



# TRATAMENTO DA CEFALEIA TENSIONAL ATRAVÉS DA TERAPIA MANUAL: UMA REVISÃO DE LITERATURA

## ARTIGO DE REVISÃO

GOMES, Andre Luis de Lima<sup>1</sup>, SANTOS, Michele Santana<sup>2</sup>

GOMES, Andre Luis de Lima. SANTOS, Michele Santana. **Tratamento da cefaleia tensional através da terapia manual: uma revisão de literatura**. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 08, Ed. 12, Vol. 04, pp. 138-152. Dezembro de 2023. ISSN: 2448-0959, Link de acesso: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/saude/tratamento-da-cefaleia>, DOI: 10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/saude/tratamento-da-cefaleia

## RESUMO

O cuidado com a saúde física está entre as necessidades básicas do indivíduo. A dor de cabeça ou cefaleia, por exemplo, é um sintoma que acomete um percentual considerável da população e que pode comprometer o desempenho pleno de atividades comuns do dia-a-dia, podendo gerar não apenas um desconforto físico, mas prejuízos sociais e econômicos. Este estudo tem por objetivo investigar a eficiência das manobras fisioterápicas no tratamento da Cefaleia do Tipo Tensional (CTT), juntamente com a explanação sobre os métodos mais aplicados em relação a essa patologia e precisar a quantidade e a duração temporal das intervenções da terapia manual. Para atingir este objetivo, foi realizada uma revisão da literatura dos artigos científicos e livros relacionados à terapia manual e à cefaleia. Foram pesquisados os textos lançados entre os anos de 2002 e 2019, em espanhol, inglês e português. A minimização das dores de cabeça, sintoma característico das pessoas diagnosticadas com cefaleia, apresenta correlação com a aplicação da terapia manual, com base nas informações obtidas na literatura científica relacionada.

Palavras-chave: Saúde física, Terapia manual, Cefaleia.

## 1. INTRODUÇÃO

“Dor é sempre um sintoma preocupante, particularmente quando acomete a cabeça, que é rica em estruturas orgânicas e é a região onde representações sociais e psicológicas são constituídas” (Petersen; Nunes, 2002). As dores localizadas na



cabeça, queixas prevalentes das pessoas em relação à sua saúde, têm como nome técnico o termo cefaleia. Por ser um sintoma tão popular, é objeto de investigação de diversos ramos da medicina.

As cefaleias primárias são caracterizadas como aquelas em que não se detecta uma causa estrutural no sistema nervoso central, e a cefaleia de tipo tensional é uma das mais frequentemente exploradas em estudos populacionais e nas estatísticas advindas de clínicas especializadas. Nota-se, com base nos estudos sobre o tema, que há a preponderância da cefaleia nas mulheres, o pico de prevalência ocorre, geralmente, em ambos os sexos, entre os 20 e 50 anos, havendo declínio após este período (Speciali; Silva, 2002). A cefaleia é apontada por vários autores como a dor que é mais predominante entre trabalhadores jovens, o que caracteriza o problema da dor cefálica como uma grande questão de saúde pública, com considerável impacto socioeconômico (Morelli; Rebellato, 2007).

Cerca de 80% da população está sujeita a ter cefaleia tensional em alguma fase da vida. Estas cefaleias são mais frequentes nos indivíduos tensos e ansiosos e naqueles cujo trabalho e postura requerem a contração sustentada dos músculos temporal, frontal e da região posterior cervical. (Jucá, 1999 *apud* Giona, 2003, p. 44).

Conforme é demonstrado no estudo de Patrícia Giona (2003, p. 51) a cefaleia pode ser tratada a partir de diversas técnicas, como a osteopatia, acupuntura ou a eletroterapia convencional, bem como a terapia manual clássica. Todas essas técnicas são corroboradas por diversos autores.

As cefaleias do tipo enxaqueca e do tipo tensional estão associadas, segundo a opinião de muitos pesquisadores e terapeutas. Essa correlação se apoia no fato de que o conteúdo de serotonina nas plaquetas também é baixo nos pacientes com cefaleia do tipo tensional crônica. Como acontece na enxaqueca, a facilitação do núcleo trigeminocervical constitui um componente integral na cefaleia do tipo tensional. Consequentemente, a melhora induzida pela manipulação da disfunção somática na cabeça, no pescoço, na Articulação Temporomandibular (ATM) e na



região escápulo-torácica teoricamente deveria reduzir o fluxo aferente nociceptivo para o interior do núcleo trigeminocervical e minorar os sintomas (Makofsky, 2006).

A terapia manual, juntamente com a Osteopatia, vem corroborando para o desenvolvimento da Fisioterapia no Brasil, apesar da Osteopatia ser uma profissão com legislações diferentes nos USA e na Europa, no Brasil faz parte dos atos terapêuticos na Fisioterapia.

Segundo Macedo *et al.* (2007, p. 15),

A fisioterapia apresenta diversas técnicas e condutas para a prevenção e reabilitação de indivíduos com cefaleia. Dentre elas, a terapia manual tem por objetivo a normalização do equilíbrio membranoso com conseqüente liberação dos micromovimentos do crânio, drenagem venosa, diminuição de compressão nervosa e relaxamento dos tecidos moles relacionado.

Silva e Junior (2011), citando Torelli e Las Penas, complementam que “a fisioterapia é amplamente utilizada no tratamento da cefaleia do tipo tensional, mas as evidências científicas de quaisquer benefícios ou efeitos possíveis são bastante limitadas pela falta de estudos acerca desse assunto.” (Torelli *et al.*, 2004 *apud* Silva; Junior, 2011).

Embora alguns trabalhos demonstrem que a terapia manual apresenta resultados significativos na melhora do quadro de cefaleia para os pacientes, há imprecisão no que se refere ao tempo de tratamento (Campos; Goulart, 2016). Sendo assim, com os dados encontrados e discutidos, espera-se fornecer subsídios e mais opções para que se possa tratar esse tipo de cefaleia de forma mais eficaz.

## 1.1 JUSTIFICATIVA

No tratamento da cefaleia tensional, a terapia manual é aplicada de forma ampla, embora sejam limitadas as evidências científicas dos seus benefícios. Na literatura fisioterápica é possível encontrar os benefícios das técnicas manuais, porém este apontamento apresenta limitações, dado que os artigos publicados se sustentam em vieses metodológicos. Entretanto, é conhecido que um tratamento que utiliza simultaneamente intervenções terapêuticas separadas, isto é, um tratamento



multimodal, é largamente utilizado e possui potencial para atenuar a dor dos pacientes diagnosticados com cefaleia do tipo tensional, e isto feito através da inclusão das diversas técnicas da terapia manual. Logo, faz-se necessária a realização de mais estudos relacionados ao tema, já que se trata de um sintoma incapacitante e bastante comum, que requer cuidados. Os conhecimentos encontrados poderão, assim, ser relevantes para o planejamento de ações que visem encontrar tratamentos eficazes e consequente redução desta problemática.

### **1.1.1 OBJETIVO GERAL**

Analisar quais técnicas dentro da terapia Manual são mais utilizadas e obtém bons resultados no tratamento da cefaleia tensional.

### **1.1.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Questionar quais técnicas são mais aplicadas para o tratamento da cefaleia tensional;
2. Examinar a eficácia das diversas técnicas utilizadas;
3. Verificar a quantidade de sessões e/ou o tempo de intervenção aplicando as técnicas.

## **2. METODOLOGIA**

### **2.1 ESCOPO DA PESQUISA**

O presente estudo científico assenta-se em uma revisão literária embasada em artigos registrados em base de dados como: PEDro, LILACS, Bireme, Scielo e Google Acadêmico. O levantamento de dados foi realizado em 2019 e em 2020, utilizando bibliografias nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram inclusos nas análises as pesquisas de campo, os artigos de revisão bibliográfica e outros textos que tratam a respeito da cefaleia tensional e a terapia manual como tratamento desta patologia, elaborados entre os anos 2002 e 2019. Foram excluídos artigos que abordassem



outros tipos de cefaleia ou que utilizassem outras formas de tratamento para a cefaleia tensional.

A princípio, foram buscados artigos explicativos para a cefaleia tensional, a fim de contextualização do problema. Posteriormente, foram buscados os estudos que abordassem a diversidade de técnicas realizadas pela terapia manual, a duração do tratamento, a quantidade de sessões e a eficácia do método em questão.

### **3. RESULTADOS**

A averiguação nas bases de dados permitiu a identificação de artigos científicos a respeito do tema abordado. Este mapeamento introdutório possibilitou um melhor entendimento da literatura a respeito das técnicas da terapia manual no tratamento da cefaleia tensional. Dentre as publicações, foram selecionadas dez que obedeceram aos critérios de inclusão.

A maioria dos textos utilizados foram publicados nos anos de 2003 (20%) e 2006 (20%). Para os outros anos que tiveram artigos encontrados, cada um possuiu apenas uma publicação: 2007, 2012, 2015, 2016, 2017 e 2019 (10% para cada ano). Pode-se observar que a grande maioria dos artigos analisados foram oriundos do Brasil (sete artigos ou 70%), sendo um texto da Holanda (10%), um da China (10%) e outro da Espanha (10%).

Quanto ao objeto de estudo e à forma de análise adotada pelos trabalhos, notou-se que, dos dez artigos, a minoria (dois artigos ou 20%) estabeleceu seus resultados a partir da revisão da literatura na área. Todos os outros artigos investigados optaram por estudar os efeitos e eficácia das formas de terapias para melhoria dos sintomas da cefaleia a partir da análise quantitativa de dados coletados com os pacientes durante o tratamento (oito artigos, 80%).



Figura 1 – Quadro dos estudos encontrados na revisão de literatura e considerados em análise

<b>Título</b>	<b>Ano</b>	<b>País</b>	<b>Autores</b>	<b>Principais resultados</b>
<b>O efeito da terapia manual em mulheres com cefaleia tensional</b>	2012	Brasil	Mesquita, Mejia	O uso da terapia manual no tratamento da cefaleia mostrou-se com eficácia terapêutica sendo utilizada de forma única ou coadjuvante de tratamento. Observou-se resultados positivos nos fatores variáveis: quantidade de crises, ingestão de medicamento e intensidade da dor.
<b>Efeitos da liberação miofascial na qualidade e frequência da dor em mulheres com cefaleia do tipo tensional induzida por pontos-gatilho</b>	2015	Brasil	Sousa, <i>et al.</i>	Os resultados apontaram que os tratamentos em que utilizaram a Liberação Miofascial tiveram efeitos substanciais na amenização subjetiva global da dor, mitigação dos fatores afetivos e sensoriais e redução da frequência da dor em mulheres com CTT.
<b>Effectiveness of physical therapy on the suboccipital area of patients with tension-type Headache – A meta-analysis of randomized controlled trials</b>	2019	China	Jiang, <i>et al.</i>	Os resultados podem indicar que a terapia combinada SIT + OAA é mais eficaz a curto prazo (4 semanas), sem grandes diferenças a longo prazo (8 semanas).
<b>Cefaleia do tipo tensional: revisão de literatura</b>	2017	Brasil	Cruz, <i>et al.</i>	Conclui-se que é uma patologia alta ocorrência mundial e que acarreta impacto social e econômico. O melhor tratamento baseia-se em ações não farmacológicas, mas os medicamentos auxiliam na melhora dos quadros.
<b>Efficacy of manual therapy in the treatment of tension-type headache. A systematic review from 2000 to 2013</b>	2016	Espanha	López, <i>et al.</i>	Os estudos mostraram resultados satisfatórios, incluindo redução da intensidade e / ou frequência da dor cefálica, redução do



				consumo da medicação e elevação da qualidade de vida.
<b>Efficacy of physiotherapy including a craniocervical training programme for tension-type headache; a randomized clinical trial</b>	2006	Holanda	Ettekoven, Lucas	Com seis meses de acompanhamento, o grupo que realizava treinamento craniocervical mostrou significativa redução na frequência, intensidade e duração da dor de cabeça ( $P < 0,001$ para todos). Os tamanhos dos efeitos foram grandes e clinicamente relevantes. A perda de acompanhamento foi de 3,7%. Fisioterapia, incluindo treinamento craniocervical, reduziu significativamente os sintomas de dor de cabeça do tipo tensão por um período de tempo prolongado.
<b>A efetividade de um protocolo fisioterapêutico de terapia manual para o alívio da dor de pacientes com cefaleia tensional e alterações da coluna cervical</b>	2006	Brasil	Morelli, Rebelatto	A terapia apresentou-se eficiente no alívio da cefaleia e no aumento do LDP. A eficácia do protocolo foi comprovada a partir dos monitoramentos realizados antes e depois das sessões aplicadas no tratamento.
<b>Eficácia da terapia manual craniana em mulheres com cefaleia</b>	2007	Brasil	Macedo, <i>et al.</i>	A técnica de terapia manual craniana revelou-se eficaz na diminuição da frequência, intensidade e duração das crises cefálicas em mulheres, mostrando-se útil como opção de tratamento dessa patologia.
<b>A eficácia da pompagem, na coluna cervical, no tratamento da cefaleia do tipo tensional</b>	2003	Brasil	Hoffmann, Teodoroski	O objetivo do presente estudo foi o de examinar a eficiência da técnica de Pompagem, aplicada na coluna cervical como método de tratamento da cefaleia do tipo tensional. Os dados





				foram dispostos em gráficos e quadros para análise posterior, na qual concluiu-se a utilização da técnica Pompage como um meio considerável para o tratamento da CTT, dado que a paciente observada apresentou uma notável evolução em seu quadro, com alívio da dor na região da cabeça após a aplicação fisioterápica.
<b>Terapia manual: uma alternativa para o tratamento coadjuvante das cefaleias crônicas</b>	2003	Brasil	Pires, <i>et al.</i>	O estudo constatou que após o tratamento os indivíduos que foram tratados com terapia manual alcançaram ganhos significativos na amplitude de movimento da coluna cervical e melhora na qualidade de vida. Dos pacientes investigados, 77,8% relataram muita melhora e 22,2% pouca melhora.

Fonte: elaboração própria (2023).

## 4. DISCUSSÃO

Morelli e Rebelatto (2006, p. 312-316) através dos seus estudos, acompanharam a evolução de seis pacientes, sendo cinco mulheres e um homem, diagnosticados com cefaleia tensional. Três destes pacientes apresentaram alterações vertebrais associadas (o que os configura como Indivíduos Portadores – IP), e os outros três não possuíam alterações vertebrais (Indivíduos Não-Portadores – INP). Estes pacientes, segundo Morelli e Rubens, foram:

submetidos a um tratamento constituído por dez sessões de tração cervical manual, alongamentos, mobilização vertebral e massagem. Foram medidos: a intensidade da dor por meio da escala visual analógica (EVA) e o limiar de dor por pressão (LDP) no músculo trapézio superior, por meio do algômetro de pressão analógico (PDT – Pain, Diagnostic & Treatment). Os dados, para análise, foram dispostos em um sistema de linha de base múltipla associado a um seguimento. Resultados: Embora





o tratamento tenha apresentado resultados eficazes em todos os casos, em relação à intensidade da dor, verificou-se maior dificuldade na remissão completa dos sintomas por parte dos indivíduos não-portadores de alterações vertebrais e, em relação ao LDP, verificouse que os indivíduos portadores apresentaram melhora acentuada. (Morelli; Rebelatto, 2003, p. 325).

O estudo de caso desenvolvido por Hoffmann e Teodoroski (2003, p. 56-60) avaliou a eficácia da técnica da Pompage na coluna cervical, depois de dez sessões, como método fisioterápico da cefaleia do tipo tensional. Foi desenvolvida uma entrevista para definir o diagnóstico de CTT e foi realizada Pompage nos músculos posteriores e laterais da cervical e região periescapular e após cada sessão a paciente em questão quantificava a sua dor através da escala analógica de dor.

Notou-se que, após o tratamento proposto, a duração da dor informada pela paciente portadora diminuiu significativamente, resultando em uma crise de menos de 30 minutos. Quanto à frequência da dor: de acordo com a paciente, antes do tratamento a frequência era contínua e após o tratamento a frequência da dor diminuiu, passando a ser intermitente. Além disso, após as dez sessões a hipertonía dos músculos cervicais havia diminuído consideravelmente (Hoffmann; Teodoroski, 2003).

Corroborando com o estudo acima, Macedo *et al.* (2007, p.14-20) realizaram um estudo com 37 mulheres diagnosticadas com cefaleia tensional crônica, sendo as mesmas divididas aleatoriamente em dois grupos: 19 foram designadas para o grupo de tratamento e 18 para o grupo de controle. As mulheres alocadas no grupo de controle participaram de 10 sessões fisioterápicas, nas quais foram aplicadas as manobras miofasciais cervicais e as manobras manuais, que foram aplicadas no crânio das pacientes. O grupo de controle não teve nenhum procedimento aplicado, para fins de experimentação científica. As autoras observaram que as mulheres que foram submetidas às sessões de fisioterapia manual tiveram a amenização da intensidade e frequência da dor, bem como a diminuição do tempo das crises, concluindo que a terapia manual se mostrou favorável como tratamento aliado para a cefaleia tensional.



No estudo policêntrico e randômico de Ettekoven e Lucas (2006, p. 983-991), 81 pessoas diagnosticadas com cefaleia tensional foram submetidas a um tratamento fisioterápico com duração de seis semanas. Nessa terapia, foram aplicadas técnicas habituais de massagem, treinamento craniocervical, com flexões do pescoço e contrações musculares isométricas e técnicas oscilatórias. Não obstante, foram aplicadas nos pacientes deste estudo a manipulação da coluna, bem como instruções para a postura correta. Todos esses recursos somados resultaram numa diminuição considerável das dores de cabeça, o que demonstra a eficácia dos métodos de terapia manual.

No amplo estudo de Pires *et al.* (2003), 24 pessoas diagnosticadas com Cefaleia do Tipo Tensional Crônica (CTTC) e cefaleia do tipo Migrânea Sem Aura (MSA), segundo os critérios estabelecidos pela International Headache Society (IHS), foram observadas em um período de quatro semanas. Nesse espaço de tempo, os pacientes faziam duas sessões de fisioterapia por semana com duração de uma hora, na qual faziam alongamentos e relaxamento da musculatura pericraniana, do cingulo peitoral e dos ombros, sendo reavaliados posteriormente. Neste estudo, observou-se escalas visuais analógicas para aferição da dor e avaliação da qualidade de vida, amplitude do movimento cervical através do goniômetro e coleta de informações através de um questionário elaborado pelos autores. Concluído o tratamento, os resultados apontaram dados positivos na melhora da qualidade de vida dos pacientes e ganho substancial na amplitude dos movimentos cervicais. Em dados numéricos, 77,8% dos pacientes relataram melhora expressiva e 22,2% baixa melhora da dor.

Nas análises realizadas por Mesquita e Mejia (2010), a técnica da terapia manual foi avaliada como forma de tratamento para a cefaleia. Foi feita uma revisão dos artigos científicos na área, no período compreendido entre 1996 e 2011. A aplicação da terapia manual como tratamento para a cefaleia tensional demonstrou eficácia terapêutica, tanto sendo usada de forma exclusiva, quanto de forma suplementar de tratamento da disfunção, conforme os autores concluíram a partir dos seus estudos, sobretudo considerando as variáveis concernentes à intensidade da dor, do uso de medicações e da mensuração da reincidência de crises (Mesquita; Mejia, 2010).



Os resultados também demonstraram que, além de haver eficácia no tratamento das dores de um modo geral, a terapia manual pode ser administrada em pacientes com quadro de cefaleia tensional, tendo resultado paliativo. Por fim, o estudo reforçou a importância da fisioterapia na melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e bem-estar da população (Mesquita; Mejia, 2010).

Em pesquisa recente, Sousa e colaboradores buscaram verificar os efeitos da liberação miofascial, a descrição e frequência em mulheres que se encaixavam no quadro de Cefaleia do Tipo Tensional (CTT) por influência de Pontos Gatilhos (PG) (Sousa *et al.*, 2015). Entre as conclusões da pesquisa, observou-se o aumento da amplitude de movimento da coluna cervical, redução da intensidade da dor e melhora qualitativa de vida das participantes do estudo. Além disso, o estudo expôs a relevância e eficácia da fisioterapia nessa condição de dor, oferecendo para a população uma proposta de tratamento de menor custo, de maneira que mais pessoas possam ser beneficiadas por meio desse tratamento.

Uma revisão bibliográfica feita por Cruz *et al.* (2017, p. 53-58) teve como objetivo fornecer um compilado de informações de alta relevância referentes a cefaleia tensional. Tem-se em vista que a busca pela melhor compreensão da patologia tem impacto diretamente social, sabendo que essa desordem é uma questão de saúde pública e que causa grandes prejuízos pessoais e sociais. O estudo explicitou que o melhor tratamento é o não farmacológico, mas que os medicamentos podem ajudar na profilaxia e melhora dos quadros.

A fim de averiguar a efetividade da fisioterapia na área suboccipital de pacientes com cefaleia tensional, W. Jiang *et al.* (2019), realizaram uma meta-análise de seis ensaios clínicos e randomizados, com o total de 505 participantes. Para isso, foi necessário pesquisar banco de dados, bem como *Cochrane Library*, Medline/Pubmed, CNKI, Embase e Google Scholar. Em seguida, os autores compararam o tratamento na área suboccipital com o grupo controle e a eficácia de várias técnicas fisioterapêuticas na região suboccipital. Por fim, constatou-se que a terapia combinada SIT (técnica suboccipital de inibição de tecidos moles) + OAA (manipulação global do eixo occipital-



atlas) foi mais eficaz em curto prazo (quatro semanas), sem grandes diferenças a longo prazo (oito semanas).

No objetivo de atestar a eficácia da terapia manual como forma de tratamento da cefaleia tensional, López *et al.* (2016), realizaram uma revisão metódica, com estudos do período de 2000 a 2013, e examinaram a qualidade de ensaios clínicos escolhidos de forma aleatória. Para tanto, foi realizada uma pesquisa nos bancos de dados, como Medline, EBSCO, SCOPUS, PEDro e OVID. Foi examinado o ensaio clínico randomizado em pacientes diagnosticados com cefaleia do tipo tensional recebendo variados tipos de terapia manual e avaliou-se as medidas de resultado, envolvendo a intensidade, a frequência e a duração da dor de cabeça. Com isso, após as análises, pôde-se concluir que pacientes com dor de cabeça tensional que receberam terapias manuais apresentaram um progresso melhor, incluindo redução da intensidade e/ou frequência da dor de cabeça, redução da medicação consumida e melhoria da qualidade de vida, do que aqueles que receberam tratamento convencional ou placebo.

## 5. CONCLUSÃO

Ao longo deste estudo, buscamos expor as diversas produções empíricas referentes à cefaleia e a eficácia no tratamento da dor de cabeça. Para isto, foi delineado um rumo comparativo entre os principais achados científicos relacionados ao tema.

A pesquisa delimitou-se a explorar os direcionamentos tomados pelos autores dos trabalhos investigados, fundamentando, através da análise de dados, a eficiência da terapia manual no tratamento da cefaleia tensional.

O bem-estar do paciente, ou seja, a sua qualidade de vida, é um ponto fundamental no direcionamento de pesquisas que envolvem métodos para o tratamento da dor de cabeça. O desconforto, a irritabilidade, o estresse e a ansiedade sentidos pelos indivíduos acometidos pelos sintomas da cefaleia são condições comuns e acabam exigindo uma eficácia do tratamento escolhido.



Assim, diante de todo o exposto, considerando que as técnicas manuais podem ser postas como um caminho benéfico para favorecer o quadro clínico dos pacientes, que buscam efetividade a curto e em longo prazo no tratamento da cefaleia tensional, nota-se a sua importância e credibilidade entre os demais métodos de tratamento.

## REFERÊNCIAS

CAMPOS, Mônica Furquim; GOULART, Flávia Cristina. Avaliação da Terapia Manual em Pacientes com Cefaleia, em Tempo Previsto de Dez Sessões. **Revista CONSCIESI**. Itapira, 2016. Disponível em: <https://www.uniesi.edu.br/instituto/revista/arquivos/v01n01/14-57-2-PB.pdf>. Acesso em: 20 fev. 2020.

CRUZ, Marina Coimbra da *et al.* Cefaleia do Tipo Tensional: revisão de literatura. **Arch Health Invest**. Fernandópolis, 2017, vol. 6, n.2, p. 53-58. Disponível em: <https://archhealthinvestigation.com.br/ArchHI/article/view/1778/pdf>. Acesso em: 12 fev. 2020.

ETTEKOVEN, H. Van; LUCAS, C. Efficacy of physiotherapy including a craniocervical training programme for tension-type headache; a randomized clinical trial. **Cephalalgia**, Amsterdam, 2006, v. 26, p. 983-991. Disponível em: [https://www.rima.org/web/medline\\_pdf/Cephalalgia\\_983-91.pdf](https://www.rima.org/web/medline_pdf/Cephalalgia_983-91.pdf). Acesso em: 02 mar. 2020.

GIONA, Patricia. **Abordagem Fisioterapêutica nas Cefaleias Tensionais Através da Terapia Manual: Série de Casos**. 2003. Monografia (Graduação em Fisioterapia) – Universidade Estadual do Oeste do Paraná. Cascavel, 2003. Disponível em: <https://silo.tips/download/patriciagiona-abordagem-fisioterapeutica-nas-cefaleias-tensionais-atraves-da-te>. Acesso em 28 nov. 2019.

HOFFMANN, Jociane; TEODOROSKI, Rita de Cássia Clark. A eficácia da pompage, na coluna cervical, no tratamento da cefaleia do tipo tensional. **Revista Terapia Manual**, Londrina, v. 2, n. 24, p. 56-60. out./ dez. 2003.

JIANG, Wenbin *et al.* Effectiveness of physical therapy on the suboccipital area of patients with tension-type headache: a meta-analysis of randomized controlled trials. **National Library of Medicine**, Baltimore, v. 98(19). mai./ 2019. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6531183/>. Acesso em: 26 jan. 2020.

LÓPEZ, Lozano C. *et al.* Eficacia de la terapia manual en el tratamiento de la cefalea tensional. Una revisión sistemática desde el año 2000 hasta el 2013. **Neurología, Madrid**, 2016, vol. 31, Issue 6, p. 357-369. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213485314000115?via%3Dihub>. Acesso em 20 dez. 2019.



MACEDO, Christiane Souza Guerino *et al.* Eficácia da terapia manual craniana em mulheres com cefaleia. **Fisioterapia e Pesquisa**, Londrina, 2007, 14 (2), p. 14-20.

MAKOFISKY, Howard W. **Coluna Vertebral / Terapia Manual**. Série Physio/Fisioterapia Prática, São Paulo, 2006, p. 132.

MESQUITA, C. A., MEJIA, D. P. M. **O efeito da terapia manual em mulheres com cefaleia Tensional**. 2010. Tese (Pós-Graduação) - Faculdade Ávila, 2010.

MORELLI, José Geraldo da Silva, REBELATTO, José Rubens. A Eficácia da Terapia Manual em Indivíduos Cefaleicos Portadores e não Portadores de Degeneração Cervical: Análise de Seis Casos. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, 2007, vol. 11, n. 4, p. 325-329, jul./ago. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbfis/a/kTjR8tTVvPXQBrVTb8KV6Zm/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 30 nov. 2019.

MORELLI, José Geraldo da Silva, REBELATTO, José Rubens. A efetividade de um protocolo fisioterapêutico de terapia manual para o alívio da dor de pacientes com cefaleia tensional e alterações da coluna cervical. **Fisioterapia Brasil**, São Carlos, 2006, vol. 7, n. 4, p. 312-316. Disponível em <https://www.portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/1923/3067>. Acesso em: 12 mar. 2020.

PETERSEN, Circe Salcides, NUNES, Maria Lúcia T. Cefaleia tensional crônica e psicopatologia. **PSIC – Revista de Psicologia da Vetor Editora**, São Paulo, 2002, Vol. 3, nº2, pp. 30-43. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1676-73142002000200005&script=sci\\_arttext](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1676-73142002000200005&script=sci_arttext). Acesso em: 28 nov. 2019.

PIRES, Rita de Cassia Kalberer *et al.* Terapia manual: uma alternativa para o tratamento coadjuvante das cefaleias crônicas. **Migrêneas & Cefaleias**. v. 6, n. 3, p. 69-91, 2003.

SILVA, R. M. R, JUNIOR A. J. C. **Os Benefícios da Fisioterapia Manual na Cefaleia Tensional- Revisão de Literatura**. 2011. Monografia (Pós-graduação em Fisioterapia Traumatológico-Ortopédica e Desportiva) - Centro de Estudos Avançados e Formação Integral, 2011.

SOUZA, Rayssilane Cardoso de *et al.* Efeitos da liberação miofascial na qualidade e frequência da dor em mulheres com cefaleia do tipo tensional induzida por pontos-gatilho. **Fisioterapia Brasil**, Teresina, 2015, vol. 16, n.3, p. 231-235. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/80/134>. Acesso em: 07 mar. 2020.

SPECIALI, José Geraldo; SILVA, Wilson Farias da. **Cefaleias**. São Paulo: Lemos Editorial, 2002.





Enviado: 03 de agosto de 2023.

Aprovado: 25 de agosto de 2023.

---

<sup>1</sup> Pós-graduado em Osteopatia pela Escola Brasileira de Fisioterapia Manipulativa (EBRAFIM) e graduado em Fisioterapia pela Universidade Estácio de Sá. ORCID: 0009-0001-0996-4792.

<sup>2</sup> Pós-graduada em Osteopatia pela Escola Brasileira de Fisioterapia Manipulativa (EBRAFIM) e graduada em Fisioterapia pela Escola Baiana de Medicina. ORCID: 0009-0005-7263-5923.