

## **Liberção Miofascial Instrumental na Escola: Um relato de experiência na “Feira de Profissões” no I.E.E Elisa Ferrari Valls**

Bruno Ben Pilissão, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa,  
Campus Uruguaiana

Alexandre Palma Pacheco, discente de graduação, Universidade Federal do  
Pampa, Campus Uruguaiana

Katle Andressa Rodrigues, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa,  
Campus Uruguaiana

Mariana Lentz Moreira, discente de graduação, Universidade Federal do Pampa,  
Campus Uruguaiana

Gustavo Pilon de Angelo, fisioterapeuta, Clínica de Quiropraxia & Eletro-Acupuntura  
Corporal, Vitória, ES

Nelson Francisco Serrão Júnior, docente, Universidade Federal do Pampa, campus  
Uruguaiana

brunopilissao.aluno@unipampa.edu.br

### **Introdução**

A fásia é caracterizada como um conjunto de camadas de tecido conjuntivo fibroso do tipo resistente e elástico, sendo dividida em superficial e profunda, a superficial está localizada logo abaixo da pele e a profunda envolve toda a musculatura esquelética, nervos e também pelas vísceras do corpo formando uma única estrutura. É composta por água, colágeno e sobretudo por elastina e as suas principais funções envolvem a proteção, sustentação, separação de estruturas e a realização da lubrificação desse tecido permitindo o deslizamento da musculatura. Quanto à lubrificação, quando se encontra baixa é pelo fator proveniente da má nutrição, conseqüentemente, aumenta as chances de tensões e lesões por conta de aderências, ocasionando um enrijecimento do tecido e diminuição da amplitude de movimento. Nestes casos, a liberação miofascial é eficiente por ser uma técnica preventiva de lesões e por reduzir a dor muscular, podendo ser realizada manualmente ou com o auxílio de equipamentos, diante disso, como repercussão se espera uma melhora no quadro algico, bem como, aumento da mobilidade e relaxamento dos músculos. O objetivo deste trabalho foi relatar a importância e os benefícios da aplicação da técnica de Liberação Miofascial Instrumental para intervir em quadros algicos de jovens e adultos, em um evento escolar como a Feira das Profissões, tanto para o acadêmico de fisioterapia por ser uma experiência prática e, quanto para os estudantes do ensino médios e aos funcionários, para que os mesmos possam ter a experiência da aplicabilidade da técnica e seus benefícios oriundos da fisioterapia, como a analgesia. Para a metodologia do presente trabalho foi realizado um estudo do tipo relato de experiência referente a liberação miofascial instrumental (LMI), realizado em agosto de 2022, no IEE Elisa Ferrari Valls, na cidade de Uruguaiana, localizada no Rio Grande do Sul, onde participaram 8 voluntários entre alunos e funcionários, com a idade entre 15 e 66 anos, realizando

o uso da Instrument Assist Soft Tissue Mobilization (IASTM), conceito Gustavo Pilon, o qual se refere a uma técnica de manipulação e liberação instrumental da fáscia, que visa liberar aderências da fáscia sobre o músculo, resultando em uma diminuição do quadro algico do participante e uma melhora do arco do movimento, aumentando sua amplitude de movimento. O quadro algico foi relatado pelo próprio participante e classificado a partir da escala de Borg entre 1 a 10, antes e após a intervenção da técnica IASTM. Ao chegar no IEE Elisa Ferrari Valls, instalamos o nosso estande de Fisioterapia - Unipampa, onde foi colocado em evidência os Instrument Assist Soft Tissue Mobilization (IASTM), juntamente com uma maca e a Escala de Borg, onde ficaram expostos para a comunidade escolar se aproximar, dando a possibilidade de obterem conhecimentos sobre a LMI e participarem de um atendimento. À vista disso, foi questionado se o participante apresentava algum ponto de dor ou aderência, caso a resposta fosse positiva, era emitido um convite para comparecer a uma sessão de LMI por 5 minutos, ao aceitar o convite, o mesmo deveria responder um questionário referente ao seu nome e idade, classificando a sua dor através da Escala de Borg entre 1 a 10. Após estas etapas, os mesmos foram submetidos à técnica de LMI, utilizando-se dos IASTM e ao término da sessão, era aplicada novamente a Escala de Borg, onde se alcançou uma diminuição significativa do quadro algico do participante, devido a liberação das aderências e melhora da biomecânica do movimento. Desse modo, foi possível afirmar que a técnica de liberação miofascial apresenta grande relevância para intervir em quadros dolorosos envolvendo a musculatura e fáscia. E como a participação em eventos escolares é de suma importância para evidenciar de forma prática os benefícios e a aplicabilidade da manipulação da fáscia de forma rápida e com resultados positivos, onde foi demonstrado uma efetiva resposta a quadros algicos, reduzindo dores e melhorando a qualidade do movimento.

Agradecimentos: ao Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Pampa e IEE Elisa Ferrari Valls.

Palavras-Chaves: Fisioterapia; Fáscia; Liberação Miofascial Instrumental.