

A hérnia de disco lombar (HDL) causa complicações ao paciente que tendem a persistir no pós-operatório (PO). O objetivo deste estudo foi verificar o efeito da intervenção cinesioterapêutica precoce na melhora da dor, da mobilidade neural e da funcionalidade, no PO de HDL. Métodos: A amostra consistiu-se de 20 indivíduos com diagnóstico de HDL nos níveis L4-L5-S1, submetidos à laminectomia. Foram randomizados aleatoriamente em grupo controle (GC) e grupo intervenção (GI), e avaliados através do Questionário de Roland Morris, do Slump Test, da Escala Análogo Visual (EAV) e do recrutamento do músculo transversal abdominal. Após a cirurgia, o GC recebeu apenas aplicação da TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation). O GI foi submetido a TENS, mobilização neural, recrutamento do transversal abdominal, exercícios ativos livres e isométricos, e deambulação. Na alta hospitalar, todos foram reavaliados pelo Questionário, Slump Test e EAV. Dois meses após, realizou-se nova avaliação através do Questionário e da EAV. Para comparação das variáveis foram utilizados os testes de ANOVA de medidas repetidas e o pós-teste de Student-Newman-Keuls. Resultados: Observou-se melhora significativa do Slump Test, em ambos os grupos na alta hospitalar, sendo que o GI teve melhora significativa quando comparado ao GC ($p < 0,05$). Houve redução significativa da dor em ambos os grupos na alta hospitalar e dois meses após ($p < 0,001$), sem diferença significativa quando comparados entre si. Houve melhora funcional significativa no grupo GI, nos períodos da alta hospitalar e dois meses após, comparado ao período pré-operatório ($p < 0,001$). O GC apresentou melhora funcional apenas dois meses após a cirurgia, também comparado ao período pré-operatório ($p < 0,01$). Conclusão: A cinesioterapia precoce no PO de HDL foi eficaz no ganho de mobilidade neural e na funcionalidade nos períodos avaliados.