

**UTILIZAÇÃO DAS TÉCNICAS DE LIBERAÇÃO MIOFASCIAL NA  
CERVICOBRAQUIALGIA****USE OF MYOFASCIAL RELEASE TECHNIQUES IN CERVICOBRAQUIALGIA****USO DE TÉCNICAS DE LIBERACIÓN MIOFASCIAL EN LA  
CERVICOBRAQUIALGIA** 10.56238/revgeov17n4-061**Adriana Souza Santos**

Graduanda em Fisioterapia  
Instituição: Universidade Cruzeiro do Sul  
E-mail: drikalhp@hotmail.com

**Ana Clara dos Santos Souza**

Graduanda em Fisioterapia  
Instituição: Universidade Cruzeiro do Sul  
E-mail: Anaclara\_nina29@hotmail.com

**Larissa Souza Silva**

Graduanda em Fisioterapia  
Instituição: Universidade Cruzeiro do Sul  
E-mail: larissasouza532@gmail.com

**Natália Gonçalves de Moura**

Graduanda em Fisioterapia  
Instituição: Universidade Cruzeiro do Sul  
E-mail: nataliagmoura22@gmail.com

**Mikaelly Celestino de Oliveira**

Graduanda em Fisioterapia  
Instituição: Universidade Cruzeiro do Sul  
E-mail: mikaellyoliveira23456@gmail.com

**Thayna Emily Gonçalves de Queiroz**

Graduanda em Fisioterapia  
Instituição: Universidade Cruzeiro do Sul  
E-mail: thaynaemily540@gmail.com

**Davison Clemente Resende**

Orientador  
Mestre  
Instituição: Universidade Cruzeiro do Sul  
E-mail: resendedavison@gmail.com



## RESUMO

A cervicobraquialgia é uma condição musculoesquelética caracterizada por dor cervical irradiada para o membro superior, frequentemente associada a limitações funcionais e impacto negativo na qualidade de vida. Diante da elevada prevalência dessa condição, diferentes abordagens fisioterapêuticas têm sido investigadas, destacando-se a liberação miofascial como recurso terapêutico. O presente estudo teve como objetivo analisar os efeitos das técnicas de liberação miofascial no manejo da cervicobraquialgia. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com busca realizada nas bases de dados PubMed, SciELO e PEDro, incluindo estudos publicados entre 2015 e 2024, nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram incluídos estudos que abordaram a aplicação da liberação miofascial em indivíduos com dor cervical com irradiação, considerando desfechos relacionados à dor, amplitude de movimento e funcionalidade. Após aplicação dos critérios de elegibilidade, 14 estudos compuseram a amostra final. Os resultados demonstraram que a liberação miofascial promove redução significativa da dor, aumento da amplitude de movimento cervical e melhora da funcionalidade do membro superior. Além disso, quando associada a exercícios terapêuticos, apresenta resultados superiores em comparação a intervenções isoladas. Conclui-se que a liberação miofascial é uma estratégia eficaz no tratamento fisioterapêutico da cervicobraquialgia, especialmente quando integrada a outras abordagens terapêuticas.

**Palavras-chave:** Cervicobraquialgia. Liberação Miofascial. Dor Cervical. Amplitude de Movimento. Fisioterapia.

## ABSTRACT

Cervicobrachialgia is a musculoskeletal condition characterized by neck pain radiating to the upper limb, frequently associated with functional limitations and a negative impact on quality of life. Given the high prevalence of this condition, different physiotherapy approaches have been investigated, with myofascial release standing out as a therapeutic resource. This study aimed to analyze the effects of myofascial release techniques in the management of cervicobrachialgia. This is an integrative literature review, with searches conducted in the PubMed, SciELO, and PEDro databases, including studies published between 2015 and 2024, in Portuguese, English, and Spanish. Studies that addressed the application of myofascial release in individuals with radiating neck pain were included, considering outcomes related to pain, range of motion, and functionality. After applying the eligibility criteria, 14 studies comprised the final sample. The results demonstrated that myofascial release promotes a significant reduction in pain, increased cervical range of motion, and improved upper limb functionality. Furthermore, when combined with therapeutic exercises, it shows superior results compared to isolated interventions. It is concluded that myofascial release is an effective strategy in the physiotherapeutic treatment of cervicobrachialgia, especially when integrated with other therapeutic approaches.

**Keywords:** Cervicobrachialgia. Myofascial Release. Neck Pain. Range of Motion. Physiotherapy.

## RESUMEN

La cervicobraquialgia es una afección musculoesquelética caracterizada por dolor cervical que se irradia a la extremidad superior, frecuentemente asociada a limitaciones funcionales y un impacto negativo en la calidad de vida. Dada la alta prevalencia de esta afección, se han investigado diferentes enfoques de fisioterapia, destacando la liberación miofascial como recurso terapéutico. Este estudio



tuvo como objetivo analizar los efectos de las técnicas de liberación miofascial en el tratamiento de la cervicobraquialgia. Se trata de una revisión bibliográfica integradora, con búsquedas realizadas en las bases de datos PubMed, SciELO y PEDro, incluyendo estudios publicados entre 2015 y 2024, en portugués, inglés y español. Se incluyeron estudios que abordaron la aplicación de la liberación miofascial en individuos con dolor cervical irradiado, considerando resultados relacionados con el dolor, el rango de movimiento y la funcionalidad. Tras aplicar los criterios de elegibilidad, la muestra final estuvo compuesta por 14 estudios. Los resultados demostraron que la liberación miofascial promueve una reducción significativa del dolor, un mayor rango de movimiento cervical y una mejor funcionalidad de la extremidad superior. Además, cuando se combina con ejercicios terapéuticos, muestra resultados superiores en comparación con las intervenciones aisladas. Se concluye que la liberación miofascial es una estrategia eficaz en el tratamiento fisioterapéutico de la cervicobraquialgia, especialmente cuando se integra con otros enfoques terapéuticos.

**Palabras clave:** Cervicobraquialgia. Liberación Miofascial. Dolor de Cuello. Amplitud de Movimiento. Fisioterapia.



## 1 INTRODUÇÃO

A cervicobraquialgia é caracterizada por um quadro doloroso que tem início na região cervical e pode irradiar para o ombro e para o membro superior, frequentemente acompanhada de parestesias e sensação persistente de desconforto (GANGAVELLI et al., 2016). Trata-se de uma condição frequentemente observada na prática fisioterapêutica e geralmente está associada à sobrecarga biomecânica, alterações posturais e disfunções musculoesqueléticas que envolvem as estruturas cervical e escapular (SOUZA; SILVA; FERRAZ, 2020). Mesmo na ausência de alterações neurológicas evidentes, muitos indivíduos relatam dor irradiada, sugerindo o envolvimento de estruturas articulares, miofasciais ou neurais sensíveis ao estresse mecânico.

A dor cervical apresenta elevada prevalência mundial e acomete principalmente mulheres. Estimativas indicam que aproximadamente metade da população experimentará ao menos um episódio ao longo da vida, com possibilidade de recorrência significativa em períodos de até cinco anos (KHAN et al., 2022). Quando há irradiação para o membro superior, os impactos funcionais tendem a ser mais pronunciados, interferindo em atividades de vida diária, na produtividade laboral e também em aspectos psicossociais dos indivíduos acometidos (SANGHA et al., 2022). A persistência dos sintomas, aliada ao seu caráter multifatorial e aos custos associados ao tratamento, reforça a relevância da cervicobraquialgia tanto no contexto da saúde pública quanto na atuação fisioterapêutica.

Entre as manifestações clínicas mais comuns destacam-se dor localizada, rigidez muscular, limitação da mobilidade cervical, espasmos musculares e irradiação da dor para regiões como ombro, escápula ou braço (SOUZA; SILVA; FERRAZ, 2020). Esses fatores podem comprometer diretamente a funcionalidade do membro superior, reduzindo a força, a precisão e o desempenho em tarefas que envolvem alcance e manipulação. A condição pode apresentar-se de forma aguda, subaguda ou crônica, conforme descrito em diretrizes internacionais (KHAN et al., 2022). Além disso, fatores ocupacionais, como movimentos repetitivos, manutenção prolongada de determinadas posturas e elevadas demandas físicas, podem contribuir para o desenvolvimento ou agravamento do quadro.

Em algumas situações, a dor assume características de origem neurogênica, associando-se a alterações de movimento e restrições funcionais (GANGAVELLI et al., 2016).

Diante desse cenário, diferentes estratégias terapêuticas têm sido investigadas para o manejo clínico da dor cervical e da cervicobraquialgia, entre elas a liberação miofascial. Estudos clínicos indicam que essa técnica pode contribuir para a redução da sensibilidade dolorosa, além de favorecer ganhos na amplitude de movimento e na função musculoesquelética. Evidências apontam melhora significativa dos níveis de dor e dos limiares de pressão dolorosa após a aplicação sistematizada da técnica ao longo do tratamento fisioterapêutico (RODRÍGUEZ-HUGUET et al., 2018). Pesquisas mais recentes também reforçam esses resultados, demonstrando que a utilização de técnicas de liberação



miofascial pode promover redução da dor e melhora da mobilidade cervical em indivíduos com dor cervical mecânica (RODRÍGUEZ-HUGUET et al., 2020).

A associação da liberação miofascial com exercícios terapêuticos também tem sido investigada na literatura, mostrando benefícios adicionais, especialmente relacionados ao fortalecimento dos flexores cervicais profundos e à melhora da funcionalidade do membro superior (GAUNS; GURUDUT, 2018). Além disso, estudos recentes sugerem que a combinação da liberação miofascial com abordagens fisioterapêuticas convencionais pode potencializar os efeitos do tratamento, contribuindo para redução da dor, aumento da mobilidade cervical e melhora da funcionalidade em indivíduos com síndrome dolorosa miofascial cervical (LEE et al., 2024). Apesar das diferenças metodológicas entre os estudos, revisões da literatura apontam resultados convergentes quanto à eficácia dessa intervenção na modulação da dor e na melhora funcional (SOUZA; SILVA; FERRAZ, 2020).

Do ponto de vista funcional, a cervicobraquialgia pode interferir tanto em atividades simples do cotidiano, como pentear os cabelos ou alcançar objetos, quanto em tarefas que exigem maior controle postural e coordenação, como digitar ou sustentar cargas leves (JESUS-MORALEIDA et al., 2017; ANDRADE, 2024). Nesse contexto, intervenções que integrem terapia manual e exercícios terapêuticos tendem a apresentar resultados mais expressivos, atuando simultaneamente na redução da dor e na recuperação funcional (BERNAL-UTRERA et al., 2019).

A liberação miofascial destaca-se, portanto, como um recurso terapêutico complementar que pode contribuir para a redução de tensões musculares, melhora da mobilidade e favorecimento do retorno às atividades cotidianas.

Diante da relevância clínica e funcional da cervicobraquialgia e do crescente número de evidências científicas relacionadas ao uso da liberação miofascial, o presente estudo tem como objetivo analisar, por meio de uma revisão integrativa da literatura, os efeitos da liberação miofascial sobre a dor, a amplitude de movimento cervical e a funcionalidade em indivíduos acometidos por cervicobraquialgia.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL:**

Analisar os efeitos das técnicas de liberação miofascial no manejo da cervicobraquialgia.

### **2.2 OBJETIVO ESPECÍFICO:**

Avaliar a influência da liberação miofascial na redução da dor, amplitude de movimento e funcionalidade dos membros superiores.



### 3 METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como uma revisão integrativa da literatura, desenvolvida com o objetivo de reunir, analisar e sintetizar evidências científicas relacionadas aos efeitos da liberação miofascial no tratamento da cervicobraquialgia. Esse tipo de revisão permite a integração de resultados provenientes de diferentes delineamentos metodológicos, possibilitando uma compreensão mais ampla sobre os efeitos clínicos das intervenções investigadas, além de contribuir para a identificação de lacunas existentes na literatura e para o aprimoramento da prática fisioterapêutica.

#### 3.1 ESTRATÉGIA DE BUSCA

A busca dos estudos foi realizada nas bases de dados PubMed, SciELO e PEDro (Physiotherapy Evidence Database), selecionadas por apresentarem ampla produção científica nas áreas de fisioterapia, terapia manual e disfunções musculoesqueléticas.

Para a realização da busca, foram utilizados descritores obtidos a partir dos vocabulários controlados DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) e MeSH (Medical Subject Headings), empregados nos idiomas português e inglês. Entre os termos utilizados destacam-se: cervicobraquialgia, dor cervical, dor irradiada cervical, dor cervical não específica, dor no pescoço, dor mecânica no pescoço, liberação miofascial, amplitude de movimento, dor no braço, músculos do pescoço, dor musculoesquelética, terapia manual, técnicas miofasciais, cervical myofascial release e cervical pain.

A combinação entre os descritores foi realizada por meio dos operadores booleanos AND e OR, com a finalidade de ampliar e refinar os resultados obtidos nas bases de dados selecionadas.

#### 3.2 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO

Foram considerados elegíveis para esta revisão estudos que atendessem aos seguintes critérios:

- publicações entre os anos de 2015 e 2024;
- artigos disponíveis nos idiomas português, inglês ou espanhol;
- estudos que investigassem a aplicação da liberação miofascial em indivíduos com cervicobraquialgia ou dor cervical com irradiação para o membro superior;
- pesquisas que apresentassem desfechos relacionados à dor, amplitude de movimento cervical ou funcionalidade;
- estudos que incluíssem avaliação clínica antes e após a intervenção.

A definição desses critérios baseou-se em evidências que descrevem o caráter multifatorial da cervicobraquialgia e seus impactos sobre a dor, mobilidade cervical e desempenho funcional dos



indivíduos acometidos, conforme descrito por Gangavelli et al. (2016), Souza, Silva e Ferraz (2020) e Sangha et al. (2022).

### 3.3 CRITÉRIOS DE EXCLUSÃO

Foram excluídos da análise:

- artigos duplicados entre as bases de dados pesquisadas;
- estudos realizados em modelos animais;
- revisões narrativas, relatos de experiência e publicações que não abordassem diretamente o tema proposto;
- pesquisas que não apresentassem resultados clínicos mensuráveis ou aplicáveis à prática fisioterapêutica;
- estudos que investigassem exclusivamente outras abordagens terapêuticas, sem análise específica dos efeitos da liberação miofascial.

### 3.4 SELEÇÃO DOS ESTUDOS

O processo de seleção dos estudos ocorreu em três etapas. Inicialmente foi realizada a leitura dos títulos e resumos, com o objetivo de identificar publicações potencialmente relacionadas ao tema da pesquisa. Em seguida, os artigos considerados elegíveis passaram por leitura completa, possibilitando uma avaliação mais detalhada dos métodos utilizados e dos resultados apresentados. Por fim, foram incluídos na revisão apenas os estudos que atenderam integralmente aos critérios de elegibilidade previamente estabelecidos.

Esse procedimento sistematizado permitiu organizar e comparar os achados disponíveis na literatura, especialmente em relação aos principais desfechos investigados em pesquisas sobre cervicobraquialgia, como dor, amplitude de movimento cervical e funcionalidade, conforme relatado por Jesús-Moraleida et al. (2017) e Andrade (2024).

### 3.5 ANÁLISE DOS DADOS

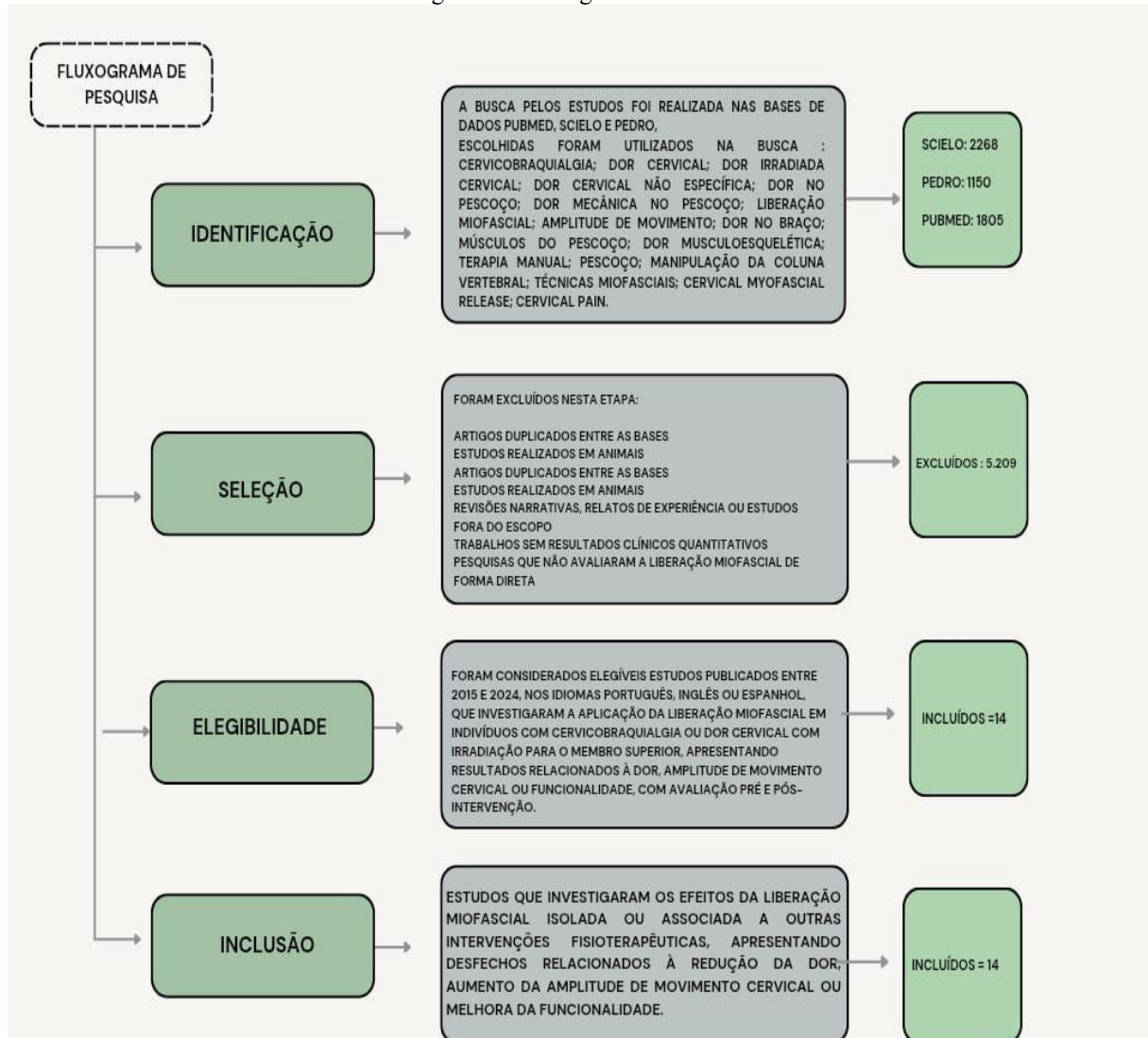
A análise dos dados foi realizada de maneira descritiva e comparativa, buscando interpretar criticamente os resultados apresentados nos estudos selecionados. Para facilitar a organização das informações, os achados foram agrupados em três categorias principais:

- Redução da dor, considerando medidas como Escala Visual Analógica (EVA), sensibilidade dolorosa e limiar de pressão;
- Aumento da amplitude de movimento da coluna cervical;
- Melhora da funcionalidade do membro superior e das atividades de vida diária.



Essa organização foi adotada com base em evidências que indicam que a liberação miofascial pode contribuir para a redução da dor, melhora da mobilidade cervical e otimização da função musculoesquelética em indivíduos com dor cervical ou cervicobraquialgia, conforme descrito por Rodríguez-Huguet et al. (2018), Gauns e Gurudut (2018) e Bernal-Utrera et al. (2019).

Figura 1 – Fluxograma da revisão



Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

## 4 RESULTADOS

A busca realizada nas bases de dados PubMed, SciELO e PEDro (Physiotherapy Evidence Database) resultou inicialmente em 5.223 estudos, sendo identificados 2.268 na base SciELO, 1.150 na PEDro e 1.805 na PubMed, conforme ilustrado na Figura 1, que apresenta o fluxograma das etapas de seleção dos estudos.

Na etapa de triagem foram excluídos os artigos duplicados entre as bases de dados, estudos realizados em modelos animais, revisões narrativas, relatos de experiência e publicações que não



abordavam diretamente intervenções fisioterapêuticas relacionadas ao manejo da dor cervical ou da cervicobraquialgia.

Posteriormente, os estudos potencialmente relevantes foram submetidos à leitura completa, com o objetivo de verificar a adequação aos critérios de elegibilidade previamente estabelecidos. Foram considerados elegíveis os estudos publicados nos idiomas português, inglês ou espanhol, que investigaram a aplicação da liberação miofascial ou intervenções fisioterapêuticas associadas ao tratamento da dor cervical, com avaliação de desfechos relacionados à dor, amplitude de movimento cervical ou funcionalidade.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 14 estudos foram selecionados para compor a análise final desta revisão integrativa.

Os estudos incluídos foram publicados entre 2015 e 2024, período que evidencia o interesse recente da literatura científica em investigar intervenções fisioterapêuticas voltadas ao manejo da dor cervical e da cervicobraquialgia.

De forma geral, os estudos analisados envolveram indivíduos adultos com dor cervical ou cervicobraquialgia, com predominância de participantes entre 20 e 60 anos, incluindo homens e mulheres.

Em relação às intervenções investigadas, observou-se que a liberação miofascial foi frequentemente aplicada na região cervical, sendo utilizada tanto de forma isolada quanto associada a outras estratégias terapêuticas, como exercícios terapêuticos, estabilização cervical, ativação da musculatura cervical profunda e técnicas de controle motor.

De maneira geral, os resultados encontrados nos estudos analisados indicaram efeitos positivos da liberação miofascial no tratamento da dor cervical e da cervicobraquialgia. Entre os principais desfechos observados destacam-se a redução da intensidade da dor, o aumento da amplitude de movimento da coluna cervical, além de melhora da funcionalidade do membro superior.

Além desses aspectos, alguns estudos também relataram melhora da força dos músculos cervicais profundos, bem como melhora do controle motor e do alinhamento postural, fatores que podem contribuir para a redução de sobrecargas mecânicas na região cervical.

Entre os estudos incluídos nesta revisão, um ensaio clínico randomizado avaliou indivíduos com radiculopatia cervical unilateral, condição frequentemente associada à cervicobraquialgia. Nesse estudo, os participantes foram divididos em dois grupos: um grupo recebeu tratamento fisioterapêutico convencional associado a exercícios terapêuticos, enquanto o outro grupo recebeu liberação miofascial associada ao tratamento convencional.

Os resultados demonstraram que os participantes submetidos à liberação miofascial apresentaram maior melhora na amplitude de movimento cervical, incluindo movimentos de flexão, extensão, rotação e flexão lateral. Além disso, observou-se aumento da força muscular em músculos



do membro superior, como bíceps, tríceps e flexores do punho, além de redução mais expressiva dos níveis de dor e da incapacidade funcional em comparação ao grupo que realizou apenas exercícios terapêuticos.

Outro estudo incluído na análise destacou que a liberação miofascial pode atuar sobre o sistema fascial, promovendo melhora da mobilidade dos tecidos, aumento da amplitude de movimento e redução da sensibilidade dolorosa. Esses efeitos podem contribuir para a normalização da função neuromuscular e diminuição da tensão miofascial, fatores frequentemente relacionados ao surgimento e à manutenção da dor cervical com irradiação para os membros superiores.

De modo geral, os achados desta revisão indicam que a liberação miofascial, especialmente quando associada a exercícios terapêuticos, pode contribuir para a redução da dor, melhora da mobilidade cervical e recuperação funcional, demonstrando potencial como recurso complementar no tratamento fisioterapêutico da cervicobraquialgia.

Tabela 1 – Eficácia da liberação miofascial na cervicobraquialgia.

<b>Autor/Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Amostra</b>	<b>Intervenção</b>	<b>Conclusão</b>
Rodríguez-Huguet et al., 2018	Avaliar efeitos da liberação miofascial na dor cervical	Adultos com dor cervical	Liberação miofascial cervical	Redução da dor e aumento do limiar de dor
Rodríguez-Huguet et al., 2020	Analisar efeitos na mobilidade cervical	Dor cervical mecânica	Liberação miofascial	Melhora da mobilidade e redução da dor
Gauns & Gurudut, 2018	Efeito da liberação miofascial global	Dor cervical com irradiação	Liberação miofascial global	Redução da dor e melhora da ADM
Lee et al., 2024	Eficácia na síndrome miofascial cervical	Adultos com SD miofascial	Liberação miofascial + tratamento	Melhora da dor, mobilidade e função
Bernal-Utrera et al., 2019	Comparar terapia manual e exercícios	Dor cervical crônica	Terapia manual vs exercício	Melhor quando combinados
Jesus-Moraleida et al., 2017	Dor cervical e incapacidade	Adultos	Avaliação clínica	Dor associada à limitação funcional
Sangha et al., 2022	Força muscular e incapacidade	Radiculopatia cervical	Avaliação de força	Fraqueza aumenta incapacidade
Khan et al., 2022	Prevalência da dor cervical	População geral	Revisão sistemática	Alta prevalência e impacto
Gangavelli et al., 2016	Origem da dor cervicobraquial	Pacientes com dor irradiada	Avaliação clínica	Nem toda dor é neurogênica
Souza et al., 2020	Efeitos da liberação miofascial	Estudos de cervicálgia	Revisão sistemática	Eficaz na dor e função
Andrade, 2024	Prevalência de dor cervical	Adultos	Estudo populacional	Alta prevalência
Nascimento et al., 2024	Técnicas miofasciais	Dor cervical	Técnicas miofasciais	Resultados promissores
Melo et al., 2021	Mobilização neural	Pacientes com dor neural	Mobilização neural	Redução dos sintomas
Cunha et al., 2022	Terapia manual e exercícios	Dor cervical	Terapia manual + exercícios	Melhores resultados combinados
<b>Autor/Ano</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Amostra</b>	<b>Intervenção</b>	<b>Conclusão</b>

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).



Tabela 2 - Síntese dos estudos segundo a estratégia PICO.

ELEMENTOS	DESCRIÇÃO	EVIDÊNCIAS
<b>P (População/Paciente)</b>	<i>Indivíduos adultos com dor cervical, cervicobraquialgia ou dor cervical com irradiação para o membro superior. A maioria dos estudos avaliou participantes com idade entre 20 e 60 anos, incluindo indivíduos de ambos os sexos.</i>	(Gangavelli et al., 2016);  (Souza; Silva; Ferraz, 2020);  (Sangha et al., 2022);  (Andrade, 2024).
<b>I (Intervenção)</b>	Aplicação de técnicas de liberação miofascial na região cervical, utilizadas de forma isolada ou associadas a exercícios terapêuticos, estabilização cervical, ativação da musculatura cervical profunda e estratégias de controle motor.	(Rodríguez-Huguet et al., 2018); (Rodríguez-Huguet et al., 2020); (Gauns; Gurudut, 2018); (Lee et al., 2024).
<b>C (Comparação)</b>	Exercícios terapêuticos convencionais, alongamentos, outras técnicas de terapia manual ou programas de tratamento fisioterapêutico sem a utilização da liberação miofascial.	(Bernal-Utrera et al., 2019); (Gauns; Gurudut, 2018).
<b>O (Outcomes)</b>	Redução da intensidade da dor, aumento da ADM cervical, melhora da funcionalidade do membro superior, melhora da força dos músculos cervicais profundos e do controle motor e do alinhamento postural.	

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

## 5 DISCUSSÃO

A cervicobraquialgia transcende a dor local, configurando-se como uma condição de alto impacto funcional e socioeconômico. Andrade (2024) e Jesus-Moraleida et al. (2017) convergem ao demonstrar a alta prevalência dessa patologia na população adulta, porém, enquanto Andrade foca na dimensão epidemiológica, Jesus-Moraleida detalha como a cronicidade da dor cervical estabelece um ciclo vicioso de incapacidade funcional. Essa base é reforçada por Khan et al. (2022), que defendem que o tratamento não deve ser focado apenas no sintoma álgico, mas na restauração da qualidade de vida, o que justifica a busca por técnicas que atuem além da superfície.

Um ponto de inflexão fundamental na discussão teórica reside na origem da dor. Embora o senso comum clínico aponte para causas puramente neurogênicas (como compressões discais), Gangavelli et al. (2016) trazem uma contribuição diferenciada: eles questionam a frequência desses diagnósticos e defendem que disfunções miofasciais podem mimetizar ou exacerbar sintomas radiculares. Essa perspectiva é o que sustenta a escolha da Liberação Miofascial (LMF). Tecnicamente, a LMF é empregada porque a fásia, quando restrita, perde sua capacidade de deslizamento, gerando pontos de tensão que comprimem estruturas nervosas adjacentes. Portanto, a técnica não visa apenas o relaxamento muscular, mas a descompressão mecânica de todo o trajeto braquial através da manipulação do tecido conjuntivo (GAUNS; GURUDUT, 2018; NASCIMENTO; ALMEIDA; SILVA, 2024).

No que diz respeito aos mecanismos de alívio da dor, os estudos de RodríguezHuguet et al. (2018, 2020) apresentam resultados robustos sobre o Limiar de Dor à Pressão (LDP). Os autores



defendem que a LMF promove uma dessensibilização periférica. A diferença sutil, mas importante, entre seus achados é que o estudo de 2020 consolida a técnica como uma ferramenta de modulação neurofisiológica, sugerindo que o toque sustentado altera a percepção dolorosa no sistema nervoso central, e não apenas no tecido local. Ao compararmos a aplicação da técnica, observamos divergências metodológicas interessantes:

- Lee et al. (2024) defendem o uso da LMF focada na síndrome dolorosa miofascial cervical, demonstrando que ela é superior a intervenções isoladas por tratar a causa mecânica do ponto-gatilho.
- Em contrapartida, Gauns e Gurudut (2018) propõem uma abordagem de "liberação miofascial global". A diferença aqui é a amplitude: enquanto Lee foca no segmento cervical, Gauns e Gurudut defendem que o tratamento da cervicobraquialgia exige a liberação de toda a cadeia miofascial do membro superior para reduzir a sintomatologia irradiada, obtendo resultados mais abrangentes na função do braço.

A literatura também coloca em perspectiva a LMF frente a outras terapias manuais. A revisão da Cochrane (GROSS et al., 2015) destaca a eficácia das mobilizações e manipulações cervicais, mas impõe cautela quanto aos riscos. É neste cenário que a LMF se diferencia: conforme apontam Cunha et al. (2022) e Bernal-Utrera et al. (2019), a terapia manual (incluindo a LMF) apresenta benefícios clínicos significativos, mas Bernal-Utrera defende enfaticamente que a terapia manual isolada é menos eficaz que a sua combinação com exercícios terapêuticos. Essa visão é crucial, pois desloca o paciente de um papel passivo para um papel ativo na reabilitação.

Para casos onde a irritação do nervo é o componente dominante, Melo et al. (2021) inserem a mobilização neural como um complemento indispensável à LMF. Enquanto a técnica miofascial atua no "leito" (o caminho externo), a mobilização neural foca na mecânica intrínseca do nervo. Essa integração é validada pela revisão de Nascimento, Almeida e Silva (2024), que defendem que a aplicação de técnicas miofasciais prepara o tecido para receber outras intervenções, otimizando o prognóstico. Por fim, considerando a fraqueza muscular identificada por Sangha et al. (2022) como consequência da radiculopatia, a discussão conclui que a liberação do tecido conjuntivo é o passo inicial necessário para que o fortalecimento muscular ocorra sem compensações álgicas, como sugerido por Souza, Silva e Ferraz (2020).

## 6 CONCLUSÃO

A cervicobraquialgia compõe uma condição musculoesquelética frequente e com potencial incapacitante, caracterizada por dor cervical irradiada para os membros superiores e frequentemente associada a limitações funcionais que afetam negativamente a qualidade de vida dos indivíduos



acometidos. Tendo em vista sua elevada prevalência e caráter multifatorial, torna-se essencial a adoção de medidas terapêuticas eficazes e baseadas em evidências científicas para o tratamento clínico dessa condição.

Esta pesquisa teve como objetivo analisar os efeitos das técnicas de liberação miofascial no tratamento da cervicobraquialgia por meio de uma revisão integrativa da literatura. Com base na análise dos estudos selecionados, verificou-se que a liberação miofascial apresenta resultados positivos, especialmente na redução da dor, no aumento da amplitude de movimento da coluna cervical e na melhora da funcionalidade dos membros superiores.

As evidências indicam que a técnica atua diretamente sobre o tecido fascial, promovendo a diminuição das restrições teciduais, melhora da mobilidade e redução da sensibilidade dolorosa, contribuindo para o equilíbrio da função neuromuscular e para a diminuição das tensões miofasciais. Esses efeitos favorecem o desempenho das atividades de vida diária e o retorno às atividades ocupacionais e sociais.

Outro aspecto significativo refere-se ao potencial terapêutico da liberação miofascial quando associada a outras intervenções fisioterapêuticas. A combinação com exercícios terapêuticos, estabilização cervical e técnicas de controle motor demonstrou resultados superiores quando comparada a intervenções isoladas, sugerindo que abordagens integradas são mais eficazes.

Desse modo, a técnica promove alívio sintomático e favorece a reabilitação funcional dos indivíduos, configurando-se como um recurso terapêutico relevante no manejo fisioterapêutico da cervicobraquialgia.

Entretanto, destaca-se a necessidade de novos estudos com delineamentos metodológicos mais robustos, amostras maiores e acompanhamento a longo prazo, a fim de fortalecer o nível de evidências científicas e estabelecer protocolos clínicos mais padronizados para sua aplicação. Dessa forma, futuras pesquisas poderão ampliar o conhecimento sobre as técnicas manuais de liberação miofascial e otimizar sua aplicação na prática fisioterapêutica.



**REFERÊNCIAS**

1. ANDRADE, L. F. Prevalência de dor cervical e incapacidade funcional em adultos: estudo de base populacional em Aracaju, Sergipe. *Coluna/Columna*, São Paulo, v. 23, n. 1, p. 12–19, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1808-185120242301280691>.
2. LEE, J.; KIM, H.; PARK, S.; CHOI, Y. Myofascial release therapy in patients with cervical myofascial pain syndrome: a randomized controlled trial. *Healthcare*, 2024. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/41717515/>.
3. BERNAL-UTRERA, C.; GONZÁLEZ-GEREZ, J. J.; SAAVEDRA-HERNANDEZ, M.; LÉRIDA-ORTEGA, M. Á.; RODRÍGUEZ-BLANCO, C. Manual therapy versus therapeutic exercise in non-specific chronic neck pain: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, v. 20, p. 487, 2019. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13063-019-3598-7>.
4. GAUNS, S. V.; GURUDUT, P. V. A randomized clinical trial to study the effect of gross myofascial release in mechanical neck pain referred to upper limb. *International Journal of Health Sciences*, v. 12, n. 5, p. 51, 2018. Disponível em: <https://ijhs.qu.edu.sa/index.php/journal/article/view/2552/877>.
5. GANGAVELLI, R.; NAIR, N. S.; BHAT, A. K.; SOLOMON, J. M. Cervicobrachial pain – how often is it neurogenic? *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, v. 10, n. 3, p. YC14–YC16, 2016. DOI: <https://doi.org/10.7860/JCDR/2016/16456.7492>.
6. JESUS-MORALEIDA, C. et al. Relação entre dor cervical e incapacidade funcional em adultos com dor cervical crônica. *Fisioterapia e Pesquisa*, São Paulo, v. 24, n. 2, p. 147–153, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-5918.030.003.AO15>.
7. KHAN, M. et al. The burden and determinants of neck pain in the general population: a systematic review. *BMC Musculoskeletal Disorders*, v. 23, n. 567, 2022. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12891-022-05516-1>.
8. SANGHA, S. S. et al. Association of muscle strength with functional disability in patients with cervical radiculopathy. *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation*, v. 35, n. 4, p. 707–714, 2022. DOI: <https://doi.org/10.3233/BMR-210191>.
9. SOUZA, R. L. F. C.; SILVA, S. S.; FERRAZ, D. D. Efeitos da liberação miofascial na cervicalgia: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Ciências do Movimento*, v. 28, n. 3, p. 171–182, 2020. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/10852>.
10. RODRÍGUEZ-HUGUET, M.; GIL-SALÚ, J. L.; RODRÍGUEZ-HUGUET, P.; CABRERA-AFONSO, J. R.; LOMAS-VEGA, R. Effects of myofascial release on pressure pain thresholds in patients with neck pain: a single-blind randomized controlled trial. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, v. 97, n. 1, p. 16–22, jan. 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28678033/>.
11. GROSS, A.; MILLER, J.; DODWELL, E.; GOLDENBERG, J.; HURT, C.; MORK, A. et al. Manipulation and mobilisation for neck pain contrasted against each other and against treatments such as exercise, advice, or placebo – update of a Cochrane review. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2015. PMCID: PMC10883412. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10883412/>.



12. CUNHA, R. M. et al. Efeitos da terapia manual em pacientes com dor cervical crônica. 2022. (TCC – Universidade Federal do Rio Grande do Norte). Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7697824/>.
13. MELO, M. M. S. et al. Efeito da mobilização neural no tratamento da dor em indivíduos com cervicobraquialgia. *Revista Brasileira de Ciência do Movimento*, v. 29, n. 1, 2021. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/RBCM/article/view/10910>.
14. NASCIMENTO, A. M. H. C.; ALMEIDA, E. G. G.; SILVA, G. L. L. Utilização das técnicas miofasciais nas cervicobraquialgias: uma revisão literária. *Revista FT – Ciências da Saúde*, v. 29, n. 140, p. 34–35, nov. 2024. DOI: 10.69849/revistaft/cl10202411260734. Disponível em: <https://revistaft.com.br/utilizacao-das-tecnicas-miofasciais-nas-cervicobraquialgias-uma-revisao-literaria/>.
15. RODRÍGUEZ-HUGUET, M.; GIL-SALÚ, J. L.; RODRÍGUEZ-HUGUET, P.; CABRERA-AFONSO, J. R.; LOMAS-VEGA, R. Effects of myofascial release on pressure pain thresholds in patients with neck pain: randomized clinical trial. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32317109/>.

