

# Protocolos de Tratamento Fisioterapêutico na Síndrome da Dor Miofascial

Fernanda Cristina Da Gama Soares<sup>1</sup>

Ana Carolina Brandão Silveira<sup>2</sup>

Beatriz Berenchtein Bento de Oliveira<sup>2</sup>

Danilo Sérgio Vinhoti<sup>2</sup>

Nathália Cristine Dias de Macedo Yamauchi<sup>2</sup>

Mariana Beraldi Rigonato<sup>2</sup>

Túlio Roberto Ribeiro Mazuco<sup>2</sup>

Umilson dos Santos Bien<sup>2</sup>

## RESUMO

Este estudo aborda a Síndrome da Dor Miofascial (SDM), uma condição clínica complexa caracterizada por pontos gatilho, dor regional e disfunção musculoesquelética. O objetivo geral foi investigar a eficácia de tratamentos fisioterapêuticos no manejo dessa síndrome, com foco na compreensão do tratamento, análise da fisiopatologia e exame das abordagens terapêuticas. Para isso, foram estabelecidos objetivos específicos, incluindo a avaliação das evidências científicas sobre os efeitos do tratamento fisioterapêutico na redução da dor, impacto do protocolo de tratamento na melhoria da função muscular e amplitude de movimento, e análise da satisfação dos pacientes com o tratamento proposto. A metodologia adotada consistiu em uma revisão sistemática da literatura, seguida por uma análise crítica dos estudos selecionados. Os resultados destacaram a importância de uma abordagem multidisciplinar e integrada no diagnóstico e tratamento da SDM, com ênfase na fisioterapia, terapia cognitivo-comportamental e educação do paciente. Embora valioso, o estudo identificou a necessidade de mais análises quantitativas e pesquisas a longo prazo. Conclui-se que a abordagem holística e colaborativa é efetiva no manejo da SDM, incentivando futuras investigações para aprimorar as práticas clínicas e promover melhores resultados terapêuticos para os pacientes. Palavras-chave: Síndrome da Dor Miofascial, fisiopatologia, diagnóstico, tratamento, abordagem multidisciplinar.

## 1 INTRODUÇÃO

A Síndrome da Dor Miofascial (SDM) é uma condição clínica caracterizada por pontos gatilho, dor regional, e disfunção musculoesquelética. Sua prevalência e impacto socioeconômico são significativos, sendo um desafio para a prática clínica e para os pacientes que sofrem com essa condição.

---

<sup>1</sup> Acadêmico do curso de Fisioterapia da Faculdade Anhanguera de Sorocaba.

<sup>2</sup> Orientador(a). Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade Anhanguera de Sorocaba.

No âmbito da fisioterapia, o desenvolvimento de protocolos de tratamento eficazes é crucial para proporcionar alívio da dor, restaurar a função muscular e melhorar a qualidade de vida dos pacientes com SDM.

Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo geral investigar a eficácia de tratamentos fisioterapêuticos no manejo da Síndrome da Dor Miofascial. Para alcançar esse objetivo, foram desenvolvidos os seguintes objetivos específicos: avaliar as evidências científicas quanto aos efeitos do tratamento fisioterapêutico na redução da dor em pacientes com SDM; investigar o impacto do protocolo de tratamento na melhoria da função muscular e amplitude de movimento; e analisar os resultados de estudos científicos quanto a satisfação dos pacientes com o tratamento proposto.

A justificativa para este estudo reside na necessidade de ampliar o conhecimento sobre estratégias terapêuticas eficazes para a SDM, bem como na importância de fornecer evidências científicas que embasem a prática clínica fisioterapêutica nesta área. Espera-se que os resultados desta pesquisa possam contribuir para a otimização do tratamento da SDM, fornecendo subsídios para a elaboração de protocolos terapêuticos mais eficazes e individualizados, visando assim melhorar a qualidade de vida e bem-estar dos pacientes afetados por essa condição clínica.

Diante do exposto surge a pergunta norteadora desta pesquisa: Quais são os efeitos das terapias complementares no alívio da dor em pacientes com fibromialgia? Para isso, o objetivo geral do estudo foi investigar o impacto das terapias complementares no manejo da dor em pacientes diagnosticados com fibromialgia. Já os objetivos específicos foram analisar a eficácia de diferentes modalidades de terapias complementares, identificar possíveis efeitos colaterais dessas terapias e avaliar a satisfação dos pacientes com os resultados obtidos.

Em síntese, o presente estudo visa preencher uma lacuna na literatura científica, fornecendo evidências sobre a eficácia de um protocolo de tratamento fisioterapêutico na abordagem da Síndrome da Dor Miofascial, contribuindo para aprimorar as práticas clínicas e promover melhores resultados terapêuticos para os pacientes.

## **2 DESENVOLVIMENTO**

### **2.1 Metodologia**

A metodologia adotada neste estudo consistiu em uma revisão sistemática da literatura, seguindo diretrizes estabelecidas para a condução de revisões de alta qualidade. A busca por artigos foi realizada em bases de dados eletrônicas, incluindo PubMed, Physiotherapy Evidence Database (PEDro), e Google Acadêmico, utilizando os descritores adequados, como "síndrome da dor miofascial", "tratamento fisioterapêutico" e "protocolo de tratamento", limitando a busca a artigos publicados nos últimos 10 anos. Foram considerados estudos de

qualquer desenho metodológico que investigassem a eficácia de protocolos de tratamento fisioterapêutico na síndrome da dor miofascial.

Após a busca inicial, os artigos foram selecionados com base em critérios de inclusão e exclusão pré-definidos. Os critérios de inclusão envolveram estudos que avaliaram intervenções fisioterapêuticas específicas para a síndrome da dor miofascial, incluindo técnicas como liberação miofascial, acupuntura, terapia manual, exercícios terapêuticos, entre outros. Foram excluídos estudos que não se enquadraram nos critérios de inclusão, como revisões narrativas, relatos de casos e estudos com amostras não humanas.

Após a seleção dos artigos, os dados relevantes foram extraídos e tabulados em um banco de dados estruturado. As informações coletadas incluíram características do estudo (como desenho, tamanho da amostra e método de intervenção), resultados principais (tais como redução da dor, melhora da função muscular, satisfação do paciente) e conclusões dos autores. A qualidade metodológica dos estudos incluídos foi avaliada utilizando uma ferramenta de avaliação de risco de viés específica para cada tipo de estudo.

Por fim, os resultados foram sintetizados e apresentados de forma descritiva, destacando as principais evidências encontradas em relação à eficácia dos protocolos de tratamento fisioterapêutico na síndrome da dor miofascial. Limitações dos estudos incluídos também foram discutidas, assim como possíveis direções para futuras pesquisas nesta área.

## **2.2 Resultados e Discussão**

A síndrome da dor miofascial é uma condição complexa e multifacetada que acomete uma grande parcela da população, caracterizada por pontos gatilho e dor referida. Ela representa uma das principais causas de dor musculoesquelética e, muitas vezes, é subestimada e diagnosticada erroneamente (TRAVELL; SIMONS, 2020).

Os pontos gatilho são áreas hiper irritáveis nos músculos esqueléticos e tecidos fasciais, frequentemente palpáveis como pequenos nódulos. Quando estimulados, esses pontos desencadeiam uma dor localizada, conhecida como dor referida, que pode irradiar para outras regiões do corpo. A dor referida muitas vezes imita padrões de dor bem conhecidos, tornando o diagnóstico desafiador (ROSSI; SEHNEM; REMPEL, 2013).

Exames específicos para avaliar a sensibilidade e a mobilidade muscular também podem ser realizados para determinar a extensão do comprometimento. Um diagnóstico preciso é essencial para direcionar o tratamento de forma eficaz e personalizada (SIMONS et al., 2019). O manejo da Síndrome Dolorosa Miofascial (SDM) requer uma abordagem multidisciplinar. Conforme afirmado por Silva et al. (2017), terapias manuais, como a liberação miofascial e a acupuntura, demonstraram eficácia na redução da dor e na melhora da função

muscular. Além disso, a fisioterapia, incluindo exercícios de alongamento e fortalecimento, combinada com terapia cognitivo-comportamental para o manejo do estresse, tem se mostrado promissora.

A educação do paciente sobre estratégias de manejo da dor, postura correta e autocuidado é também de grande importância. A colaboração entre fisioterapeutas, médicos, psicólogos e outros profissionais de saúde é essencial para proporcionar um tratamento holístico e eficaz (FERNANDES et al., 2020).

Em resumo, os resultados destacam a importância de uma abordagem holística e colaborativa no diagnóstico e tratamento da SDM, visando não apenas o alívio dos sintomas, mas também a melhoria da qualidade de vida e a prevenção de recorrências (SILVA et al., 2017).

O diagnóstico da SDM requer uma avaliação clínica minuciosa, incluindo uma análise detalhada da história clínica do paciente, a palpação dos pontos gatilho e, em alguns casos, exames complementares como eletromiografia e termografia. Testes de sensibilidade e mobilidade muscular também são realizados para compreender a extensão do acometimento.

O tratamento da SDM é abrangente e multidisciplinar, envolvendo terapias manuais, fisioterapia com exercícios de alongamento e fortalecimento, terapia cognitivo-comportamental, intervenções farmacológicas e autocuidado. É fundamental educar o paciente sobre estratégias de manejo da dor e promover o autocuidado para prevenir recorrências.

Diversas abordagens terapêuticas têm sido utilizadas no tratamento da SDM, incluindo liberação miofascial, acupuntura, agulhamento seco, laserterapia, terapia cognitivo-comportamental, educação do paciente, promoção do autocuidado e integração de tecnologias avançadas como biofeedback e realidade virtual. A colaboração entre diferentes profissionais de saúde é essencial para um tratamento completo e eficaz dessa condição dolorosa.

A Síndrome da Dor Miofascial (SDM) é uma condição complexa e multifatorial, como revelado pelos resultados da pesquisa. Eles destacam a interação de vários fatores, como traumas, posturas inadequadas, estresse emocional e atividade muscular excessiva, na fisiopatologia da SDM. Esses elementos desencadeiam mecanismos neurofisiológicos complexos, incluindo a liberação de neurotransmissores e a compressão dos vasos sanguíneos, resultando em dor localizada e referida (SILVA et al., 2017).

A abordagem multidisciplinar no diagnóstico e tratamento da SDM emerge como uma necessidade clara. O diagnóstico preciso requer uma avaliação clínica detalhada, incluindo a identificação dos pontos gatilho por meio da palpação e, em alguns casos, exames complementares. Isso destaca a importância da colaboração entre profissionais de saúde, como fisioterapeutas, médicos e psicólogos, para oferecer um tratamento abrangente e personalizado (SILVA; SOUZA; PEREIRA, 2017).

No tratamento da SDM, várias abordagens terapêuticas têm se mostrado eficazes. Terapias manuais, acupuntura, exercícios terapêuticos e terapia cognitivocomportamental são algumas das opções disponíveis. Além disso, a educação do paciente sobre estratégias de manejo da dor e a promoção do autocuidado são cruciais para prevenir recorrências e melhorar a qualidade de vida a longo prazo (SILVA; SOUZA; PEREIRA, 2017).

A integração de tecnologias avançadas, como dispositivos de biofeedback e realidade virtual, também apresenta resultados promissores na melhoria da funcionalidade e na redução dos sintomas dolorosos. Isso ressalta a importância da adaptação constante das práticas clínicas às inovações tecnológicas para otimizar os resultados do tratamento (SILVA et al., 2017).

Embora os resultados da pesquisa forneçam insights valiosos, é importante reconhecer algumas limitações. Por exemplo, a falta de consenso sobre a definição e critérios de diagnóstico da SDM pode afetar a consistência dos resultados entre estudos. Além disso, a heterogeneidade na gravidade dos sintomas e nas características dos pacientes pode influenciar a eficácia das intervenções terapêuticas (SILVA et al., 2017).

Em conclusão, os resultados da pesquisa sobre a Síndrome da Dor Miofascial (SDM) evidenciam não apenas a sua complexidade, mas também a necessidade premente de uma abordagem holística e colaborativa em seu diagnóstico e tratamento. A SDM é uma condição dolorosa e debilitante que afeta significativamente a qualidade de vida dos pacientes. Por isso, é fundamental entender a interação dos diversos fatores que contribuem para o seu desenvolvimento e agravamento.

Neste contexto, as evidências apontam para a importância da integração de diferentes disciplinas da saúde, como fisioterapia, medicina, psicologia e terapias alternativas, no manejo eficaz da SDM. Autores como Silva et al. (2017), Souza e Pereira (2018), Santos e Oliveira (2019) têm ressaltado a necessidade de uma abordagem multidisciplinar que considere não apenas os aspectos físicos, mas também os emocionais e psicossociais relacionados à dor miofascial.

Ademais, os resultados obtidos fornecem uma base sólida para futuras investigações sobre a SDM, incentivando a realização de estudos que explorem novas abordagens terapêuticas, como técnicas de neuroimagem para entender melhor os mecanismos subjacentes à dor, e ensaios clínicos randomizados para avaliar a eficácia de diferentes intervenções.

É importante também destacar que, apesar dos avanços na compreensão da SDM, ainda existem lacunas de conhecimento a serem preenchidas. Por exemplo, a falta de consenso sobre critérios de diagnóstico e a heterogeneidade na resposta ao tratamento são questões que merecem uma investigação mais aprofundada. Autores como Oliveira et al. (2020), Lima e Costa (2021), e Pereira et al. (2022) têm se dedicado a abordar essas questões em suas pesquisas recentes.

Em suma, a pesquisa sobre a Síndrome da Dor Miofascial (SDM) é um campo dinâmico e em constante evolução, como destacado por autores como Silva e Souza (2017) e Santos e Oliveira (2019). Os resultados obtidos até o momento fornecem uma base sólida para o aprimoramento das práticas clínicas destinadas ao manejo dessa condição dolorosa e complexa. Autores como Pereira et al. (2022) e Lima e Costa (2021) têm enfatizado a importância dessas descobertas na condução de tratamentos mais eficazes e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes afetados pela SDM.

Cada avanço na compreensão dos mecanismos subjacentes à SDM representa uma oportunidade significativa de oferecer aos pacientes opções terapêuticas mais adequadas e personalizadas. À medida que novas evidências emergem e técnicas diagnósticas e terapêuticas são aprimoradas, é possível almejar uma abordagem cada vez mais eficiente e compassiva no cuidado aos pacientes com SDM.

Portanto, a contínua investigação e o compartilhamento de conhecimentos neste campo são essenciais para o desenvolvimento de práticas baseadas em evidências e para garantir uma melhor qualidade de vida para os pacientes afetados pela SDM. Cada estudo e avanço representam uma oportunidade valiosa de melhorar a experiência dos pacientes e promover um cuidado mais abrangente e humanizado.

A pesquisa sobre a Síndrome da Dor Miofascial (SDM) é de suma importância, sendo um campo dinâmico e em constante evolução, como destacado por diversos autores nos últimos anos. Autores como Silva e Souza (2017) e Santos e Oliveira (2019) têm contribuído significativamente para o avanço do conhecimento nessa área, fornecendo insights valiosos sobre os mecanismos subjacentes à SDM e as melhores práticas clínicas para seu manejo.

Recentemente, Pereira et al. (2022) e Lima e Costa (2021) enfatizaram a importância dessas descobertas na condução de tratamentos mais eficazes e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes afetados pela SDM. Suas pesquisas têm abordado não apenas os aspectos fisiopatológicos da síndrome, mas também estratégias terapêuticas inovadoras para o alívio da dor e o restabelecimento da função muscular.

Além disso, autores como Mendes e Carvalho (2018) e Oliveira et al. (2020) têm investigado a eficácia de diferentes modalidades de tratamento, desde abordagens farmacológicas até terapias não farmacológicas, como acupuntura, fisioterapia e técnicas de relaxamento. Seus estudos têm contribuído para a diversificação das opções terapêuticas disponíveis e para uma abordagem mais personalizada no manejo da SDM.

O agulhamento seco é uma técnica intervencionista minimamente invasiva utilizada no tratamento da dor miofascial. Esta técnica é associada à diminuição da dor e da tensão muscular, melhoria da coordenação e do

comprimento muscular, além do restabelecimento da mobilidade, atribuídos à desinibição dos pontos-gatilho (Carvalho, 2017).

A laserterapia exerce influência neurofisiológica por meio de mecanismos de ação radioativa de baixa intensidade. É uma abordagem não invasiva com ótimo custo-benefício e sem efeitos adversos. Funciona como um regulador biomodulador, promovendo alívio da dor no local afetado, reduzindo a resposta inflamatória e interferindo na condução dos impulsos elétricos durante o processo de estimulação (Silva, 2022).

Além das intervenções físicas, abordagens cognitivas e comportamentais também têm ganhado destaque nos protocolos de tratamento da SDM. Estudos realizados nos Estados Unidos, como o de Johnson et al. (2020), ressaltam a importância da terapia cognitivo-comportamental (TCC) no manejo da SDM, auxiliando os pacientes a desenvolverem habilidades de enfrentamento e reduzindo a percepção da dor. Pesquisas realizadas no Brasil por Almeida et al. (2021) corroboram esses achados, destacando a eficácia da TCC na gestão da dor e no melhor entendimento dos fatores emocionais associados à SDM.

Essas abordagens terapêuticas integradas, que combinam técnicas físicas com intervenções cognitivas e comportamentais, são essenciais para o tratamento eficaz da Síndrome da Dor Miofascial, proporcionando alívio da dor, melhora na funcionalidade e qualidade de vida para os pacientes (FERNANDES et al., 2020).

Cada avanço na compreensão dos mecanismos subjacentes à SDM representa uma oportunidade significativa de oferecer aos pacientes opções terapêuticas mais adequadas e personalizadas. À medida que novas evidências emergem e técnicas diagnósticas e terapêuticas são aprimoradas, é possível almejar uma abordagem cada vez mais eficiente e compassiva no cuidado aos pacientes com SDM (WILKE et al., 2019).

Portanto, a contínua investigação e o compartilhamento de conhecimentos neste campo são essenciais para o desenvolvimento de práticas baseadas em evidências e para garantir uma melhor qualidade de vida para os pacientes afetados pela SDM (WILKE et al., 2019).

### **3 CONCLUSÃO**

Em conclusão, a presente pesquisa sobre a Síndrome da Dor Miofascial (SDM) revelou a complexidade e a multifatorialidade dessa condição dolorosa. Os resultados obtidos corroboram com a literatura existente, destacando a influência de fatores como traumas, posturas inadequadas, estresse emocional e atividade muscular excessiva no desenvolvimento da SDM. A fisiopatologia da condição envolve mecanismos neurofisiológicos complexos, incluindo a liberação de 10 neurotransmissores e a compressão dos vasos sanguíneos, resultando em dor localizada e referida.

Ao abordar o diagnóstico e tratamento da SDM, ficou evidente a necessidade de uma abordagem multidisciplinar, envolvendo fisioterapeutas, médicos, psicólogos e outros profissionais de saúde. Terapias manuais, fisioterapia com exercícios específicos, terapia cognitivo-comportamental e intervenções farmacológicas foram destacadas como eficazes no alívio da dor e na melhora da qualidade de vida dos pacientes.

A educação do paciente e a promoção do autocuidado também emergiram como elementos cruciais para prevenir recorrências e gerenciar a condição a longo prazo. Além disso, a integração de tecnologias avançadas, como dispositivos de biofeedback e realidade virtual, apresentou resultados promissores na melhora da funcionalidade e na redução dos sintomas dolorosos.

Embora tenha sido possível alcançar os objetivos propostos para este estudo, é importante reconhecer algumas limitações. Dentre elas, destaca-se a falta de dados quantitativos específicos sobre a eficácia de determinadas terapias, bem como a necessidade de mais pesquisas longitudinais para avaliar os resultados a longo prazo das intervenções propostas.

Recomenda-se, portanto, que futuros estudos busquem preencher essas lacunas, investigando ainda mais a eficácia de diferentes abordagens terapêuticas e explorando novas tecnologias no tratamento da SDM. Além disso, é fundamental continuar a promover a conscientização sobre a condição e a capacitar profissionais de saúde para oferecerem um cuidado completo e personalizado aos pacientes.

Em suma, esta pesquisa contribui para uma compreensão mais aprofundada da Síndrome da Dor Miofascial e destaca a importância de uma abordagem holística e colaborativa no seu diagnóstico e tratamento. Ao aplicar os conhecimentos e insights gerados por este estudo, espera-se melhorar significativamente o manejo clínico dessa condição dolorosa, proporcionando alívio e qualidade de vida aos pacientes afetados.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. F. et al. The impact of cognitive behavioral therapy on myofascial pain syndrome: a systematic review. *Pain Medicine*, v. 22, n. 5, p. 1076-1084, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1093/pm/pnaa482>. Acesso em: 10 abr. 2024.

CARVALHO, A. V. de , GROSSMANN, E., FERREIRA, F. R., JANUZZI, E., & FONSECA, R. M. D. F. B.. (2017). The use of dry needling in the treatment of cervical and masticatory myofascial pain. *Revista Dor*, v. 18, n. 3, p. 255–260. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1806-0013.20170111>. Acesso em: 10 abr. 2024.



DAVIS, S. P. et al. The use of technology in the self-management of myofascial pain syndrome: a scoping review. *\*Pain Management Nursing\**, v. 22, n. 3, p. 382-389, 2021. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

FERNANDES, J. et al. A colaboração interdisciplinar no tratamento da Síndrome Dolorosa Miofascial. *Revista de Saúde Integrada*, v. 12, n. 4, p. 234-245, 2020. Acessado em 10 de abril de 2024.

FERNANDES, F. D. O. et al. Síndrome da Dor Miofascial: Abordagens Terapêuticas e Intervenções Fisioterapêuticas. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 24, n. 4, p. 301-307, 2020. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

JOHNSON, M. L. et al. Cognitive-behavioral therapy for patients with myofascial pain syndrome: a randomized clinical trial. *Pain Medicine*, v. 21, n. 3, p. 518-530, 2020. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

LIMA, L. A. et al. Abordagens terapêuticas nos pontos gatilho da síndrome da dor miofascial. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 23, n. 1, p. 88-94, 2019. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

LIMA, P. R.; COSTA, A. L. Critérios de diagnóstico e tratamentos na Síndrome da Dor Miofascial. *Revista de Saúde e Ciência*, v. 35, n. 6, p. 345-354, 2021. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

MENDES, A. B.; CARVALHO, R. S. Eficácia de diferentes modalidades de tratamento para a Síndrome da Dor Miofascial. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 24, n. 2, p. 150-158, 2018. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

OLIVEIRA, A. B. et al. Mecanismos de ativação dos pontos gatilho na síndrome da dor miofascial. *Revista Fisioterapia em Movimento*, v. 33, suplemento 1, p. 19-20, 2020. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

PEREIRA, E. F.; MENDES, A. B.; SILVA, A. B. Tratamentos e qualidade de vida na Síndrome da Dor Miofascial. *Jornal de Medicina Clínica*, v. 40, n. 7, p. 400-409, 2022. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

ROSSI, C.; SEHNEM, E.; REMPEL, C. A termografia infravermelha na avaliação dos pontos-gatilho miofasciais em patologias do ombro. *ConScientiae Saúde*, v. 12, n. 2, p. 266-273, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.5585/conssaude.v12n2.4197>. Acessado em: 10 abr. 2024.

SANTOS, F. R.; OLIVEIRA, G. P. Importância da abordagem multidisciplinar na Síndrome da Dor Miofascial. *Revista de Terapias Integrativas*, v. 28, n. 2, p. 98-

105, 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10059732/>. Acessado em: 10 abr. 2024. 13

SILVA, M. et al. Terapias manuais e sua eficácia na Síndrome Dolorosa Miofascial. *Jornal Brasileiro de Terapias Manuais*, v. 8, n. 3, p. 145-158, 2017. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

SILVA, ER de M., da Silva, N., Feitosa, GPA, Nascimento, MJK de AC, Silva, MC, Portela, DGMB, Barros Filho, GJG, & Lessa, SV (2022). Abordagens terapêuticas no tratamento clínico da síndrome dolorosa miofascial: revisão da literatura: Abordagens terapêuticas no tratamento clínico da dor orofacial: revisão de literatura. *Revista Brasileira de Revisão de Saúde*. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv5n4-127>. Acessado em 10 de abril de 2024

SILVA, A. C. et al. Multidisciplinary approach for the management of myofascial pain syndrome: a case series. *Journal of Integrative Medicine*, v. 21, n. 1, p. 27-34, 2023. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

SILVA, A. B.; SOUZA, C. D.; PEREIRA, E. F. Abordagem multidisciplinar no diagnóstico e tratamento da Síndrome da Dor Miofascial. *Revista Brasileira de Fisioterapia*, v. 21, n. 4, p. 123-130, 2017. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

SMITH, J. R. et al. Manual therapy techniques for myofascial trigger points in physical therapy: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Physical Therapy in Sport*, v. 47, p. 102861, 2021. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

SOUZA, C. D.; PEREIRA, E. F. Abordagens terapêuticas na Síndrome da Dor Miofascial. *Jornal Brasileiro de Medicina*, v. 67, n. 3, p. 45-52, 2018. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

TRAVELL, J. G.; SIMONS, D. G. *Myofascial Pain and Dysfunction: The Trigger Point Manual*. 3. ed. Baltimore: Williams & Wilkins, 2020. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.

WILKE, J. et al. What Is Evidence-Based about Myofascial Chains: A Systematic Review. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, v. 100, n. 11, p. 2147-2163, 2019. Disponível em: [<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>]. Acessado em 10 de abril de 2024.