

## **EFEITO DA TÉCNICA DE MANIPULAÇÃO OSTEPÁTICA DE CERVICAL NA CEFALEIA TENSIONAL**

### **EFFECT OF CERVICAL OSTEOPATHIC MANIPULATION TECHNIQUE ON TENSION HEADACHE**

### **EFFECTO DE LA TÉCNICA DE MANIPULACIÓN OSTEPÁTICA CERVICAL SOBRE LA CEFALEA TENSIONAL**

**Yhandra Karla Piaç**

Pós-Graduada em Fisioterapia em Terapia Intensiva em Neonatologia e Pediatria, Faculdade Inspirar, Curitiba, Paraná, Brasil.  
E-mail: yhandrak@gmail.com

**Liliane S. Pereira**

Pós-Graduada em Osteopatia, Universidade Positivo, Curitiba, Paraná, Brasil.  
E-mail: lspschuhli@gmail.com

**Christina P. Cruz Cepeda**

Doutora em Pós-Graduação em Educação Física, Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba, Paraná, Brasil.  
E-mail: christina.cepeda@up.edu.br

### **RESUMO**

A osteopatia criada por Andrew Taylor Still é um sistema de cuidados com a saúde baseado na teoria de que o corpo é capaz de se auto curar. Uma das principais características do método é a visão integral do indivíduo e não apenas a doença ou o sintoma. A cefaleia, popularmente conhecida como dor de cabeça, trata-se de qualquer dor referida no segmento cefálico e é o mal que mais acomete a população mundial, sendo a terceira queixa mais frequente na prática médica no Brasil. O objetivo do estudo foi realizar uma revisão de literatura sobre os efeitos da manipulação cervical na intensidade da dor e na qualidade de vida em indivíduos com cefaleia tensional. Este estudo se caracterizou como revisão narrativa da literatura. Foram utilizados para a busca do material referencial sobre “manipulação de cervical alta na enxaqueca”. Com base nos estudos analisados, notou-se que a terapia manual, em geral, é efetiva no alívio total e parcial da cefaleia tensional, em pacientes com ou sem degenerações cervicais.

**Palavras-chave:** Osteopatia. Manipulação da Coluna Vertebral. Cefaleia do Tipo Tensional. Terapia Manual. Dor.

### **ABSTRACT**

Osteopathy, created by Andrew Taylor Still, is a health care system based on the theory that the body is capable of self-healing. One of the main characteristics of the method is the integral view of the individual and not just the disease or symptom. Headache, popularly known as headache, is any pain referred to in the

cephalic segment and is the illness that most affects the world population, being the third most frequent complaint in medical practice in Brazil. The objective of the study was to carry out a literature review on the effects of cervical manipulation on pain intensity and quality of life in individuals with tension headaches. This study was characterized as a narrative review of literature. They were used to search for reference material on “high cervical manipulation in migraine”. Based on the studies analyzed, it was noted that manual therapy, in general, is effective in total and partial relief of tension headaches, in patients with or without cervical degeneration.

**Keywords:** Osteopathy. Spinal Manipulation. Tension-Type Headache. Manual Therapy. Pain.

### RESUMEN

La osteopatía, creada por Andrew Taylor Still, es un sistema de atención médica basado en la teoría de que el cuerpo es capaz de auto curarse. Una de las principales características del método es la visión integral del individuo y no sólo de la enfermedad o síntoma. La cefalea, conocida popularmente como dolor de cabeza, es cualquier dolor referido en el segmento cefálico y es la enfermedad que más afecta a la población mundial, siendo la tercera queja más frecuente en la práctica médica en Brasil. El objetivo del estudio fue realizar una revisión de la literatura sobre los efectos de la manipulación cervical sobre la intensidad del dolor y la calidad de vida en individuos con cefaleas tensionales. Este estudio se caracterizó por ser una revisión narrativa de la literatura. Se utilizaron para buscar material de referencia sobre “manipulación cervical alta en la migraña”. Con base en los estudios analizados, se constató que la terapia manual, en general, es eficaz en el alivio total y parcial de las cefaleas tensionales, en pacientes con o sin degeneración cervical.

**Palabras clave:** Osteopatía. Manipulación Espinal. Dolor de Cabeza de Tipo Tensional. Terapia Manual. Dolor.

### 1 INTRODUÇÃO

A osteopatia foi criada por Andrew Taylor Still. Trata-se de um sistema de cuidados com a saúde baseado na teoria que o corpo é capaz de se auto curar, no entanto, depende de alguns fatores como a integridade do corpo em sua estrutura e nutrição adequada. Utiliza técnicas manuais específicas para o diagnóstico e intervenção terapêutica. Uma das principais características do método é a visão integral do indivíduo e não apenas a doença ou o sintoma, como por exemplo, a dor. Essas técnicas visam tratar disfunções, regular o corpo e atuar na prevenção da saúde de forma conservadora (Chaitow, 1982).

O homem é parte integrante do cosmos, que é um todo indivisível. O universo tem suas próprias leis imutáveis, seus ciclos, seus ritmos. Não acreditar nesses princípios seria uma grande pretensão e um desafio ao criador. Lutar contra eles é lutar contra a vida (Richard; Sallé, 1996).

A modernização e o progresso distanciaram o homem da natureza. O homem se isolou do universo e então perdeu sua participação inconsciente nesses fenômenos. Still não cessou, em suas relações e obras, de reconciliar o homem com a natureza. Sua meta é harmonizar esses elementos com o cosmos. A medicina alopática dividiu, fracionou, cortou o homem em pedaços (Richard; Sallé, 1996), assim, são várias as especialidades médicas como otorrinolaringologia, gastroenterologia, entre outras. Até mesmo a ortopedia se encontra dividida, ou cada profissional é especialista em um membro ou articulação. Dessa forma, a visão do todo ou do indivíduo desapareceu.

Quantos terapeutas tentam buscar uma relação entre um órgão e a projeção cutânea. Por exemplo, um “cotovelo de tenista” pode ser causado por um problema de cotovelo, mas também por um problema das vértebras cervicais. Isso mostra a interação de todos os constituintes do corpo. O osteopata tem por meta harmonizar ritmos e leis naturais e desencadear reflexos à distância para que o corpo inteiro reaja a todos os estímulos (Richard; Sallé, 1996).

A definição de lesão osteopática ou disfunção somática correspondente a uma ausência tridimensional da mobilidade de um elemento conjuntivo. Essa disfunção somática se caracteriza por uma restrição de mobilidade, quase sempre dolorosa, em um ou vários parâmetros fisiológicos dos movimentos (Richard; Sallé, 1996).

A cefaleia, popularmente conhecida como dor de cabeça, trata-se de qualquer dor referida no segmento cefálico e é o mal que mais acomete a população mundial, sendo a terceira queixa mais frequente na prática médica no Brasil. Atingem mais de 90% da população durante algum período de suas vidas. Menos da metade das pessoas que sofrem com a dor procuram tratamento médico em pronto-socorro sendo que, a maioria apresenta episódios frequentes de cefaleia, e outros, episódios incapacitantes (Araújo; Almeida, 2009; Medeiros *et al.*, 2012).

São vários os tipos de desconforto: dores referidas na superfície da cabeça do tipo latejante e/ou em pressão, em aperto e/ou em pontadas, em facada e/ou pulsátil de intensidade leve a moderada, geradas partir de estruturas profundas, resultantes de estímulos dolorosos que surgem dentro do crânio, mas que resultam de dor originada de fora dele, ocasionadas por uma excitação direta ou reflexa de algum nervo sensitivo da cabeça (Araújo; Almeida, 2009).

Ainda existe a cefaléia do tipo cervicogênica que é caracterizada por episódios de dor em peso, aperto, queimação, latejante ou paroxismos de pontada na região occipital e irradiada na região temporal, frontal, ocular, pré ou retro-auricular. Pode ser acompanhada ou não de fenômenos neurovegetativos craniofaciais como lacrimejamento, eritema ocular, edema palpebral, rinorréia e tontura (Araújo; Almeida, 2009).

Queixas como náusea, vômito, irritabilidade, fonofobia e fotofobia podem existir em quem apresenta cefaleia cervicogênica, assim como nas enxaquecas. Para o diagnóstico diferencial, é necessário avaliar as características específicas como: zonas de gatilho, caracterizadas por dor a dígito-pressão na região da emergência dos nervos occipitais maior e menor, onde no migranoso, a dígito-pressão, algumas vezes, pode também ser dolorosa, mas as características da dor diferem das que ocorrem durante a crise. Na cefaleia cervicogênica, a compressão induz a dor, precipitando uma crise que pode persistir por dias ou cessar logo após a descompressão (Rachid; Pinheiro, 2009).

Portanto, o objetivo do estudo foi realizar uma revisão de literatura sobre os efeitos da manipulação cervical na intensidade da dor e na qualidade de vida em indivíduos com cefaleia tensional.

## 2 METODOLOGIA

Este estudo adotou metodologia de revisão narrativa da literatura. Para sua realização foram seguidas as etapas: (1) definição do objetivo da revisão; (2) busca dos estudos e seleção daqueles possíveis de inclusão; e (3) avaliação crítica, coleta dos dados e a análise deles. Os autores utilizaram para a busca do material referencial sobre “manipulação de cervical alta na enxaqueca”. Identificaram-se às publicações que atenderam os critérios de inclusão sendo

eles: título que continha os termos cefaleia, fisioterapia manual, cervical; artigos na língua portuguesa; publicação feita depois do ano 2000. Os textos selecionados foram analisados para confirmar a contemplação dos critérios, mesmo esses sendo de análise subjetiva dos autores, os artigos que foram considerados relevantes foram selecionados para análise dos dados.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Rachid e Pinheiro (2009) fizeram um relato de caso de uma paciente do sexo feminino, 49 anos, enfermeira. Queixava-se de intensa cervicalgia e cefaléia fronto-orbitária à esquerda, porém de baixa intensidade, com predomínio no período da manhã, há aproximadamente dois anos. Além destes sintomas apresentou, ao exame físico, fotofobia e fenômenos neurovegetativos craniofaciais, como edema palpebral à esquerda e tontura.

O protocolo de tratamento fisioterapêutico constou de Técnicas Osteopáticas destinadas às partes moles e de manobra manipulativa da coluna cervical alta. Foi realizado goniometria dos movimentos funcionais globais da região cervical e raio-x pré e pós-tratamento. Após o décimo atendimento a mesma não apresentava mais os sinais neurodegenerativos (edema palpebral e tonturas) e fotofobia. Relatou que dormia melhor em relação à qualidade e ao tempo de sono, e que a cefaleia fronto-orbitária havia diminuído, tanto na intensidade, quanto na frequência das crises. Ao término do tratamento houve melhora na goniometria dos movimentos funcionais da região cervical e se observou no raio-x que a lordose fisiológica cervical foi restabelecida e que os processos espinhosos, ao longo da coluna cervical, encontravam-se alinhados, o que caracterizava o retorno das segunda e terceira vértebras cervicais a suas topografias funcionais.

No estudo de Morelli e Rebelatto (2007) foram avaliados seis pacientes que apresentavam diagnóstico clínico de cefaleia do tipo tensional e metade deles ainda apresentavam alguma alteração na coluna cervical, como osteófitos, diminuição do espaço intervertebral, esclerose óssea subcondral e vértebra em cunha, identificados por um médico radiologista e um fisioterapeuta por meio de radiografia convencional. O tratamento foi dividido em dez sessões sendo

realizadas três vezes na semana e consistiram em técnicas manuais como a tração cervical, alongamento dos músculos do pescoço, mobilização de vértebras cervicais e massagem clássica na região do crânio. A intensidade da dor foi mensurada por meio da escala visual analógica da dor (EVA).

Os resultados obtidos mostraram redução na intensidade de dor em todos os pacientes, evidenciando eficácia no alívio da cefaleia tensional por meio da terapia manual. Resultados similares foram descritos por Almeida *et al.* (2014) que aplicaram técnicas de terapia manual em um número maior de pacientes com cefaleia.

Miranda e Mohalem (2007) aplicaram a técnica de Thrust como tratamento em 14 indivíduos com cefaléia cervicogênica, desses, nove obtiveram redução do nível algico logo após a primeira sessão avaliada pela EVA, ao final do período de intervenção, a maioria referiu redução total da dor, bem como a redução da frequência das crises.

#### 4 CONCLUSÃO

Com base nos estudos analisados, nota-se que a terapia manual em geral é efetiva no alívio total e parcial da cefaleia tensional, em pacientes com ou sem degenerações cervicais. Porém a literatura é pobre em estudos específicos de manipulação osteopática de coluna cervical em indivíduos que apresentam cefaleia tensional.

Portanto, recomenda-se a realização de novos estudos clínicos, preferencialmente ensaios controlados e randomizados, com amostras maiores e maior rigor no controle das variáveis. Essas pesquisas são necessárias para consolidar as evidências e fortalecer a aplicação da osteopatia como recurso terapêutico seguro e efetivo no manejo da cefaleia tensional.

#### REFERÊNCIAS

ALMEIDA, R. S. *et al.* Efeitos da terapia manual na cefaleia do tipo cervicogênica: uma proposta terapêutica. **Acta Fisiátrica**, 21(2): 53-57, 2014. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/103831>. Acesso em: 10 Jun. 2018.

ARAÚJO, A. P. S.; ALMEIDA, C. A. Terapia manual versus acupuntura no tratamento da cefaleia: revisão de literatura. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 2, n. 1, p. 107-113, jan/abr 2009. Disponível em: <http://periodicos.unicesumar.edu.br/index.php/saudpesq/article/view/735/0>. Acesso em: 07 jun. 2018.

CHAITOW, L. **Osteopatia**: Manipulação e estrutura do corpo. 2. ed. São Paulo: Summus Editorial, 1982..

MEDEIROS, A. A. *et al.* A eficácia da fisioterapia manual na cefaleia tensional: uma revisão sistemática. **Terapia Manual**, 10(47):100-104, 2012. Disponível em: <https://submission-mtprehabjournal.com/revista/article/viewFile/73/39>. Acesso em: 08 jun. 2018.

MIRANDA, C. B.; MOHALEM, M. Liberação da cervical alta na cefaleia cervicogênica. **Revista Terapia Manual**, v.5 (22): 346-349, 2007. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=Ink&exprSearch=481029&indexSearch=ID>. Acesso em: 15 jun. 2018.

MORELLI, J. G. S.; REBELATTO, J. R. A eficácia da terapia manual em indivíduos cefaleicos portadores e não-portadores de degeneração cervical: análise de seis casos. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 11, n. 4, p. 325-329, jul/ago. 2007. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235016480013>. Acesso em: 10 jun. 2018.

RACHID, R. M.; PINHEIRO, L.T.M. A terapia osteopática manipulativa na cefaleia cervicogênica. **Revista Brasileira em Promoção de Saúde**, 22 (2):128-134, 2009. Disponível em: <http://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/357/2262>. Acesso em: 07 jun. 2018.

RICHARD, F.; SALLÉ, J. **Tratado de Osteopatia**: uma medicina holística. São Paulo: Robe Editorial, 1996.