Machine Translated by Google
RCMOS – Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

Salud ocupacional basada en la evidencia: el papel de la fisioterapia en la prevención del dolor lumbar y la promoción de la longevidad funcional en profesionales expuestos a sobrecargas.
Salud ocupacional basada en la evidencia: el papel de la fisioterapia en la prevención del dolor lumbar y la promoción de la longevidad funcional en trabajadores expuestos a sobrecarga física.
Salud ocupacional basada en la evidencia: el papel de la fisioterapia en la prevención del dolor de espalda y la promoción de la longevidad funcional en profesionales expuestos a sobrecarga.

Walisson Cesar Alves Domingues,
Fisioterapeuta, graduado de la Pontificia Universidad Federal de Paraná (UFPR), en Matinhos, PR, Brasil.
Correo electrónico: walissonfisioterapia@gmail.com

Michele Cristina Melo,
fisioterapeuta, se graduó en la Universidad del Sur de Santa Catarina (UNISUL), Florianópolis, SC, Brasil.
Correo electrónico: mi_cmelo@hotmail.com

Ricardo Sandro Gerlin,
Fisioterapeuta, graduado de la Universidad Grande Rio (UNIGRANRIO), Duque de Caxias, RJ, Brasil. Correo electrónico: rsgerlin@gmail.com

Lívia Macedo Bastos,
Fisioterapeuta, egresada de la Universidad Estácio de Sá, Rio de Janeiro, RJ, Brasil.
Correo electrónico: liviafisiot.bastos@gmail.com

Givanildo Nascimento dos Santos ,
fisioterapeuta / Máster en Medicina y Salud Humana por la Universidad Católica de Salvador y la Escuela Bahiana de Medicina y Salud Pública, Salvador, BA, Brasil.
Correo electrónico: givanascimento@hotmail.com

RESUMEN El
dolor lumbar es una afección musculoesquelética frecuente asociada con dolor, discapacidad y limitaciones funcionales, y puede estar relacionada con la exposición ocupacional a altas cargas físicas, posturas sostenidas, movimientos repetitivos y condiciones ergonómicas desfavorables. En este contexto, la fisioterapia puede contribuir al manejo de los síntomas y la preservación de la capacidad funcional de los trabajadores. Este estudio tuvo como objetivo analizar la contribución de la fisioterapia a la prevención y el manejo del dolor lumbar, así como discutir su relación con el mantenimiento de la funcionalidad en profesionales expuestos a sobrecarga ocupacional. Esta es una revisión narrativa y descriptiva con un enfoque cualitativo, compuesta por publicaciones nacionales e internacionales publicadas entre 2017 y 2021. Se analizaron artículos, libros, trabajos académicos y documentos institucionales relacionados con el dolor lumbar, la fisioterapia, la salud ocupacional, la ergonomía y la capacidad funcional. Las publicaciones han señalado la influencia de factores biomecánicos, ergonómicos y psicosociales en el dolor lumbar y han resaltado la evaluación funcional, el ejercicio terapéutico, la estabilización lumbopélvica, el fortalecimiento muscular, la educación para la salud y la orientación ergonómica como componentes de la atención fisioterapéutica. Se concluye que la fisioterapia puede contribuir al tratamiento del dolor lumbar y a la reducción de las limitaciones funcionales.

Sin embargo, la heterogeneidad y el escaso número de publicaciones, así como la escasez de estudios preventivos realizados directamente en el lugar de trabajo, limitan la generalización de los resultados.
Palabras clave: Fisioterapia; Dolor lumbar; Salud laboral; Ergonomía; Capacidad funcional.

ABSTRACTO
El dolor lumbar es una afección musculoesquelética común asociada con dolor, discapacidad y limitación funcional.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google
RCMOS – Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

limitaciones. Puede estar relacionado con la exposición ocupacional a altas cargas físicas, posturas sostenidas, movimientos repetitivos y condiciones ergonómicas desfavorables. En este contexto, la fisioterapia puede contribuir al manejo de los síntomas y a la preservación de la capacidad funcional de los trabajadores. Este estudio tuvo como objetivo analizar la contribución de la fisioterapia a la prevención y el manejo del dolor lumbar y discutir su relación con el mantenimiento de la función en trabajadores expuestos a sobrecarga ocupacional. Esta revisión narrativa, descriptiva y cualitativa incluyó publicaciones nacionales e internacionales emitidas entre 2017 y 2021. Se analizaron artículos, libros, trabajos académicos y un documento institucional que abordaban el dolor lumbar, la fisioterapia, la salud ocupacional, la ergonomía y la capacidad funcional. Las publicaciones indicaron que los factores biomecánicos, ergonómicos y psicosociales influyen en el dolor lumbar y destacaron la evaluación funcional, el ejercicio terapéutico, la estabilización lumbopélvica, el fortalecimiento muscular, la educación para la salud y la orientación ergonómica como componentes de la atención de fisioterapia. La fisioterapia puede ayudar a controlar el dolor lumbar y reducir las limitaciones funcionales. Sin embargo, la heterogeneidad y el escaso número de publicaciones, junto con la escasez de estudios preventivos realizados directamente en el lugar de trabajo, limitan la generalización de los resultados.

Palabras clave: Fisioterapia; Dolor lumbar; Salud laboral; Ergonomía; Capacidad funcional.

INTRODUCCIÓN

La salud ocupacional es fundamental para promover la calidad de vida y preservar...

capacidad funcional y la retención saludable de los trabajadores en sus actividades profesionales.

En diversos contextos laborales, la exposición continua a cargas físicas elevadas y posturas prolongadas...

o inadecuado, movimientos repetitivos, esfuerzo excesivo y condiciones ergonómicas desfavorables

Puede favorecer el desarrollo o el empeoramiento de trastornos musculoesqueléticos, entre otros.

El dolor lumbar es un síntoma frecuente.

La columna lumbar participa en el soporte del cuerpo, la transferencia de cargas y la realización de funciones corporales.

movimientos del tronco. Su estabilidad depende de la integración entre estructuras pasivas, como

vértebras, discos y ligamentos, y componentes de control activo y neuromuscular, especialmente el

Músculos del tronco, la pelvis y las extremidades inferiores. Cambios en la fuerza, la resistencia y...

El control motor puede modificar la distribución de las cargas y contribuir a la persistencia de los síntomas.

en individuos con dolor lumbar crónico inespecífico (LONGEN; BRANDLFI, 2018).

El dolor lumbar tiene un origen multifactorial. Además de las exigencias físicas, los factores individuales,

Los factores conductuales, organizacionales y psicosociales pueden influir en el inicio, la intensidad y

Persistencia de los síntomas. En el trabajo, manipulación manual de cargas, flexión y rotación.

movimientos frecuentes del tronco, tiempo prolongado en posición sentada o de pie, repetitividad, ausencia

Los descansos cortos y los puestos de trabajo inadecuados son factores de riesgo relevantes, pero no deberían...

interpretadas como causas aisladas (GOMES, 2019).

La persistencia del dolor durante un período superior a 12 semanas caracteriza el dolor lumbar crónico.

En esta condición, la discapacidad no depende exclusivamente de cambios estructurales; creencias relacionadas

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

El dolor, el miedo al movimiento, el estrés, las condiciones sociales y las exigencias laborales también pueden contribuir.
para interferir con la funcionalidad. Por lo tanto, la evaluación de fisioterapia debe considerar a la persona, su
actividades, su participación y el contexto laboral, en línea con un enfoque
biopsicosocial.

En el campo de la fisioterapia, el ejercicio terapéutico es uno de los enfoques más utilizados para...
Dolor lumbar. Los programas de fortalecimiento, movilidad, resistencia y estabilización pueden ser de gran ayuda.
Control motor y ejecución de actividades funcionales. El método Pilates es una de las posibilidades.
pero no debe presentarse como superior a otras formas de ejercicio, porque los resultados
Dependen de las características clínicas, la progresión, la adherencia y los objetivos individuales (KURIKI;
KEYS; ALVES, 2017; SILVA et al., 2018).

El desempeño en el entorno laboral también incluye el análisis de las exigencias de la tarea y la orientación.
ergonomía, educación para la salud, fomento de la actividad física, planificación de descansos y
Monitoreo funcional. Estas acciones deben coordinarse con medidas organizativas, porque
Las intervenciones dirigidas únicamente al comportamiento individual pueden resultar insuficientes cuando...
Las condiciones laborales siguen siendo inadecuadas.

En este estudio, la longevidad funcional se entiende como la preservación, a lo largo de la vida...
profesional, la capacidad de realizar tareas laborales y actividades diarias de forma autónoma,
seguridad y participación. El término se utiliza desde una perspectiva de cuidado, y no como una
El resultado se midió directamente mediante las publicaciones analizadas.

Dado este contexto, el objetivo de este estudio fue analizar, basándose en las publicaciones disponibles hasta [fecha].
En 2021, se debatió la contribución de la fisioterapia a la prevención y el tratamiento del dolor lumbar, así como...
su relación con el mantenimiento de la capacidad funcional de los profesionales expuestos a la sobrecarga.
ocupacional.

MÉTODO

Se trata de una revisión bibliográfica narrativa, de carácter descriptivo y con un enfoque cualitativo.
Este enfoque se adoptó para integrar diferentes tipos de publicaciones y analizar el papel de la fisioterapia.
Dados los desafíos del dolor lumbar y las exigencias laborales, y puesto que no se trata de una revisión sistemática,
Los resultados deben interpretarse como una síntesis crítica y contextual, sin pretender ser exhaustivos.
literatura o para estimar cuantitativamente la efectividad de las intervenciones.

El corpus documental constaba de nueve publicaciones nacionales e internacionales, difundidas
Entre 2017 y junio de 2021, y previamente seleccionados por su relación con los siguientes temas:
Dolor lumbar o lumbago; fisioterapia; salud laboral; ergonomía; sobrecarga física; calidad de vida.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google
RCMOS – Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

Vida; capacidad funcional; evaluación; prevención o tratamiento. Se incluyeron artículos científicos.
libros técnicos, artículos académicos y documentos institucionales, considerando la diversidad de
Fuentes disponibles para el debate propuesto.
Se consideraron elegibles los documentos que involucraban sujetos humanos o que se centraban en organizaciones.
de atención y práctica de fisioterapia; publicaciones que abordan el dolor lumbar, la funcionalidad,
Intervenciones de salud laboral o fisioterapia; textos completos disponibles para consulta; y
Se excluyeron los materiales publicados en portugués o inglés. También se excluyeron las publicaciones centradas en [tema específico].
procedimientos quirúrgicos, deformidades estructurales específicas o afecciones clínicas que lo impidieron
Análisis del dolor lumbar inespecífico y su relación con la funcionalidad.
Se examinaron las publicaciones en cuanto a autoría, año, propósito, diseño y...
Contribuciones al tema. La información se organizó en dos tablas y se presentó para su análisis.
Descriptivo e interpretativo. Se identificaron convergencias y divergencias relacionadas con los factores.
Asociado con el dolor lumbar, métodos de evaluación, estrategias de fisioterapia y repercusiones.
funcional y ocupacional.
Por rigor científico, las conclusiones se limitaron al diseño y al alcance de cada estudio.
publicación. Los estudios terapéuticos realizados con personas que ya tenían dolor lumbar no fueron
interpretado como prueba directa de prevención, y los resultados obtenidos de muestras pequeñas no fueron
generalizado a todas las categorías profesionales.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 1 – Caracterización de las publicaciones incluidas

norte	Autor/Año	Tipo	Tema principal
1	Longen y Brandolfi (2018)	Artículo de revisión	Inactividad física, funcionalidad y dolor lumbar crónico inespecífico.
2	Miranda (2020)	Libro	Fisioterapia en atención primaria: evaluación y organización de la atención.
3	Días (2021)	Libro	Prácticas y estrategias integradoras en fisioterapia y salud.
4	Gomes (2019)	Disertación	Ergonomía, manipulación manual de cargas, ambiente térmico y lesiones musculoesqueléticas.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google
RCMOS – Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

norte	Autor/Año	Tipo	Tema principal
5	IBGE (2020)	Documento institucional	Condiciones de salud, estilos de vida y enfermedades crónicas de la población brasileña.
6	Justi (2020)	Trabajo académico/producto tecnológico	Desarrollo de una herramienta para evaluar el dolor lumbar.
7	Kuriki, Chaves y Alves (2017)	Capítulo técnico	Estabilización segmentaria y el método Pilates para el dolor. lumbar.
8	Ribeiro (2020)	Proyecto final de carrera	Salud y calidad de vida de los trabajadores que utilizan ordenadores.
9	Silva et al. (2018)	Ensayo clínico aleatorio	Pilates versus Kinesioterapia convencional para el dolor lumbar crónico.

Fuente: Elaborado por los autores (2021).

Las nueve publicaciones presentaron diferentes niveles de evidencia y objetos de análisis. El conjunto
Incluía un ensayo clínico, una revisión, libros, artículos académicos, un capítulo técnico y...
documento de población. Esta heterogeneidad amplió la contextualización del tema, pero impidió
No fue posible realizar comparaciones directas, lo que impidió estimar un único efecto de la fisioterapia en la prevención del dolor lumbar.
ocupacional.

Las publicaciones han convergido en la naturaleza multifactorial del dolor lumbar. Aspectos biomecánicos,
Exposición física, nivel de actividad, comportamiento, organización del trabajo y factores psicosociales.
Pueden interactuar en la aparición y persistencia de los síntomas. Por lo tanto, existen relaciones lineales de causa y efecto...
Deben evitarse los efectos. La presencia de posturas sostenidas o el movimiento de cargas representa
exposición relevante, pero su impacto varía según la intensidad, la frecuencia y
recuperación, condiciones individuales y contexto organizacional (GOMES, 2019; LONGEN;
BRANDLFI, 2018).

Entre los trabajadores que usan computadoras, el tiempo prolongado que pasan sentados, bajo
La variabilidad postural y una organización inadecuada del puesto de trabajo pueden estar asociadas a molestias.
musculoesquelético. Ribeiro (2020) describió el perfil de salud y calidad de vida de
Trabajadores sometidos a seguimiento de fisioterapia. Dado que se trata de un estudio transversal,
Sus resultados caracterizan a la población evaluada, pero no demuestran que la intervención haya...
provocó cambios en la salud o en la calidad de vida.

La valoración fisioterapéutica debe incluir anamnesis, examen físico, análisis funcional e investigación de...

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google
RCMSD - Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

Contexto laboral. Información sobre el inicio, la duración y la evolución del dolor y los síntomas.
limitaciones neurológicas, exigencias de la tarea, sueño, actividad física, factores psicosociales y estrategias.
Las estrategias de afrontamiento ayudan a definir las prioridades. Escalas de intensidad del dolor e instrumentos de
Las pruebas de discapacidad, como el Cuestionario de Discapacidad de Oswestry, pueden utilizarse para controlar el progreso.
pero no reemplazan el razonamiento clínico. Pruebas neurodinámicas, como la prueba de elevación de piernas.
extendidos, deben usarse cuando estén clínicamente indicados e interpretarse junto con
los demás hallazgos (MIRANDA, 2020; JUSTI, 2020).

En el estudio de Silva et al. (2018), 16 participantes con dolor lumbar crónico completaron 12 sesiones de
tratamiento. El grupo experimental realizó ejercicios de Pilates, mientras que el grupo de control
Se realizó kinesioterapia convencional. Hubo mejoría intragrupal en el grupo de Pilates, pero no fue...
Se observó una diferencia estadísticamente significativa entre los grupos. Por lo tanto, el estudio respalda la...
El Pilates como opción terapéutica, no como una modalidad superior. El pequeño tamaño de la muestra, las pérdidas
La falta de tiempo durante el seguimiento y la baja potencia estadística limitan la generalización de los resultados.
La estabilización lumbopélvica puede integrarse en los programas de ejercicios cuando sea compatible con...
Los objetivos y necesidades de la persona. Sin embargo, la intervención no debe limitarse a fortalecer...
de músculos aislados o la corrección de una postura supuestamente ideal. Se recomienda considerar
progresión de la carga, resistencia, movilidad, control motor, exposición gradual a las actividades y
retorno funcional, respetando las preferencias, la tolerancia y las exigencias profesionales (KURIKI;
CHAVES; ALVES, 2017).

En el ámbito de la prevención, la fisioterapia puede contribuir a la educación sanitaria y a la promoción de...
actividad física, análisis ergonómico, planificación de descansos, adaptación de tareas y la
Seguimiento de signos y limitaciones. Sin embargo, las publicaciones incluidas proporcionan evidencia directa.
Información limitada sobre la prevención primaria del dolor lumbar relacionado con el trabajo. Gran parte del material aborda...
tratamiento, evaluación o calidad de vida de personas ya expuestas o sintomáticas. Por lo tanto, la
Los resultados deben describirse como indicativos de una posible contribución, no como una prueba concluyente.
Reducción definitiva de la incidencia de dolor lumbar o ausencias laborales.

En esta revisión, el término longevidad funcional representa la capacidad continua de
Realizar trabajos y actividades diarias a lo largo del tiempo. Ninguna de las publicaciones
Se realizó un seguimiento a los trabajadores durante un período suficiente para medir directamente este resultado.
Sin embargo, reducir las limitaciones, mejorar la capacidad física, la educación y la adaptación a...
Las demandas pueden formar parte de estrategias destinadas a la preservación funcional. Esta interpretación debería
Mantener la cautela y estar vinculados a la necesidad de un seguimiento a largo plazo.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google
RCMOS – Revista Científica Multidisciplinaria El Conocimiento.
ISSN: 2675-9128. São Paulo-SP.

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

LIMITACIONES

Esta revisión tiene limitaciones relacionadas con el pequeño número y la heterogeneidad de...
publicaciones incluidas. El corpus reunió diferentes diseños y fuentes, como libros, artículos
Documentos académicos, documentos institucionales, revisiones y estudios clínicos, lo que imposibilitó la evaluación.
Resultados combinados. Además, no se realizó ninguna búsqueda sistemática utilizando un protocolo preestablecido.
registrado, ni evaluación formal del riesgo de sesgo.
Además, algunas de las publicaciones no investigaron específicamente el dolor lumbar de origen laboral.
Prevención primaria o longevidad funcional. Estudios de intervención presentados muestras
Periodos de seguimiento limitados y breves. Por consiguiente, no deben extraerse conclusiones.
No se ha generalizado a todas las ocupaciones ni se ha interpretado como prueba de causalidad o eficacia.
Atención preventiva a largo plazo.

CONSIDERACIONES FINALES

El análisis de las publicaciones permitió identificar que el dolor lumbar en los trabajadores debería ser
entendido como una condición multifactorial, influenciada por factores individuales y biomecánicos,
Factores ergonómicos, organizativos y psicosociales. Exposición a cargas físicas, posturas sostenidas y
Los movimientos repetitivos pueden influir en este proceso, pero por sí solos no explican su apariencia.
o la persistencia del dolor.
La fisioterapia puede contribuir al tratamiento del dolor lumbar mediante una evaluación integral.
ejercicio terapéutico, fortalecimiento muscular, movilidad, estabilización lumbopélvica, educación en
Salud y orientación relacionadas con las exigencias laborales. El método Pilates es una alternativa.
Es posible, aunque no se ha demostrado su superioridad sobre la kinesioterapia convencional en el pequeño ensayo.
Inclusión clínica.
En salud ocupacional, la atención debe vincular las intervenciones individuales con los cambios en
condiciones laborales. La intervención fisioterapéutica no debe limitarse al tratamiento del dolor existente.
ni instalar ni transferir la responsabilidad de la prevención exclusivamente al trabajador. Medidas
organización, adaptación a la tarea, variación postural, recuperación y participación de
Los trabajadores son componentes importantes de un enfoque integral.
Se concluye que la fisioterapia tiene el potencial de reducir el dolor y las limitaciones funcionales y de
para apoyar el mantenimiento de la capacidad laboral. Sin embargo, la evidencia recopilada no nos permite afirmar,
En definitiva, estas intervenciones previenen el dolor lumbar de origen laboral o lo fomentan.
Longevidad funcional a largo plazo. Estudios prospectivos, con muestras más grandes y diferentes

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.

Machine Translated by Google

Año II, vol. 2, 2021 | Recepción: 07/06/2021 | Aceptación: 10/06/2021 | Publicación: 13/06/2021

Para evaluar estos resultados, es necesario considerar categorías profesionales y realizar un seguimiento prolongado.

REFERENCIAS

DÍAS, Fernando Mendes. Fisioterapia y salud. Teresina: Cajuína, 2021.
GOMES, Cláudia Filipa Oliveira. Análisis ergonómico en el sector minorista: agravamiento de lesiones musculoesqueléticas asociadas a la manipulación manual de cargas y al ambiente térmico. 2019. Tesis de Máster – Universidad de Oporto, Oporto, 2019.
Instituto Brasileño de Geografía y Estadística. Encuesta Nacional de Salud 2019: percepción del estado de salud, estilos de vida, enfermedades crónicas y salud bucal en Brasil y sus principales regiones. Río de Janeiro: IBGE, 2020.

JUSTI, Aline Carius. El desarrollo de software como herramienta para evaluar el dolor lumbar. 2020. Proyecto final – Universidad Federal del Estado de Río de Janeiro, Río de Janeiro, 2020.

KURIKI, Heloyse Uliam; CHAVES, Thais Cristina; ALVÉS, Márcio Coelho. Estabilización segmentaria mediante el método Pilates en el tratamiento de la lumbalgia. En: SILVA, Marcelo Faría; BARBOSA, Rodrigo Intome (org.). PROFISIO: Programa de Actualización en Traumatología y Fisioterapia Ortopédica. Ciclo 1. Porto Alegre: Artmed Panamericana, 2017. p. 135–181.
LONGEN, Willians Cassiano; BRANDOLFI, Joice de Abreu. Inactividad física en la perpetuación del cuadro sintomático y funcional del dolor lumbar crónico inespecífico. Revista Inspirar Movimento & Saúde, vol. 15, n.º 1, págs. 38-43, 2018.
MIRANDA, Fernando Antônio Campelo de. Fisioterapia en Atención Primaria de Salud: propuestas para la práctica. Curitiba: Appris, 2020.
RIBEIRO, Lorhane Davi. Caracterización de la salud y la calidad de vida de los trabajadores que utilizan terminales informáticas bajo intervención fisioterapéutica. 2020. Tesis de Grado (Licenciatura en Fisioterapia) – Pontificia Universidad Católica de Goiás, Goiânia, 2020. Disponible en: https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/handle/123456789/833.
SILVA, Pedro Henrique Brito da; SILVA, Dayane Ferreira da; OLIVEIRA, Jéssyka Katrinny da Silva; OLIVEIRA, Franassis Barbosa de. El efecto del método Pilates en el tratamiento del dolor lumbar crónico: un estudio clínico, aleatorizado y controlado. Revista Brasileña del Dolor, v. 1, n. 1, pág. 21–28 de octubre de 2018. DOI: 10.5935/2595-0118.20180006.

Este artículo se publica en acceso abierto bajo la licencia Creative Commons Attribution, que permite el uso, la distribución y la reproducción sin restricciones en cualquier medio, siempre que se cite correctamente la obra original.