

Ioga para o tratamento da síndrome do túnel do carpo

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

A síndrome do túnel do carpo é uma complicação decorrente de atividades repetitivas. Um grupo de pacientes com síndrome do túnel carpo recebeu um tratamento que consistia de 11 posturas de Ioga por 8 semanas. Outro grupo de pacientes, o qual foi denominado grupo controle, recebeu apenas o tratamento usual, que consistia do uso de uma tala de punho. Neste estudo preliminar, os pacientes que receberam o tratamento com ioga tiveram uma significativa melhora na força de agarrar e uma redução significativa da dor, o que não foi observado no grupo controle.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/ioga-para-o-tratamento-da-sindrome-do-tunel-do-carpo · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.