamentos, o uso da terapia manual pode acelerar o alívio dos sintomas e promover uma recuperação mais confortável, destacando-se como uma opção valiosa na abordagem integrada dos cuidados de saúde musculoesqueléticos. Investir na formação e atualização dos profissionais em técnicas de terapia manual pode potencializar seus benefícios e ampliar as opções de tratamento disponíveis para os pacientes.

Palavras-chave: **LESÕES; TERAPIA MANUAL; TRATAMENTO; TÉCNICAS; TERAPÊUTICA**