

**ARTIGO:**

**Terapias Manuais na diminuição da dor em pacientes com Disfunção  
Temporomandibuar**

Manual Therapies to decrease pain in patients with Temporomandibuar  
Dysfunction

Leticia Ribeiro de Sousa<sup>1</sup>, Henrique Eduardo Maia Alves<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Graduando em Bacharel em Fisioterapia no Centro Universitário Luterano de Palmas CEULP/ULBRA. Palmas – TO, Brasil. Email: leticia\_collucci@hotmail.com

<sup>2</sup> Fisioterapeuta. Professor do Curso de Fisioterapia do centro Universitário de Palmas. Mestrado em Fisioterapia. Palmas – TO, Brasil. Email:  
henriquemaia@ceulp.ed.br

**Endereço para correspondência:** Leticia Ribeiro de Sousa. Quadra 207 sul,  
alameda 5, lote 9, CEP: 77015298, Palmas Tocantins. (63)984499885.  
leticia\_collucci@hotmail.com

## RESUMO

**Introdução:** A disfunção temporomandibular (DTM) é definida como o grupo de doenças que afetam os músculos mastigatórios, ATM e estruturas adjacentes. Seus sintomas mais comuns são a dor orofacial e a diminuição da mobilidade articular da boca, sensações que reduzem a qualidade de vida de seu portador. As terapias manuais estão entre os principais métodos de tratamento para os pacientes com DTM promovendo o alívio das condições sintomatológicas. **Objetivo:** Verificar se as terapias manuais diminuem a dor em pacientes com disfunção temporomandibular. **Metodologia:** Realizou-se uma busca nas bases eletrônicas de dados Google Acadêmico, Lilacs, SciELO e Pubmed, reunindo ensaios clínicos do período de 2009 a 2019 que documentassem as condutas terapêuticas manuais, isoladas ou associadas, utilizadas no tratamento da DTM em adultos. **Resultados:** Conforme os estudos apresentados, observa-se a efetividade das terapias manuais com 10 sessões de tratamento no alívio de dor. No entanto, as técnicas de manipulação, com apenas 1 sessão também são eficazes. **Considerações finais:** As terapias manuais apresentaram efeitos satisfatórios no tratamento de pacientes com DTM e quando a técnica está associada a outra, pode resultar em uma maior efetividade ao tratamento. Ainda não é possível dizer qual terapia manual é melhor.

**Descritores:** Articulação temporomandibular, Disfunção temporomandibular, Terapias Manuais na DTM.

## ABSTRACT

**Introduction:** Temporomandibular disorder (TMD) is defined as the group of diseases that affect the masticatory muscles, TMJ and adjacent structures. Its most common symptoms are orofacial pain and decreased joint mobility of the mouth, sensations that reduce the quality of life of the patient. Manual therapies are among the main methods of treatment for patients with TMD promoting relief of symptomatic conditions. **Objective:** To verify whether manual therapies decrease pain in patients with temporomandibular disorders. **Methodology:** A search was carried out in the electronic databases of Google Scholar, Lilacs, SciELO and PubMed, gathering clinical trials from 2009 to 2019 that documented the manual therapeutic approaches, isolated or associated, used in the treatment TMD in adults. **Results:** According to the studies presented, the effectiveness of manual therapies with 10 treatment sessions in pain relief is observed. However, manipulation techniques, with only 1 session, are also effective. **Final considerations:** Manual therapies have had satisfactory effects in the treatment of patients with TMD and when the technique is associated with another, it can result in greater effectiveness to the treatment. It is still not possible to say which manual therapy is better.

**Descriptors:** Temporomandibular joint, Temporomandibular disorder, Manual therapies in TMD.

## INTRODUÇÃO

A articulação temporomandibular é a articulação mais frequentemente utilizada do organismo humano, que possui capacidade de movimentação simultânea, bilateralmente, pela mandíbula. Seus componentes normalmente passam por processos de remodelação e adaptação. Na presença de disfunção temporomandibular (DTM), são constatadas alterações estruturais e desarranjos funcionais (FERREIRA et al., 2015).

Segundo Melchior, Mazzetto, Magri (2018) as disfunções temporomandibulares (DTMs) são caracterizadas por dor localizada na face e região pré-auricular e/ou por limitações ou interferências nos movimentos mandibulares, além de ruídos articulares. Os sintomas variam desde incômodos, como estalidos na articulação, limitação de abertura bucal, sensibilidade muscular e até sintomas altamente incapacitantes, como dores orofaciais e dificuldades na função mastigatória. Podendo interferir nas atividades diárias sociais e laborais do indivíduo, bem como na sua saúde emocional e física

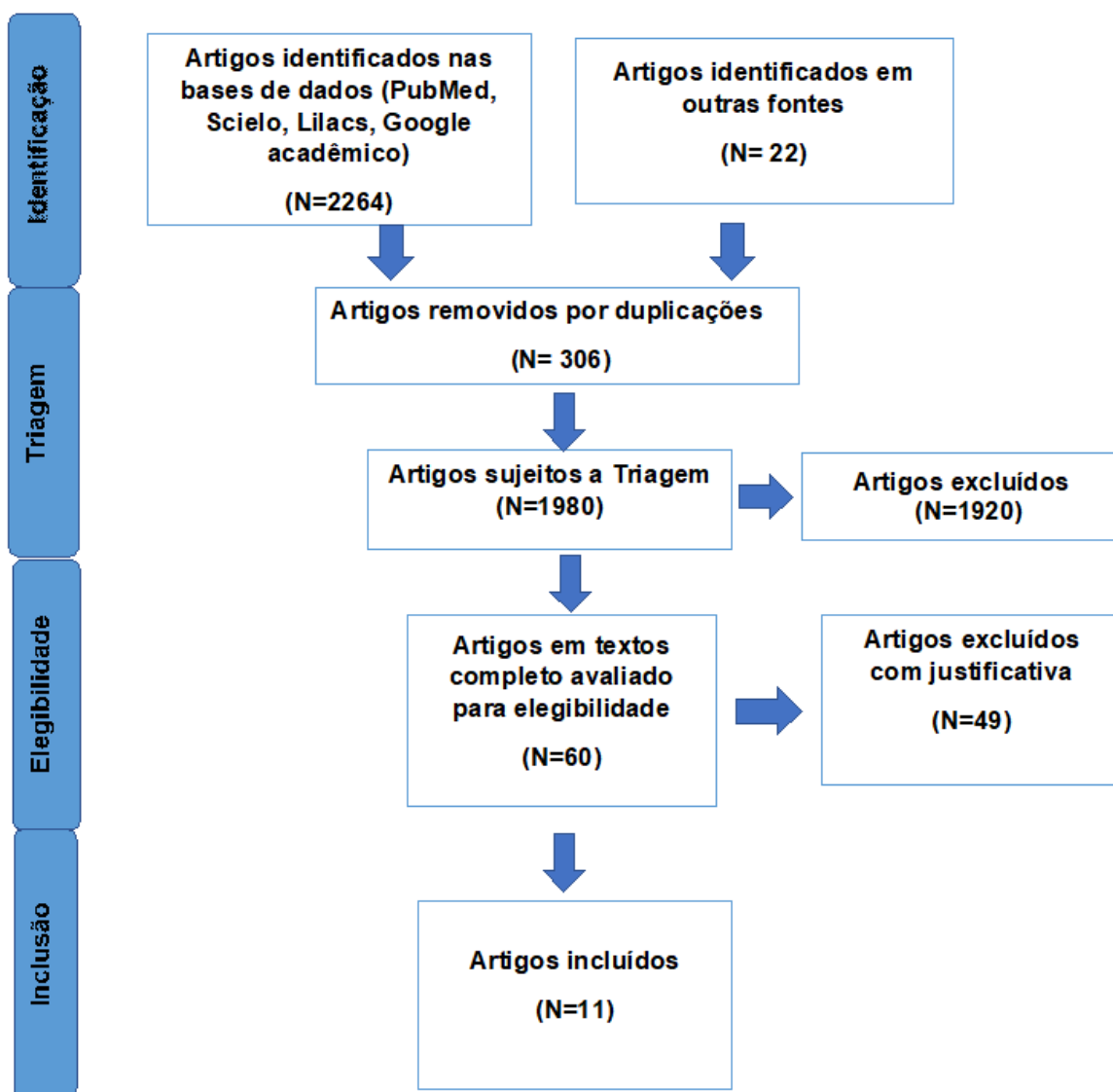
As Terapias Manuais estão entre os tratamentos mais comuns utilizados para DTM, tem como objetivos, melhor distribuição do líquido sinovial, correções das falhas posicionais dos côndilos mandibulares, relaxamento muscular, controle do quadro álgico e aumento da mobilidade, produção de elasticidade a fibras aderidas e estimulação do líquido sinovial (SILVA, 2015). Apresenta diversas técnicas na realização do tratamento podendo ser citados: alongamento, exercícios isotônicos, liberação miofascial, mobilização articular, desativação de ponto gatilho, massagens, exercícios isométricos resistidos, pompagem, técnica de Mulligan (PAIVA, 2015).

O objetivo dessa pesquisa foi verificar se as terapias manuais diminuem a dor em pacientes com disfunção temporomandibular. E definir quais são as técnicas de terapia manual que atuam na melhora da dor em pacientes com disfunção temporomandibular.

## **METODOLOGIA**

Este trabalho trata de uma pesquisa de revisão sistemática, caráter básico e descritivo com abordagem qualitativa, que tem como principal objetivo agregar conhecimento e trazer respostas que venham somar ao que já se encontra na literatura referente a efetividade das terapias manuais na melhora da dor em pacientes com disfunção temporomandibular.

O presente estudo foi realizado no período de agosto de 2019 a junho de 2020, onde neste intervalo de tempo foi escolhido o tema do trabalho e elaborado o projeto, até a conclusão e apresentação do artigo para a Banca examinadora. Para a coleta de dados utilizamos os seguintes descritores: articulação temporomandibular, disfunção temporomandibular, terapias manuais na DTM. O material para análise foi obtido através de bancos de dados SCIELLO (Scientific Electronic Library Online), PubMed, LILLACS, Google Acadêmico. Para análise dos dados da revisão sistemática utilizamos o fluxograma PRISMA 2009. Os critérios de inclusão e exclusão de dados, foram artigos dos últimos 10 anos, publicações em inglês e português que estejam relacionados ao tema. Foram excluídos da pesquisa estudos que não explicaram de forma clara a metodologia, o número de sessões, o tratamento utilizado e a diminuição do quadro algíco do paciente.



**RESULTADOS**

<b>Autor/ Ano</b>	<b>Método</b>	<b>Amostra</b>	<b>Nº sessões</b>	<b>Resultados</b>
Di Grazia (2009)	Mulligan associado a massagem clássica	29 mulheres	1 sessão	Mostrou ser eficaz na diminuição da dor.
Barbosa, Silva e Silva (2010)	Eficiência da técnica de dígito pressão no tratamento das DTM	Paciente, R.R.C.O	10 sessões	Efetividade de sedação de pontos dolorosos. Eva I: 4 Eva F: 0
Freitas et al. (2011)	Desativação de pontos-gatilho miofasciais com dígito pressão, mobilização articular, laserterapia.	Paciente M.G.O.S	15 sessões	Obteve melhoras na diminuição da dor e amplitude de movimento. Eva I: 9 Eva F: 1
Texeira e Souza (2015)	Efetividade do alongamento pompagem e tração cervicais	5 pacientes	10 sessões	Se mostrou efetiva para reduzir em 60% tensão e dor das pacientes.
Ferreira e Portela (2015)	Liberção miofascial	3 mulheres	10 sessões	EVA na primeira sessão foi: 6,5 e 0 ao fim das sessões.

Ferreira et al. (2015)	Laser terapia associada a terapia manual	20 pacientes	10 sessões	Foi possível observar que a diminuição do quadro algico do G2 foi maior do que o quadro algico do G1.
Ferreira (2015)	Manobras Osteopáticas	18 pacientes	1 sessão	As manobras osteopáticas obtiveram melhora no quadro algico dos pacientes. Eva I: 4,42 Eva F: 2,61.
Freitas et al. (2015)	Liberção miofascial, massoterapia e alongamento.	1 paciente	10 sessões	Mostrou ser efetiva sendo Eva I:6 bilateral e Eva F: 3 lado esquerdo e 4 lado direito.
Biggi e Berni (2017)	Alongamento, pompage, liberção miofascial e maitland.	Paciente T.C.G	10 sessões	Foi efetiva, mostrando EVA: 10 e ao fim das sessões zerou sua dor.
Antonietto (2017)	Manobras Osteopáticas	Paciente J.F.F	2 sessões	Efetividade na redução da dor. Eva I:10 Eva F:0
Gonçalves et al. (2018)	Mobilização articular oscilatória.	1 paciente	10 sessões	Melhora da amplitude de movimento, diminuição da dor e melhora da função muscular.



## DISCUSSÃO

As terapias manuais estão entre os recursos mais importantes da fisioterapia para os pacientes com disfunções temporomandibulares, tem como objetivo estimular a propriocepção, produzir elasticidade a fibras aderidas, estimular o líquido sinovial e promover a redução da dor, através de várias técnicas como mobilização articular, mulligan, maitlad, osteopatia, liberação miofascial, digito pressão, entre outros.

Di Grazia (2009), analisou e verificou os efeitos do programa de terapia manual (Método Mulligan associado à massagem clássica) nas queixas de dor em 29 mulheres adultas. No início a EVA foram: 5 (17,2%); 6 (3,4%); 7 (20,7%); 8 (31%); 9 (10,3%) e 10 (17,2%). Após a terapia manual pode-se verificar que o nível de dor caiu muito, sendo o valor 0 (37,9%), para o valor 1 (24,1%) e para o valor 2 (31%). Dessa forma o estudo concluiu-se que há efetividade do método mulligan associado a massagem clássica na diminuição do quadro álgico nas mulheres com DTM. Já Gonçalves et al. (2018) verificaram a influência da mobilização articular oscilatória no tratamento de DTM. A participante da pesquisa foi avaliada no início, durante e ao final do período de tratamento, apresentou ganho na amplitude de movimento de abertura bucal (de 17mm para 46 mm), alívio da dor (de grau 6 para grau 0 na Escala Visual Analógica) e melhora na função muscular.

Ambos os tratamentos tem foco na técnica de mobilização articular, onde se mostram efetivos, por ser um método utilizado para modular a dor e tratar as disfunções articulares que limitam a amplitude de movimento. Com a realização dessa técnica, o movimento estimula o líquido sinovial, trazendo nutrientes para cartilagem articular, dessa forma promove melhora da congruência articular, diminuindo o atrito e aliviando a dor.

A digito pressão é uma técnica da medicina chinesa para aliviar desconfortos através de pressão sobre pontos específicos do corpo. Esses pontos, que fazem parte dos conhecidos Meridianos energéticos da Acupuntura, muitas vezes encontram-se bloqueados, e sua estimulação pode ter efeito imediato no alívio de algumas dores.

Ajuda a mobilizar tecidos, por atingir as partes mais profundas dos músculos e localizar as áreas de maior tensão, aumentando o fluxo sanguíneo na área e eliminando os pontos dolorosos.

Barbosa, Silva e Silva 2010, analisaram a eficiência da técnica de dígito pressão no tratamento das DTM. Foi realizado com a paciente, R.R.C.O, 10 sessões onde a Eva inicial foi 4 e após as sessões EVA 0, confirmando assim a efetividade do método na sedação dos pontos dolorosos. Freitas et al. 2011, realizaram um estudo sobre a desativação dos pontos gatilhos miofasciais em uma paciente com disfunção temporomandibular. O tratamento foi realizado em 15 sessões, com as técnicas de dígito pressão, mobilização cervical, estabilização cervical e laser. A paciente apresentou Eva inicial 9 e ao fim das sessões diminui sua dor para Eva 1. Dessa forma a técnica de desativação foi efetiva.

O estudo de Freitas et al. como pode-se ver, teve uma efetividade maior. Talvez por terem usado a técnica de forma associada, onde também realizou mobilização, estabilização cervical e laser, outro ponto a ser destacado foi o número de sessões o qual foi realizado em maior número. Porém, ambos se mostram de grande eficácia onde suas Eva sofreram diminuições, e conseqüentemente diminuindo o quadro algico dos pacientes.

O alongamento visa à preservação e o aperfeiçoamento do grau de flexibilidade muscular, a prática do mesmo favorece o estiramento das fibras musculares, contribuindo para que o seu comprimento aumente. A pompagem é uma espécie de alongamento sem muitos deslocamentos, que traz mais benefícios, que o alongamento propriamente dito, esta técnica nos permite mobilizar as fâscias corpóreas. Proporcionado assim, o bem estar físico e mental do paciente.

Texeira e Souza (2015), fizeram um estudo de caso, com 5 colaboradores. Analisaram a eficiência das técnicas manuais como alongamento passivo de trapézio superior, masseter, pterigoideo medial e lateral, pompagem e tração cervicais. A intervenção se mostrou suficiente para reduzir em 60% tensão e dor das pacientes, sendo efetiva. Biggi e Berni 2017, realizou um estudo de caso para eficácia da terapia manual na disfunção temporomandibular com a paciente T.C.G, durante 10 sessões,

utilizou as técnicas de alongamento, pompage, liberação miofascial e maitland. No início do tratamento a paciente apresentou EVA: 10 e ao fim das sessões zerou sua dor.

Ambos mostraram efetividade por utilizarem técnicas que melhoram o desempenho do músculo. Porém, o estudo de Biggi e Berni 2017 se mostrou melhor ao conseguir zerar a dor do paciente, enquanto o estudo de Texeira e Souza 2015 reduziu apenas 60% da dor. Podendo assim ter sido mais efetivo por ter mais técnicas associadas ao tratamento. Ou também por ter focado em apenas um paciente, com sessões de duração maior.

A liberação miofascial é uma técnica de estiramento utilizada com a intenção de "soltar" e relaxar a fáscia muscular, que é uma camada fina de tecido que reveste todos os músculos do nosso corpo. Tendo como objetivo a melhor interação entre a fáscia e músculo, criando uma mobilidade melhor do músculo tratado, prevenir lesões musculares, aumentar o suporte sanguíneo, recuperação muscular mais rápida e diminuição de dores. Por esses motivos os estudos se mostram eficazes para o tratamento dos pacientes com DTM, onde a diminuição do quadro álgico é relevante.

Ferreira et al. (2015) pesquisaram a efetividade da terapia manual e laser terapia associada a terapia manual no tratamento da DTM. As técnicas de terapia manual utilizadas foram: Liberação miofascial; Pompagem. Foi possível observar que a diminuição do quadro álgico do G2 foi maior do que o quadro álgico do G1 apesar dos dois grupos serem semelhantes estatisticamente  $p (>0,05)$ . No G1 houve uma redução da EVA de 0,55 por sessão e no G2 houve uma redução de 0,98 do quadro álgico, mensurado pela EVA por sessão. Ferreira e Portela (2015) avaliaram o benefício do tratamento de liberação miofascial na redução da dor e aumento de amplitude de movimento em indivíduos com disfunção temporomandibular. A amostra foi composta por 3 mulheres onde a média da EVA na primeira sessão foi: 6,5 e 0 ao fim das sessões. Freitas et al. (2015) realizaram um estudo utilizando a liberação miofascial, massoterapia e alongamento. O tratamento consistiu em 10 sessões, paciente apresentou Eva: 6 bilateralmente na área de pterigóideo lateral e ventre do masseter, após as 10 sessões apresentou Eva: 3 para o lado esquerdo e 4 para o lado direito.

Os estudos mostram que realmente houve diminuição da dor. Portanto, o estudo que mostrou uma melhor efetividade foi de Ferreira e Portela (2015), onde a dor foi zerada.

A Osteopatia é um método que consegue detectar e tratar áreas afetadas do corpo através de técnicas e manipulação. Prioriza uma relação grande entre o paciente e profissional através do contato das mãos do terapeuta com o corpo do doente, visando o equilíbrio corporal, visceral e mental do mesmo.

Ferreira (2015), realizou um estudo cego para o osteopata, com 18 pacientes com DTM. O estudo concluiu que as manobras osteopática obtiveram melhora no quadro álgico dos pacientes pois a média de dor no grupo controle teve início com 4,42; após o procedimento a média foi para 2,61 e após 60 dias apresentou EVA de 2,65. Antonietto (2017), realizou um estudo de caso com manobra osteopática. O tratamento consistiu em duas sessões, onde o paciente J.F.F apresentou no início da primeira sessão Eva: 10 ao final Eva: 2 e na segunda sessão iniciou com Eva: 8, zerando sua dor no fim. Dessa forma a osteopatia se mostra efetiva na redução da dor associada a disfunção temporomandibular.

O estudo Antonietto (2017) mostrou uma maior redução da EVA, onde ao fim do tratamento a dor foi zerada, já o estudo de Ferreira, reduziu pouco mais que metade da dor. Tal fato pode se dar pela forma em que o tratamento foi proposto, onde Antonietto utilizou duas sessões e Ferreira apenas uma sessão. Ou pelas manobras realizadas e acordo com a avaliação de cada estudo. O fato é que ambos os estudos obtiveram melhoras no quadro clínico dos pacientes, mostrando que a osteopatia é um método eficaz para os pacientes com disfunção temporomandibular.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados deste estudo demonstraram que as terapias manuais apresentam efeitos satisfatórios no tratamento de pacientes com DTM e que a associação das técnicas pode resultar em uma maior efetividade ao tratamento. Ainda não é possível estabelecer qual a melhor técnica de tratamento pois todas as técnicas mostraram bons resultados. Porém, após análise dos artigos selecionados, observou-se que as técnicas de mobilização articular, mulligan e osteopatia foram as que obtiveram melhores resultados, principalmente quando associado a massoterapia.

## REFERÊNCIAS

Antonietto et al. Anais do 7º Congresso da FOA - UNESP: **Tratamento osteopático em paciente com disfunção temporomandibular. Archives Of Health Investigation**, Araçatuba SP, v. 6, p. 233, 30 dez. 2017. Archives of Health Investigation. <http://dx.doi.org/10.21270/archi.v6i0.2255>.

BARBOSA, Iris André Martins Siqueira; SILVA, Polion Elias da; SILVA, Kleyder Aurélio Fleury. **Tratamento das Disfunções da Articulação Temporomandibular por meio da Técnica de Dígito Pressão. Saúde Cesuc**, Catalão, v. 1, p.1-8, ago. 2010.

BIGGI, Aline Aparecida Bordini; BERNI, Kelly Cristina dos Santos. **Eficácia da terapia manual na disfunção temporomandibular após cirurgia ortognática bimaxilar em paciente com paralisia facial: relato de caso**. 2017. 11 f. Tese (Doutorado) - Curso de Fisioterapia, Faculdade de Americana (fam), Americana-sp, 2017.

DI GRAZIA, Renata Cristina. **Avaliação da aplicação do Metodo Mulligan e massoterapia clássica nas disfunções da articulação temporomandibular em mulheres adultas por meio da escala visual-numérica de dor e pelo SF-36**. 2009. 122 p. Tese (doutorado) - Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, Campinas, SP.

FERREIRA, Beatriz Moraes; PORTELA, Afrodite Oliveira de Azevedo. **O benefício da liberação miofascial em mulheres com disfunção temporomandibular: Estudo de caso. Acervo Digital de São Lucas**, Porto Velho, p.1-8, out. 2015.

FERREIRA, Lara Tolentino. **Osteopatia como meio terapêutico nas disfunções temporomandibulares e dores orofaciais**. 2015. 76 f. Dissertação (Mestrado) - UNESP - Univ Estadual Paulista, Instituto de Ciência e Tecnologia de São José dos Campos, 2015. Disponível em: <<http://hdl.handle.net/11449/127696>>.

FERREIRA, Luciano Ambrosio et al. **Diagnosis of temporomandibular joint disorders: indication of imaging exams. Brazilian Journal Of Otorhinolaryngology**, Juiz de Fora, p.342-342, 16 jun. 2015. Elsevier BV.

FREITAS, Diego Galace de et al. **Os efeitos da desativação dos pontos-gatilho miofasciais, da mobilização articular e do exercício de estabilização cervical em uma paciente com disfunção temporomandibular: um estudo de caso. Fisioter.mov**, Curitiba, v. 24, n. 1, p. 33-38, mar. 2011.

GONÇALVES, Maria Andreia Feitosa et al. **Mobilização Articular Oscilatória como tratamento fisioterapêutico reabilitador da disfunção temporomandibular:**

**1º Congresso Internacional de Reabilitação Oral. Arch Health Invest, Araruna-pb, v. 7, p.128-128, set. 2018.**

MELCHIOR, Melissa de Oliveira; MAZZETTO, Marcelo Oliveira; MAGRI, Laís Valencise. **Relação da DTM dolorosa com a função de fala: Quais as possíveis características de movimentos mandibulares e os principais sintomas relatados? Cotas, Ribeirão Preto, p.2-2, 8 out. 2018.**

PAIVA, Ana Cristina Barbosa Oliveira. **Efeito da terapia manual em pacientes com disfunção crânimandibular: revisão bibliográfica.** Revista Amazônia Science & Health. Jan./mar.v. 3, n. 1, p. 33-36, 2015.

SILVA, Ildimere Bispo da. **Terapia manual como tratamento fisioterapêutico nas disfunções temporomandibulares: Revisão de Literatura.** 2015. 63 f. Monografia (Especialização) - Curso de Fisioterapia, Faculdade de Educação e Meio Ambiente – Faema, Ariquemes, 2015.