



## O TOQUE TERAPÊUTICO COMO INTERVENÇÃO NA REDUÇÃO DA DOR MIOFASCIAL: UMA ABORDAGEM CIENTÍFICA E CLÍNICA

**Luis Vitor Martins da Silva**

Monitor Voluntário – Fisioterapia  
[luis.silva05@aluno.unifametro.edu.br](mailto:luis.silva05@aluno.unifametro.edu.br)

**Anne Isabelle Silva Melo**

Monitora Voluntária – Fisioterapia  
[anne.melo@aluno.unifametro.edu.br](mailto:anne.melo@aluno.unifametro.edu.br)

**Dária Rairana Rodrigues Nascimento**

Monitora Voluntária – Fisioterapia  
[ana.silva25@aluno.unifametro.edu.br](mailto:ana.silva25@aluno.unifametro.edu.br)

**Letícia Esthefanny Borba Lima**

Monitora Voluntária – Fisioterapia  
[leticia.lima03@aluno.unifametro.edu.br](mailto:leticia.lima03@aluno.unifametro.edu.br)

**João Cauê Rodrigues Sousa Santos**

Monitor Voluntário – Fisioterapia  
[joao.santos07@aluno.unifametro.edu.br](mailto:joao.santos07@aluno.unifametro.edu.br)

**Josenilda Malveira Cavalcanti**

Docente – Fisioterapia  
[josenilda.cavalcanti@professor.unifametro.edu.br](mailto:josenilda.cavalcanti@professor.unifametro.edu.br)

**Área Temática:** Ensino, Pesquisa e Extensão em Educação

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Modalidade:** Monitoria

### RESUMO

**Introdução:** Segundo a Associação Internacional para o Estudo da Dor – IASP, a dor é uma experiência sensorial e emocional desagradável associada com dano tecidual real ou potencial, ou descrita em termos de tal dano. A Síndrome da Dor Miofascial (SDM) é uma das razões mais frequentes de dor musculo esquelética, onde pontos gatilhos miofasciais se desenvolvem devido à disfunção muscular. Nesse contexto, saber tocar de forma terapêutica é essencial para contribuir com a redução da dor miofascial. **Objetivo:** Avaliar o toque terapêutico como intervenção na redução da dor miofascial por meio de uma abordagem científica e clínica. **Metodologia:** Este estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura que abrange um levantamento bibliográfico dos últimos 12 anos. Para tal, foram selecionados artigos das bases de dados PubMed e Scielo, nos idiomas português e inglês. Foi utilizado como





critério de inclusão trabalhos que apresentassem intervenção terapêutica e excluídos estudos de revisão bibliográfica, monografias e teses de dissertações. Os descritores utilizados foram "Terapia Manual", "Dor" e "Dor Miofascial". Esta seleção foi feita com base na experiência dos cinco monitores voluntários sob a supervisão da docente responsável. **Resultados parciais e Discussão:** Diante da análise dos artigos selecionados, foi possível evidenciar que a terapia manual tem eficácia no alívio da dor, possui efeitos mio-relaxantes, analgésicos, aumento da amplitude de movimento, função muscular e mobilidade articular. Tais resultados corroboram para confirmar como o toque terapêutico possui evidências na melhora da dor e na qualidade de vida das pessoas. **Considerações finais:** Por meio dos resultados apresentados, é possível concluir que o toque terapêutico se mostrou eficaz na intervenção fisioterapêutica no alívio da dor em disfunções miofasciais e disfunções relacionadas. Isso foi relevante na contribuição de um maior aprendizado dos monitores autores deste trabalho.

**Palavras-chave:** Terapia Manual. Dor Miofascial. Dor.

#### Referências:

BATISTA, J. S.; BORGES, A. M.; WIBELINGER, L. M. Tratamento fisioterapêutico na síndrome da dor miofascial e fibromialgia. **Revista Dor**, v. 13, n. 2, p. 170–174, jun. 2012.

Gębska, M., Dalewski, B., Pałka, Ł. et al. Evaluation of the efficacy of manual soft tissue therapy and therapeutic exercises in patients with pain and limited mobility TMJ: a randomized control trial (RCT). **Head Face Med** V.19, n.42, 2023. <https://doi.org/10.1186/s13005-023-00385-y>.

Khan, Z.K., Ahmed, S.I., Baig, A.A.M. et al. Effect of post-isometric relaxation versus myofascial release therapy on pain, functional disability, rom and qol in the management of non-specific neck pain: a randomized controlled trial. **BMC Musculoskelet Disord** V.23, n. 567, 2022. <https://doi.org/10.1186/s12891-022-05516-1>.

KUMAR, P. R.; SOOMRO, R. R. Comparing the effects of positional versus myofascial release of gluteus medius to manage patellofemoral pain syndrome: single blinded randomized clinical trial. **Journal of the Pakistan Medical Association**, [S. l.], v. 74, n. 2, p. 216–223, 2024. DOI: 10.47391/JPMA.8654.

RAJA, S. N. et al. The revised International Association for the Study of Pain definition of pain: concepts, challenges, and compromises. **Pain**, v. 161, n. 9, 5 ago. 2020.

SIĞLAN, Ü.; ÇOLAK, S. Effects of diaphragmatic and iliopsoas myofascial release in patients with chronic low back pain: A randomized controlled study. **Journal of Bodywork and Movement Therapies**, [s. l.], V. 33, p.120-127, 2022.

