Análise Bibliográfica de Ensaios Clínicos e Revisões Sistemáticas Que Utilizaram o Método McKenzie.

A pesquisa está associada a:

[ ] PROBIC [ ] GEP [ ] TCC [x] OUTROS

Coordenador/orientador da pesquisa: [2]Patrícia M. De M. Carvalho.

Alunos / colaboradores / apresentadores do trabalho: [1]Ana A. R. S. Oliveira, [1]Dantiele M. De Assis, [1]Gabriela M. S. Ferreira, [1]Yasmin C. M. Calisto,

[1]Acadêmicas do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos - UNIPAC
[2]Fisioterapeuta, coordenadora e professoras do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos – UNIPAC

Resumo:
Introdução: A dor lombar é uma das principais causas de incapacidade global[1,2]. O Método *McKenzie*, desenvolvido pelo fisioterapeuta Robin McKenzie, é uma abordagem terapêutica que se concentra na avaliação de movimentos e posturas para tratar a dor lombar[3,4]. Tem sido amplamente estudado em ensaios clínicos e revisões sistemáticas, mas uma análise bibliográfica abrangente é necessária para consolidar as evidências sobre sua eficácia. **Objetivos:** Revisar a literatura sobre o Método McKenzie em ensaios clínicos e revisões sistemáticas. **Métodos:** As buscas foram realizadas nas bases de dados como *PubMed, Cochrane Library, Embase, Scopus* e *Web of Science* nos últimos 04 anos, com a utilização das seguintes palavras-chave e suas combinações: *McKenzie Method, Mechanical Diagnosis and Therapy, Low Back Pain, Randomized Controlled Trial, Systematic Review, Physical Therapy* e Spinal Pain. A estratégia combinou os descritores com operadores booleanos AND, OR para garantir a abrangência e relevância dos resultados. **Resultados:** Uma revisão sistemática da Cochrane[1] investigou a eficácia do Método McKenzie para dor lombar não específica subaguda, fornecendo insights sobre sua abordagem terapêutica. Em outro estudo[2], o Método McKenzie associado a exercícios de estabilização lombar mostrou-se mais eficaz no tratamento da dor lombar crônica. A investigação da associação entre o Método McKenzie e os resultados psicossociais na dor lombar [3] fornece insights abrangentes sobre seus efeitos. Na comparação da mobilização espinhal com movimento dos membros inferiores versus exercícios de extensão lombar do Método *McKenzie* em radiculopatia lombar[4], ambos foram eficazes na melhora da dor. Uma revisão sistemática, pioneira para a região cervical com meta-análise[5], avaliou a eficácia do Método *McKenzie* no tratamento da dor cervical, demonstrando redução estatisticamente significativa da dor em comparação com outras intervenções. Para a eficácia da terapia manipulativa com o Método *McKenzie* para dor, atividade funcional e incapacidade em hérnia de disco lombar[6], os resultados sugerem que o *McKenzie* pode ser uma boa alternativa terapêutica. **Conclusão:** Os estudos sugerem que o Método *McKenzie* é promissor para tratar dor lombar, cervical e radiculopatias. Mais pesquisas são necessárias para confirmar sua

eficácia e compará-la com outras abordagens para outras condições e classificação do tempo, tipo de dor e segmento.

Palavras-chave: Lombalgia, Exercícios de Extensão McKenzie, Meta-Análise, Estudos Randomizados Controlados,

Agradecimentos: *Agradecemos a organização da V Mostra Científica do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos – UNIPAC pela oportunidade de discutir sobre evidências científicas no meio acadêmico.*

Referências:

01. Almeida, M. O., Garcia, A. N., Costa, L. C. M., van Tulder, M. W., Lin, C. W. C., & Machado, L. A. (2023). The McKenzie method for (sub) acute non-specific low back pain. ***Cochrane Database of Systematic Reviews*****,** (4). Acesso 04/06/2024.

02. Aqil, F., Iqbal, M. A., Karim, S., Iqbal, M. U., Akram, M. J., Mehreen, Z., & Mufti, R. (2021). Comparison of Mckenzie approach versus Lumbar Stabilization Exercises in the treatment of chronic low back pain. Rehman **Journal of Health Sciences,** 3(1), 24-31. Acesso em 04/06/2024.

03. Kuhnow, A., Kuhnow, J., Ham, D., & Rosedale, R. (2021). The McKenzie Method and its association with psychosocial outcomes in low back pain: a systematic review. ***Physiotherapy theory and practice***, *37*(12), 1283-1297. Acesso em 04/06/2024.

04. Ashraf, B. U. S. H. R. A., Ahmad, S. H. A. K. E. E. L., Ashraf, K. A. S. H. I. F., Kanwal, S. U. M. A. I. R. A., Ashraf, S. H. A. Z. I. A., Khan, N. O. U. M. A. N., ... & Shafique, S. A. D. A. F. (2021). Effectiveness of spinal mobilization with leg movement versus McKenzie back extension exercises in lumbar radiculopathy. ***Pakistan Journal of Medical and Health Sciences***, *15*(5), 1436-1440. Acesso em: 04/06/2024.

05. Baumann, A. N., Orellana, K., Landis, L., Crawford, M., Oleson, C. J., Rogers, H., ... & Curtis, D. (2023). The McKenzie method Is an effective rehabilitation paradigm for treating adults with moderate-to-severe neck pain: a systematic review with meta-analysis. ***Cureus***, *15*(5). Acesso em: 04/06/2024.

06. Hossain, M. A., Jahid, I. K., Hossain, M. F., Uddin, Z., Kabir, M. F., Hossain, K. M., ... & Walton, L. (2021). Efficacy of McKenzie Manipulative Therapy on

Pain, Functional Activity and Disability for Lumbar Disc Herniation. ***The Open Sports Sciences Journal***, *14*(1). Acesso em: 04/06/2024.

Tipo de Estudo, Autores, Ano Publicação e Título	Resultados	Conclusão
Revisão Sistemática.. Almeida, M. O. *et al.,* 2023. O Método McKenzie para dor lombar (sub)aguda inespecífica.	Há evidências de baixa qualidade de que o método McKenzie pode resultar em redução da dor em curto prazo e pode não reduzir a incapacidade a curto e nem a médio prazo. Os mesmos resultados se aplicam quando se comparados a outras técnicas.	O método McKenzie não é um tratamento eficaz para DSLBP (sub)aguda. Podendo diminuir a dor a curto prazo, mas a sua eficácia a longo prazo é indefinida.
Ensaio Clínico Randomizado. 2021. . Aqil, F. *et al.,* 2021. Comparação da abordagem Mckenzie versus exercícios de estabilização lombar no tratamento da dor lombar crônica.	Ambos os grupos de tratamento apresentaram melhora na diminuição da dor e melhora do estado funcional. Entretanto, o grupo de estabilização lombar apresentou melhor desempenho em comparação com o método Mckenzie.	Eficácia da Estabilização lombar foi superior a do Método McKenzie nos resultados selecionados.
Revisão Sistemática. Kuhnow, A. *et al., 2021* O Método McKenzie e sua associação com desfechos psicossociais na dor lombar: uma revisão sistemática.	Uma análise qualitativa foi conduzida, e os resultados dos estudos foram resumidos em cinco conclusões principais: crenças de medo e evitação, sintomas de depressão, autoeficácia em relação à dor, sofrimento psicológico e retorno ao trabalho.	As evidências mostram que a PQT tem uma associação com a melhoria das crenças de evitação do medo, da autoeficácia da dor, da depressão e do sofrimento psicológico. Não obstante é necessário mais ensaios clínicos acerca deste tema.
Ensaio Clínico Controlado. Ashraf, B.U.S.H. R.A *et al.,* 2021 Eficácia da mobilização espinhal com movimento das pernas versus exercícios de extensão das costas McKenzie na radiculopatia lombar.	Os resultados do estudo mostraram diminuição significativa na intensidade da dor na NPRS e na pontuação MODI com uma notável melhora nas funções e amplitude de movimento mensuradas pela goniometria. Houve melhora na pontuação MODI e na amplitude de movimento a qual foi mais significativa no grupo experimental (A) em relação ao grupo controle (B).	Ambas as técnicas SMWLW e Exercícios de Extensão McKenzie foram eficazes na melhora da dor, diminuindo a gravidade e a pontuação MODI. Entretanto o SMWLM mostra-se mais eficaz na melhoria da amplitude de movimento.
Revisão Sistemática e Meta Análise. Baumann, A. N *et al.,* 2023.	Não houve melhora significativa na pontuação do índice de incapacidade cervical entre o McKenzie versus intervenções de	A técnica proporciona melhorias muito pequenas, mas estatisticamente

O método McKenzie é um paradigma de reabilitação eficaz para o tratamento de adultos com dor cervical moderada a grave: uma revisão sistemática com meta-análise.	controle. Para intensidade da dor, houve melhora clínica e estatisticamente significativa na dor moderada ou intensa .	significativas, na dor cervical de qualquer gravidade, em comparação com intervenções de controle.
Ensaio Clínico Controlado. Hossain, M. A *et al.,* 2021. Eficácia da terapia manipulativa McKenzie na dor, atividade funcional e incapacidade para hérnia de disco lombar.	Com a abordagem McKenzie, houve melhora significativa da Dor, Incapacidade e no incômodo nas atividades em ambos os grupos.Sendo esta abordagem significativamente superior ao grupo controle	McKenzie mostrou resultados significativamente superiores, tal abordagem foi considerada eficaz para dor, incapacidade e participação em atividades.