

FISIOTERAPIA MÚSCULO-ESQUELÉTICA

A **Fisioterapia Músculo-Esquelética** trata e previne condições que afetam ossos, músculos, articulações e ligamentos, responsáveis por causar dor e limitar o movimento, com impacto na qualidade de vida. Aplicada em diversos contextos de saúde e adequada para todas as idades, esta área foca-se na promoção do bem-estar e recuperação funcional, sendo fundamental na reabilitação após lesões, em condições crónicas ou na gestão de sintomas a longo prazo.

Sabe o que é a Dor Orofacial e a Disfunção Temporomandibular?

A **Fisioterapia Músculo-esquelética** pode esclarecer!

A **Dor Orofacial (DOF)** refere-se à dor que afeta a cabeça, face e pescoço. Uma das condições crónicas mais comuns nesta área é a **Disfunção Temporomandibular (DTM)**, um problema de saúde pública significativo em todo o mundo.

A **DTM** engloba várias condições que afetam os músculos da mastigação, a articulação temporomandibular e estruturas associadas. A origem da **DTM** é multifatorial, resultando numa combinação de sintomas, como:

- Dor na face, nos músculos mastigatórios e na articulação temporomandibular;
- Ruídos articulares (estalidos, crepitação);
- Limitação da abertura da boca e dificuldades na mastigação ou fonação;
- Sintomas associados, como cefaleias, zumbidos, dor de ouvidos e disfunção cervical

FISIOTERAPIA MÚSCULO-ESQUELÉTICA

Como pode a Fisioterapia ajudar?

O tratamento da DTM e da DOF é feito, na maioria dos casos, por uma equipa multidisciplinar que pode incluir fisioterapeutas, médicos dentistas, neurologistas, e outros especialistas. A Fisioterapia baseia-se em raciocínio clínico, utilizando estratégias não cirúrgicas, como:

- **Educação e Aconselhamento**
- **Exercícios Terapêuticos**
- **Terapia Manual**

Se sofre de sintomas relacionados com a DTM ou DOF, **não hesite em procurar ajuda de um Fisioterapeuta!**

