

DE BEM COM SUA HÉRNIA DE DISCO!

Técnica não-cirúrgica revoluciona ao incorporar tecnologia ao tratamento das patologias da coluna vertebral.

Cerca de 36% da população brasileira sofre com problemas na coluna, e apenas 68% buscam tratamento, segundo dados da Fiocruz. O diagnóstico mais frequente é a hérnia de disco, cujo surgimento é muito comum a partir da quarta década de vida. Estudos apontam que, depois dos 45 anos de vida, inicia-se um processo degenerativo no último disco da região lombar, que pode levar a sintomas como a dor, que pode ser localizada na coluna ou irradiada para a perna ou para o braço, associada à dormência, formigamento e até perda de força.

Outro dado importante referenciado por pesquisas médicas indica que apenas de 5% a 10% dos casos de hérnia de disco são resolvidos com cirurgia. Os demais obtêm resultados positivos por meio de tratamento conservador com medicamentos e fisioterapia.

Dentre as técnicas fisioterapêuticas disponibilizadas, destaca-se a Reconstrução Músculo-Articular da Coluna Vertebral (R.M.A da Coluna Vertebral), um método que associa fisioterapia manual à tecnologia de mesas de tração e descompressão e



exercícios de estabilização vertebral. “O diferencial desta técnica está no uso da tecnologia para promover a descompressão das estruturas intervertebrais da coluna, bem como o fortalecimento específico dos músculos que dão sustentação a ela”, informa o fisioterapeuta Helder Montenegro, diretor do Instituto de Tratamento da Coluna Vertebral (ITC Vertebral), que desenvolve o método em todo o Brasil. “Minhas dores na coluna eram terríveis e se estendiam pela perna, mas após esse tratamento consegui obter uma melhora significativa na minha qualidade de vida”, diz a professora Joana Costa, de 52 anos, que se beneficiou com o tratamento.

O que é a hérnia de disco?

A hérnia de disco é a extrusão da massa do disco intervertebral que se projeta para o canal medular através de uma ruptura da parede do anel fibroso.

Quais são os sintomas?

Os mais comuns são formigamento, com ou sem dor na coluna, geralmente com irradiação para os membros. Também podem ocorrer diminuição da sensibilidade e fraqueza muscular.

Quais são as causas?

Fatores genéticos têm um papel muito importante, mas o sedentarismo também pode levar à hérnia de disco. Além disso, são causas o trabalho físico pesado, má postura e posições repetitivas.



Quais as vantagens do tratamento com a R.M.A da Coluna Vertebral?

O método promove alívio das dores e outros sintomas, como formigamento, por meio da fisioterapia manual, da mesa de tração computadorizada e da mesa de descompressão dinâmica. Esse conjunto leva a um aumento dos espaços entre as vértebras e a diminuição da compressão de nervos. Após isso, o paciente entra na fase de fortalecimento da musculatura profunda da coluna, utilizando a Estabilização Vertebral. Em seguida ele é encaminhado a realizar exercícios de Pilates ou Musculação, o que garante a manutenção dos resultados obtidos. Ao final do tratamento, o paciente recebe orientações de como realizar suas atividades laborais e pessoais com posturas adequadas, minimizando os riscos de entrar em crise novamente, através de uma coordenação realizada pelos fisioterapeutas do ITC Vertebral.

www.herniadedisco.com.br

CAMPO BELO (11) 5093.6242 - GRANJA VIANA (11) 4702.0512 - IPIRANGA (11) 2062.8400 - JARDIM PAULISTA (11) 3078.1738 - PERDIZES (11) 3895.9362