

Hérnias discais e tratamento quiroprático

A coluna vertebral, parte principal do esqueleto axial, exerce papel fundamental na postura e na locomoção, além de proteger a medula espinhal e os nervos espinhais e suportar o peso do corpo. É formada tipicamente por 33 vértebras dispostas em cinco regiões: cervical, torácica, lombar, sacral e coccígea. Entre essas vértebras (exceto a primeira e segunda vértebras cervicais) existem os discos intervertebrais.

Os discos intervertebrais são responsáveis pela absorção das forças de compressão aplicadas a coluna e também pela dinâmica do movimento espinhal. São formados pelo núcleo pulposo e pelo anel fibroso: este é formado por fibras concêntricas que delimitam a circunferência do disco intervertebral; aquele ocupa a parte central e consiste em um composto de polimucossacarídeos contendo 88% de água.

Em algumas condições o anel fibroso pode romper-se, herniando o núcleo pulposo e projetando-o para o canal medular ou forâmes de conjugação. Movimentos bruscos de hiperflexão e torção da coluna, esforço físico exagerado, movimentos repetitivos, fatores posturais, genéticos e degenerativos são as principais causas para a ocorrência de herniação discal.

Dor, limitação nas amplitudes de movimento, parestesia (formigamento), irradiação da dor para braços e pernas (dependendo da localização da hérnia), perda de sensibilidade e alterações no arco reflexo, podem ser alguns dos sintomas de hérnia de disco quando há compressão de raiz nervosa. Em casos mais severos pode causar fraqueza muscular progressiva (paresia), disfunção neurológica, intestinal e do trato urinário, além de dor intolerável. Nesses casos o tratamento cirúrgico é indicado.

Porém, muitos pacientes procuram o tratamento conservador antes de recorrerem à cirurgia. Entre os tratamentos disponíveis atualmente está a quiropraxia. No tratamento de hérnias discais o quiropraxista tem como objetivo a recuperação da mobilidade articular e a melhora na dinâmica dos fluidos. Restaura com isso as amplitudes de movimento articular, a postura, a locomoção e a drenagem venosa na coluna vertebral. Isto determinará aumento da altura discal e redução da pressão intradisco, o que permite a acomodação do núcleo pulposo herniado, favorecendo a cicatrização parcial

das fibras do anel fibroso, resultando na melhora dos sintomas dolorosos e estabilização do quadro. O tratamento é feito através de ajustes vertebrais manuais, tração manual ou mecânica assistida, mobilizações pélvicas, manobras miofasciais, termoterapia, alongamentos e exercícios de reabilitação.

A hérnia de disco é mais comum em adultos, na faixa dos 30 aos 40 anos, e quase sempre ocorre de modo súbito. Os segmentos mais afetados são os de maior grau de mobilidade: cervical e lombar; na região torácica, quando ocorre, geralmente está relacionada a trauma.

Oitenta por cento dos pacientes que procuram tratamento quiroprático são pacientes com o diagnóstico de hérnia discal. O tratamento conservador para a hérnia discal apresenta bons resultados, diminuindo em 80-90% a sintomatologia, aumentando a capacidade funcional e retardando o progresso da doença.

Marcos Fernandez Hexsel ABQ 208

Quiropraxista graduado pelo Centro Universitário Feevale/ Palmer
College of Chiropractic