

Terapia com exercícios assistida por inteligência artificial potencializa a

melhora da dor lombar crônica Um estudo clínico chinês, publicado em maio de 2025, demonstrou que exercícios feitos em casa com o auxílio de inteligência artificial (IA) foram mais eficazes na redução da dor lombar crônica em comparação com

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

melhora da dor lombar crônica Um estudo clínico chinês, publicado em maio de 2025, demonstrou que exercícios feitos em casa com o auxílio de inteligência artificial (IA) foram mais eficazes na redução da dor lombar crônica em comparação com os exercícios guiados apenas por vídeos gravados. A dor lombar crônica é um problema de saúde mundial, e a falta de supervisão na realização de exercícios domiciliares dificulta o sucesso do

tratamento. Por isso, os pesquisadores avaliaram se a integração da IA em um aplicativo de exercícios poderia melhorar os resultados da telereabilitação domiciliar de pacientes com dor lombar crônica inespecífica. O estudo selecionou 38 participantes com dor lombar crônica inespecífica, que foram divididos aleatoriamente em dois grupos. Os participantes do grupo “vídeo” realizaram exercícios físicos seguindo apenas vídeos demonstrativos disponibilizados no aplicativo. Participantes do grupo “IA” seguiram os vídeos gravados e também receberam correções posturais e respostas instantâneas (feedbacks) sobre os movimentos, por meio da análise de angulação e comprimento feitas por IA durante a realização dos exercícios. A dor foi avaliada pela escala numérica antes e nas semanas 2, 4 e 8 após a intervenção. Ao final do cumprimento do plano de

exercícios, realizado 3 vezes na semana, o grupo IA apresentou maior redução da dor e dos pensamentos negativos, melhora da função física e aumento da espessura de músculos da região do core, como o músculo transverso e o multífido, em comparação ao grupo vídeo, demonstrando o potencial da inteligência artificial na otimização da reabilitação a distância. Portanto, a terapia com exercícios assistida por IA trouxe melhores resultados no alívio da dor lombar crônica, e na melhora da função física e muscular. Este achado sugere que a IA pode maximizar a eficácia da telereabilitação, tornando os programas de exercícios domiciliares mais eficazes e individualizados. Referência: Xiao C, Zhao Y, Li G, et al. Clinical Efficacy of Multimodal Exercise Telerehabilitation Based on AI for Chronic Nonspecific Low Back Pain: Randomized Controlled Trial. JMIR Mhealth Uhealth. 2025;13:e56176. Published 2025 May 22. doi:10.2196/56176
Escrito por Maria Vitória Abreu Cardoso de Jesus.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/terapia-com-exercicios-assistida-por-inteligencia-artificial-potencializa-a · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.