



**UEPB**

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
CAMPUS I  
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE  
DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA  
CURSO DE FISIOTERAPIA**

**KAROLINE ESTEVAM DE LIMA**

**ABORDAGEM DA QUIROPAXIA NA DESORDEM TEMPOROMANDIBULAR EM  
TEMPOS DE PANDEMIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM EXTENSÃO  
UNIVERSITÁRIA**

**CAMPINA GRANDE - PB  
2021**

KAROLINE ESTEVAM DE LIMA

**ABORDAGEM DA QUIROPRAIXIA NA DESORDEM TEMPOROMANDIBULAR EM  
TEMPOS DE PANDEMIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM EXTENSÃO  
UNIVERSITÁRIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de bacharel em Fisioterapia.

**Área de concentração:** Saúde.

**Orientador:** Prof. Dr. Danilo de Almeida Vasconcelos.

**CAMPINA GRANDE - PB  
2021**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

L732a Lima, Karoline Estevam de.  
Abordagem da quiropraxia na desordem temporomandibular em tempos de pandemia [manuscrito] : relato de experiência em extensão universitária / Karoline Estevam de Lima. - 2021.  
39 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2021.

"Orientação : Prof. Dr. Danilo de Almeida Vasconcelos, Coordenação do Curso de Fisioterapia - CCBS."

1. Síndrome da Disfunção da Articulação Temporomandibular. 2. Dor orofacial. 3. Quiropraxia. I. Título

21. ed. CDD 615.82

KAROLINE ESTEVAM DE LIMA

ABORDAGEM DA QUIROPAXIA NA DESORDEM TEMPOROMANDIBULAR  
EM TEMPOS DE PANDEMIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM EXTENSÃO  
UNIVERSITÁRIA

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado ao Curso de Fisioterapia  
da Universidade Estadual da Paraíba,  
como requisito parcial à obtenção do  
título de bacharel em Fisioterapia.

Área de concentração: Saúde.

Aprovada em: 04/10/2021.

**BANCA EXAMINADORA**



Prof. Dr. Danilo de Almeida Vasconcelos (Orientador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Profa. Dra. Ana Isabella Arruda Meira Ribeiro  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Profa. Dra. Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

À minha mãe, por ser a melhor do mundo quando presente aqui na Terra, e por ser o meu anjo protetor agora no céu. Obrigada por todo amor e cuidado, te amo além do tempo e espaço.

## AGRADECIMENTOS

A Deus, em primeiro lugar sempre, por ser meu guia em todos os momentos da vida, que protege e ilumina o meu caminho, nunca me deixando só.

À Virgem Maria, por ser a intercessora da minha vida e por ser o meu consolo nos momentos difíceis.

À minha mãe, Maria Rosemary, que mesmo não estando mais presente fisicamente, se faz sentir em todos os momentos, lembrando-me sempre do seu amor e dando-me força para seguir no mundo sem ela.

Ao meu pai, Francisco David, por ser a minha força para continuar e por sempre me apoiar nas minhas decisões da vida. Obrigada por segurar a minha mão e acreditar que posso ser aquilo que desejar.

Ao meu namorado, Lucas Antônio, por ser a minha âncora e porto seguro, por me fazer ver sempre o melhor das coisas e me ajudar a enfrentar os obstáculos. Que o nosso amor se fortaleça e que a vida seja cada dia mais feliz ao seu lado.

Ao professor e meu orientador, Danilo de Almeida Vasconcelos, por ter acreditado em mim e me dado a oportunidade de fazer parte do seu projeto. Obrigada por todos os ensinamentos compartilhados.

Às professoras Ana Isabella Arruda e Isabelle Albuquerque, por terem aceitado o convite para participar da banca, mas em especial, por todo o carinho e cuidado que tiveram comigo ao longo dessa jornada acadêmica.

À minha madrinha, Sandra Ramos, por todo amor e cuidado comigo, e por ter me adotado na sua família.

À minha melhor amiga da vida, Luana Ramos, por estar sempre presente em cada passo do caminho e por me entender mesmo sem eu precisar falar.

À minha amiga, Fabiana Sonale, por ter aparecido na minha vida quando mais precisei e por me ajudar tanto ao longo da graduação.

E, por fim, aos meus amigos de graduação, Marlon Miranda, Gabriela Tavares, Igo César, Júlia Rodrigues e Jéssica Gama, por serem os melhores parceiros ao longo desses anos de curso e por estarem presente nas minhas melhores memórias.

## RESUMO

As articulações corporais são as regiões nas quais desconfortos, disfunções e patologias podem acontecer com grande frequência, podendo a articulação temporomandibular (ATM) ser afetada, sendo a disfunção temporomandibular (DTM) um exemplo disso. O projeto de extensão universitária “Quiropraxia e osteopatia em pacientes portadores de desordem temporomandibular” oferece tratamento fisioterapêutico especializado em quiropraxia e osteopatia para os indivíduos que apresentam algum problema relacionado à ATM ou face. Porém, em decorrência da pandemia do Covid-19, fez-se necessário que todas as atividades do projeto que são vinculadas ao programa de extensão “Atenção ao portador de Disfunção temporomandibular (DTM) e Dor Orofacial” passassem a ser realizadas de forma remota. O objetivo deste trabalho foi apresentar, por meio do relato de experiência do projeto de extensão, os resultados obtidos nas ações realizadas durante a pandemia do Covid-19 pelos extensionistas e professores colaboradores. O trabalho de conclusão caracterizou-se pelo método observacional e descritivo das experiências vivenciadas pela aluna Karoline Estevam de Lima, durante o período de um ano, como extensionista bolsista. O desenvolvimento do projeto demonstrou que foi possível continuar fazendo ciência e preservar a interação multidisciplinar mesmo de forma remota, além de permitir um maior alcance e visibilidade para assuntos de extrema importância, como a DTM, que aconteceu exatamente pela iniciativa que a extensão teve para se reinventar à nova realidade online.

**Palavras-Chave:** Síndrome da Disfunção da Articulação Temporomandibular. Dor Orofacial. Quiropraxia.

## ABSTRACT

The body joints are the regions in which discomfort, dysfunction, and pathologies can occur with great frequency, and the temporomandibular joint (TMJ) can be affected, with temporomandibular disorders (TMD) being an example of this. The university extension project "Chiropractic and osteopathy in patients with temporomandibular disorder" offers specialized chiropractic and osteopathic physical therapy treatment for individuals who have any TMJ -or face- related problems. However, as a result of the Covid-19 pandemic, it has become necessary for all project activities that are linked to the extension program "Care for patients with temporomandibular disorders (TMD) and orofacial pain" started to be carried out remotely. The objective of this work was to present, through the experience report of the extension project, the results obtained in the actions carried out during the Covid-19 pandemic by the extension workers and collaborating professors. The conclusion work was characterized by the observational and descriptive method of the experiences lived by the student Karoline Estevam de Lima, during the period of one year, as an extension scholarship holder. The project's development demonstrated that it was possible to continue doing science and preserve the multidisciplinary interaction even remotely, besides allowing a greater reach and visibility for extremely important subjects, such as TMD, which happened exactly because of the initiative that the extension had to reinvent itself to the new online reality.

**Keywords:** Temporomandibular Joint Dysfunction Syndrome. Orofacial pain. Chiropractic.



## LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Reunião da sexta-feira.....	17
Figura 2 – Reunião extra.....	18
Figura 3 – Interação no WhatsApp.....	19
Figura 4 – Aula sobre neurofisiologia da dor.....	20
Figura 5 – Aula sobre disfunção temporomandibular.....	21
Figura 6 – Aula sobre distúrbios articulares.....	21
Figura 7 – Aula sobre diagnóstico e planejamento.....	21
Figura 8 – Aula sobre aspectos psicossociais e comportamentais nas dores orofaciais.....	22
Figura 9 – Aula sobre modulação da dor.....	22
Figura 10 – Instagram oficial do programa.....	23
Figura 11 – Canva da Clínica da dor.....	23
Figura 12 – Postagem sobre saúde e bem-estar.....	24
Figura 13 – Postagem sobre DTM e dor orofacial.....	24
Figura 14 – Depoimento de ex-aluno.....	25
Figura 15 – TBT.....	25
Figura 16 – Atendimento fisioterapêutico dos pacientes da Clínica da dor.....	25
Figura 17 – Dia Nacional do Fisioterapeuta.....	26
Figura 18 – O que é Quiropraxia?.....	26
Figura 19 – Projeto vinculado 5.....	26
Figura 20 – Terapia manual no tratamento da DTM.....	27
Figura 21 – TENS na DTM.....	27
Figura 22 – O que é <i>Dry Needling</i> ou Agulhamento a seco?.....	27
Figura 23 – Acupuntura na DTM.....	28
Figura 24 – Automassagem.....	28
Figura 25 – Auriculoterapia na DTM.....	28
Figura 26 – Liberação miofascial.....	29
Figura 27 – Fibromialgia.....	29
Figura 28 – Pontos gatilho.....	29
Figura 29 – Crioterapia na DTM.....	30
Figura 30 – Alongamento da cervical.....	30

Figura 31 – Exercícios miofuncionais orofaciais.....	30
Figura 32 – Dia Mundial do Osteopata.....	31
Figura 33 – Aula sobre prática baseada em evidência científica.....	31
Figura 34 – Webinar sobre sensibilização central.....	32
Figura 35 – Webinar sobre terapia farmacológica em DTM.....	33
Figura 36 – Webinar sobre educação em neurociência voltada para o tratamento da dor.....	33
Figura 37 – Webinar sobre atuação fisioterapêutica na dor orofacial.....	33
Figura 38 – Webinar sobre novos olhares sobre bruxismo infantil.....	34
Figura 39 – Webinar sobre fotobiomodulação na dor orofacial.....	34
Figura 40 – Webinar sobre como escrever bons artigos científicos.....	34
Figura 41 – Webinar sobre dores não-odontogênicas.....	35

## SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	10
2	OBJETIVO.....	13
3	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	14
4	PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	17
4.1	Relato de Experiência.....	18
4.1.1	<i>Suspensão das atividades presenciais.....</i>	18
4.1.2	<i>Início das atividades remotas – Educação continuada.....</i>	19
4.1.3	<i>Instagram.....</i>	22
4.1.4	<i>Webinários.....</i>	31
4.2	Discussão.....	35
5	CONCLUSÃO.....	37
	REFERÊNCIAS.....	38

## 1 INTRODUÇÃO

As articulações corporais são as regiões nas quais desconfortos, disfunções e patologias podem acontecer com grande frequência, podendo a articulação temporomandibular (ATM) ser afetada, sendo a disfunção temporomandibular (DTM) um exemplo disso. A DTM está relacionada a um conjunto de sinais e sintomas que causam que podem acometer os músculos mastigatórios, a ATM e suas estruturas associadas (BEZERRA et al., 2012, p. 236). Essas desordens afetam grande parte da população, influenciando na sua saúde e qualidade de vida. A origem dessa disfunção é multifatorial, podendo estar relacionada a fatores genéticos, comportamentais, traumáticos, psicológicos, hábitos posturais, psicossociais, culturais ou fisiopatológicos (PAULINO et al., 2018).

No campo da DTM, o principal marcador patológico é a dor. Porém, o controle da dor é feito por diversos mecanismos e cabe ao terapeuta realizar uma avaliação eficaz e holística para determinar o melhor tratamento, por isso a necessidade de encontrar uma relação objetiva entre os sintomas e sinais clínicos que possam ser mensurados (MANFREDINI et al., 2012).

Os quiropraxistas, osteopatas e fisioterapeutas estão utilizando cada vez mais a prática dos procedimentos de manipulação e mobilização articular para o tratamento dos diversos problemas do sistema músculo esquelético, devido aos seus efeitos benéficos sobre a restauração da biomecânica e da fisiologia articular (OLIVEIRA, et al., 2008). Evidências clínicas consistentes indicaram que a quiropraxia apresenta uma relação de custo-benefício favorável, bem como boa aceitação por parte dos pacientes (BRACHER; BENEDICTO; FACCHINATO, 2013).

A quiropraxia procura restaurar a normalidade e permitir a adaptação do corpo através de procedimentos específicos denominados de ajustes, proporcionando uma melhora da resistência corporal e uma maior capacidade de adaptação fisiológica promovendo um maior nível de saúde (VASCONCELOS, 2011).

A globalidade do organismo humano faz com que a menor alteração nas estruturas de suporte leve a uma desarmonia postural. Sendo o sistema estomatognático, onde a ATM se localiza, integrante do sistema músculo esquelético, é possível verificar influência bidirecional entre a postura e disfunção temporomandibular. Desta forma, a correção postural é dita fundamental para o

tratamento das disfunções temporomandibulares e vice-versa (AMANTÉA et al., 2004).

Então, é possível observar como a quiropraxia é uma técnica com bastante relevância para o tratamento das disfunções temporomandibulares, já que promove o alinhamento articular e o equilíbrio da musculatura da ATM e da face, repercutindo na correção postural do indivíduo com a disfunção.

O projeto “Quiropraxia e osteopatia em pacientes portadores de desordem temporomandibular”, que é vinculado ao programa de extensão institucional “Atenção ao portador de disfunção temporomandibular (DTM) e dor orofacial”, oferece tratamento fisioterapêutico especializado em quiropraxia e osteopatia para os indivíduos que apresentam algum problema relacionado à ATM ou face, sendo este elaborado e executado por profissionais capacitados para se adequar às necessidades de cada um dos pacientes portadores de DTM e dor orofacial, tornando o tratamento o mais eficiente possível.

Porém, devido ao atual cenário da saúde em nosso país por conta da pandemia do Covid-19, foram tomadas medidas de isolamento social, dentre elas a suspensão das atividades acadêmicas da Universidade Estadual da Paraíba (Portaria UEPB/GR/0012/2020). Então, fez-se necessário que todas as atividades da extensão passassem a ser realizadas de forma remota, através de reuniões e aulas intermediadas nas plataformas online do Google Classroom, Google Meet e Whatsapp, tornando possível a interação entre os participantes do programa e, conseqüentemente, a educação continuada. Além da realização de postagens no Instagram oficial do programa (@extensaodoruepb), com o intuito de conscientizar a população em geral sobre a DTM e a dor orofacial, e de palestras online, em forma de webinários, destinadas a alcançar o público acadêmico e profissional da área de saúde. E utilizando sempre o WhatsApp, para interação entre os participantes de forma mais rápida e prática.

Logo, o presente trabalho se justificou por apresentar a forma como aconteceram as atividades do projeto de extensão durante o período de pandemia do Covid-19. E a apresentação desses fatos vivenciados no decorrer das atividades extensionistas foram de extrema importância para demonstrar que é possível continuar fazendo ciência e preservar a interação multidisciplinar mesmo de forma remota, além dos temas DTM e dor orofacial terem grande importância por serem algo ainda muito recorrente em tempos de estresse e ansiedade, como é o caso da

pandemia, necessitando de estudos futuros que possam vir a ser trabalhados sobre essa temática.

## **2 OBJETIVO**

Apresentar, por meio do relato de experiência no projeto de extensão “Quiropraxia e osteopatia em pacientes portadores de desordem temporomandibular”, os resultados obtidos nas ações realizadas durante a pandemia do Covid-19 pelos extensionistas e professores colaboradores.

### 3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A ATM é a única articulação móvel do crânio e por isso apresenta um funcionamento complexo, sendo então susceptível a condições desfavoráveis, exatamente pela necessidade de acomodar adaptações oclusais, musculares e cervicais. Portanto, condições de desequilíbrio podem resultar em quadros de disfunções articulares e/ou musculares. A DTM pode estar relacionada a fatores predisponentes, iniciadores e perpetuantes, como alterações oclusais, estresse, ansiedade, hábitos parafuncionais ou anormalidades no disco intra-articular, que podem levar à ocorrência de inflamações articulares, danos e dores musculares (SASSI et al., 2018).

Ao longo dos anos, estudos surgiram demonstrando que fatores psicológicos estão associados ao desenvolvimento de algumas doenças e transtornos, incluindo transtornos temporomandibulares. Em cenários de pandemia, como a do Covid-19, medidas de isolamento são implementadas com o objetivo de conter o avanço da epidemia através da limitação da interação social e da mudança de cotidiano das pessoas. Essas mudanças desencadeiam desfechos psicológicos negativos, exatamente pelo fato das pessoas que estão em quarentena, cumprindo o isolamento social, restritas a sair, preocupadas com infecções, com medo da morte, falta de informação e que perderam relações sociais diárias, tendem a experimentar ainda altos níveis de ansiedade e depressão (MEDEIROS et al., 2020)

Porém, deve-se destacar que além dos fatores psicológicos, o comportamento e os hábitos posturais das pessoas que passaram a permanecer mais tempo dentro de suas casas também alterou drasticamente o surgimento de problemas relacionados a ATM. As posturas cranianas e espinhais podem ser fatores contribuintes para a DTM, já que a postura da cabeça e pescoço está intimamente ligada as cadeias musculares, e estas sofrem com as diversas compensações posturais esperadas pelo corpo quando submetido a grandes jornadas em frente aos aparelhos eletrônicos (SADDU et al., 2015).

O aumento do uso de *smartphones* e computadores ocorreu exatamente por causa da transferência do ambiente de estudo e trabalho, que passou a ser feito por cada pessoa de dentro de suas casas através do meio remoto. Esse aumento provocou alterações significativas no alinhamento da postura cervical superior, que pode induzir a alterações no tônus muscular, disfunções musculoesqueléticas, dor e



danos estruturais na cabeça e ombros, além de fadiga muscular, sensibilidade e diminuição da amplitude de movimento da cervical. Além disso, uma postura craniocervical desalinhada pode ter uma responsabilidade parcial no acometimento de distúrbios temporomandibulares, seja no início ou no agravamento deles (KEE et al., 2016).

É nitidamente percebido que o cenário pandêmico é predisponente para o aparecimento e/ou agravamento da DTM e, por isso, a abordagem da temática se torna ainda mais necessária nessa realidade vivenciada da pandemia, já que as pessoas afetadas necessitam de ainda mais informações, principalmente pela dificuldade de acesso a profissionais habilitados a falar e tratar desses distúrbios.

Quando utilizadas em excesso, as tecnologias podem se mostrar como algo deletério, porém em uma situação de distanciamento social, elas ganharam cada vez mais espaço por serem a solução para manter a interação entre as pessoas mesmo à distância. A interação acontece através das mídias sociais, que possibilitam a comunicação com aqueles distantes, permitindo que os entes queridos fiquem atualizados sobre sua situação. Então, ter acesso a celulares, computadores e internet permite o contato com as pessoas e pode reduzir os sentimentos de isolamento, estresse e pânico (BROOKS et al., 2020).

O profissional de saúde também precisou encontrar artifícios para poder fazer com que a informação chegasse até o paciente, já que a pandemia do COVID-19 e as suas regulamentações para o distanciamento físico, com o intuito de conter a disseminação do vírus, tornaram as práticas rotineiras de atenção à saúde complicadas de acontecer. Sendo a prática clínica especialmente desafiadora para aqueles profissionais que usam o contato físico na sua rotina de atendimento (JOHNSON et al., 2020).

Portanto, as redes sociais se tornaram a porta de acesso às pessoas, e consequentemente a forma mais fácil de deixá-las por dentro de temáticas de seu interesse. O projeto de extensão “Quiropraxia e osteopatia em pacientes portadores de desordem temporomandibular” usou o Instagram como principal ferramenta para disseminar informações sobre saúde e cuidado para a população, tanto a acadêmica e profissional como a de pacientes.

Além da interação com a população, foi necessário manter viva a troca de conhecimento interdisciplinar, que acontecia normalmente na prática diária do

projeto de extensão em tempos não pandêmicos, através da socialização dos cursos de Fisioterapia e Odontologia, que continuou e, também, se fortaleceu por meio das plataformas online utilizadas remotamente. A interação entre os cursos possibilitou a interdisciplinaridade, que é o encontro de diferentes disciplinas que trabalham em conjunto na busca da construção de um novo saber, e, que deve estar presente tanto no campo teórico como no prático (BISPO; TAVARES; TOMAZ, 2014).

## 4 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O projeto se caracterizou pelo método observacional e descritivo das experiências vivenciadas pelos extensionistas e professores participantes da extensão, durante o período de pandemia do Covid-19, através do meio remoto. Em particular, das experiências da aluna Karoline Estevam de Lima, como extensionista bolsista. As atividades que aconteceram durante esse período possibilitaram a obtenção de informações sobre como foi mantido o desenvolvimento do projeto de extensão, mesmo sem a realização da prática presencial que existia antes da suspensão em virtude da pandemia.

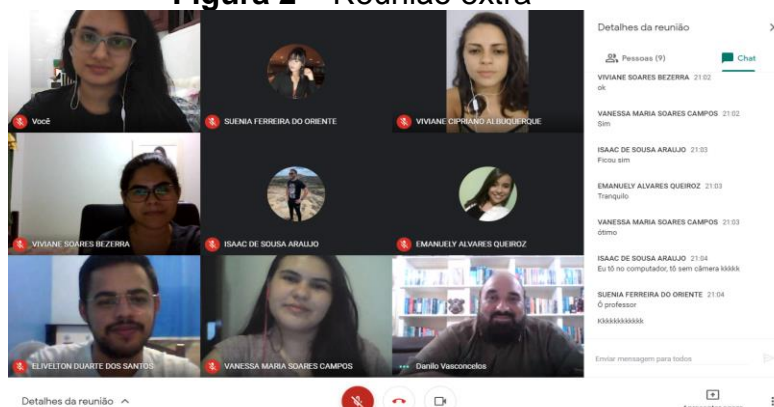
O presente trabalho tratou-se de um relato de experiência baseado em um projeto que já foi anteriormente aprovado pelo comitê de ética, sendo assim o TCC não teve que passar pelo mesmo para que pudesse ser aceito e, conseqüentemente, realizado.

O projeto foi realizado sob a supervisão dos professores Ana Isabela Arruda Meira Ribeiro e Danilo de Almeida Vasconcelos. Teve a duração de um ano, iniciando em julho de 2020 e terminando em junho de 2021, compreendendo dois períodos letivos (2020.1 e 2020.2). As atividades síncronas aconteceram principalmente através dos encontros semanais, nas sextas-feiras no horário de 15:00 às 17:00 (Figura 1), porém, contabilizando sempre horas extras para as atividades feitas de forma assíncrona pelos extensionistas ou para as reuniões realizadas fora do horário predeterminado (Figura 2).



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 2 – Reunião extra**



Fonte: Figura do autor (2021)

O projeto vinha sendo realizado na Clínica do Serviço de Controle da Dor Orofacial no Departamento de Odontologia e na Clínica Escola de Fisioterapia, ambos na Universidade Estadual da Paraíba – Campus I e, com a mudança, passou a ocorrer exclusivamente no meio remoto, principalmente através das plataformas Google Classroom, Google Meet e WhatsApp. Sem ter os atendimentos ao seu público alvo, que eram os pacientes da Clínica da Dor que apresentavam alguma disfunção relacionada à ATM, as atividades passaram, então, a ser destinadas aos alunos e professores colaboradores do projeto de extensão, além da população em geral que pode ter acesso a página oficial do Instagram e aos webinários realizados no YouTube.

## 4.1 Relato de Experiência

### 4.1.1 Suspensão das atividades presenciais

Como dito anteriormente, o município de Campina Grande – PB, assim como, o resto do país e do mundo, está passando pela pandemia do Covid-19, que obrigou a Universidade Estadual da Paraíba (UEPB) a mudar as suas atividades práticas presenciais para a forma remota, incluindo o projeto de extensão.

Então, foi preciso que o projeto passasse a enxergar novas formas de se fazer acontecer, principalmente, pela necessidade de continuar falando sobre os distúrbios que afetam a ATM, já que com a pandemia os casos de DTM já existentes se mantiveram e novos começaram a surgir. Exatamente, pelo fato de em cenários de pandemia, como a do Covid-19, a rotina diária das pessoas tenha sido alterada,

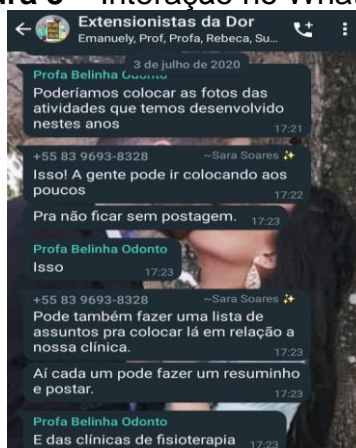
principalmente, em relação as interações sociais. Essas mudanças acabam trazendo problemas psicológicos negativos, como a ansiedade e depressão, que como já foi destacado, tem uma forte influência na ocorrência de casos de DTM. Além disso, o comportamento dos indivíduos e seus hábitos posturais também foram alterados durante essa pandemia, em virtude de as pessoas estenderem as suas jornadas de trabalho e estudo em frente aos aparelhos tecnológicos, e que assim levou ao surgimento de problemas relacionados à ATM decorrentes de posturas inadequadas.

Logo, a pandemia fez com que os casos de DTM aumentassem, fazendo com que se torne ainda mais importante que o assunto seja abordado para que as pessoas acometidas tenham mais informações e, conseqüentemente, saibam quais profissionais procurar, que sejam capacitados a falar e tratar desses distúrbios.

#### **4.1.2 Início das atividades remotas – Educação continuada**

O desenvolvimento do projeto teve o início através da educação continuada, que foi possibilitada através de aulas e reuniões intermediadas pelas plataformas: Google Classroom, que gerencia os conteúdos abordados, possibilitando a criação, a distribuição e a avaliação de atividades; Google Meet, que é uma sala de videoconferência online, que tornou possível a interação entre os professores e alunos que colaboram com o programa; e, WhatsApp, que é um aplicativo multiplataforma de mensagens instantâneas, que facilitou a tomada de decisões de forma mais rápida e direta pelos participantes da extensão (Figura 3).

**Figura 3 – Interação no WhatsApp**

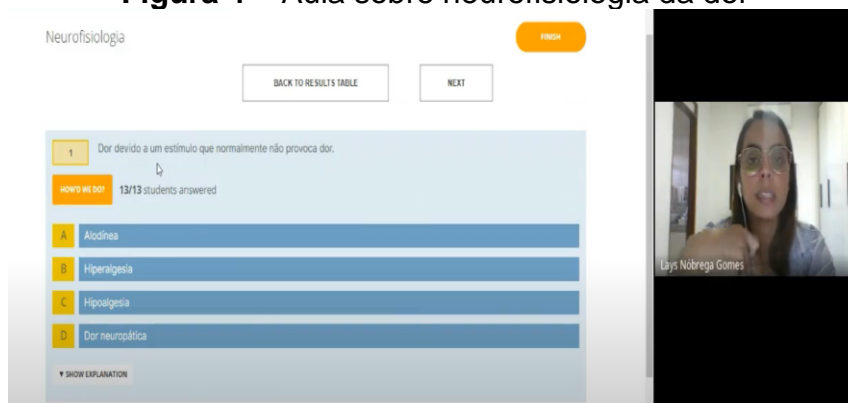


Fonte: Figura do autor (2021)

Os encontros eram realizados preferencialmente as sextas-feiras do mês, com uma duração de 2 horas, em que assuntos relacionados aos interesses da extensão foram abordados e explanados, além de ideias terem sido propostas e planejamentos feitos para determinar sobre os próximos passos do projeto no meio online. E reuniões extras, em outro dia e horário da semana, podiam acontecer quando se tinha a necessidade de discutir algum assunto importante com uma certa urgência. Destacando-se ainda a importância desses encontros semanais, que na maioria das vezes, não se baseavam apenas em reuniões para discutir futuras ações do projeto, mas principalmente momentos de aprendizado, onde temas de extrema relevância foram discutidos, engrandecendo assim o conhecimento de todos os envolvidos e solidificando a educação continuada.

As aulas explanaram temas de interesse para os acadêmicos de fisioterapia e odontologia integrantes do programa, voltados principalmente para a DTM e Dor orofacial. Os temas abordados nessas aulas foram: Neurofisiologia da dor (Figura 4); Disfunção temporomandibular (Figura 5); Desordens articulares (Figura 6); Diagnóstico e planejamento (Figura 7); Aspectos psicossociais e comportamentais nas dores orofaciais (Figura 8); e, Modulação da dor por exercícios físicos (Figura 9). Sendo essas aulas ministradas pela Profa. Lays Nobrega Gomes, que é discente do departamento de Odontologia da UEPB e colaboradora do programa de extensão.

**Figura 4 – Aula sobre neurofisiologia da dor**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 5 – Aula sobre disfunção temporomandibular**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 6 – Aula sobre desordens articulares**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 7 – Aula sobre diagnóstico e planejamento**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 8** – Aula sobre aspectos psicossociais e comportamentais nas dores orofaciais



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 9** – Aula sobre modulação da dor



Fonte: Figura do autor (2021)

Essa interação além de envolver diferentes classes, que são os professores e alunos, também permitiu a troca de conhecimento entre as áreas da saúde, através da socialização entre os cursos de odontologia e fisioterapia. Fez necessário manter viva a troca de conhecimento interdisciplinar, que sempre foi uma característica presada pelo programa de extensão e que com a pandemia apenas se fortaleceu com a utilização das plataformas online, que passaram a ser um meio que possibilitou até mais proximidade e troca de informações do que antes.

#### 4.1.3 Instagram

Depois de solidificada a educação continuada, foi possível direcionar a atenção à outras atividades, como a utilização das redes sociais. O projeto de extensão usou o Instagram como principal ferramenta para disseminar informações sobre saúde e cuidado para a população, tanto a acadêmica e profissional como a de pacientes, através da página oficial, que é @extensaodoruepb.



Como é possível ver na Figura 10, até o mês de julho de 2021, a conta no Instagram da Clínica da dor apresentava mais de 1.300 seguidores e aproximadamente 260 publicações de postagens, fora os *stories* que foram feitos em uma base diária, mostrando como os alunos e professores estavam engajados na alimentação de conteúdo da página. O alcance ao público foi acontecendo exatamente através das redes sociais, mas principalmente do Instagram, que se caracteriza como uma rede que tem uma visibilidade enorme, pois é utilizada por bilhões de pessoas e possibilita a abordagem de diversos conteúdos que agradem aos diferentes públicos, se provando assim ser uma ferramenta de grande poder didático e informativo.

**Figura 10 – Instagram oficial do programa**



Fonte: Figura do autor (2021)

Os participantes do projeto utilizaram o Canva, que é uma plataforma de designer gráfico, que permitiu a elaboração das postagens para o Instagram oficial do programa (Figura 11). Sendo essas postagens com temas voltados para a conscientização da população em geral, tanto acadêmica quanto de pacientes, sobre a saúde e bem-estar como um todo (Figura 12), mas principalmente sobre a DTM e a dor orofacial (Figura 13).

**Figura 11 – Canva da Clínica da dor**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 12** – Postagem sobre saúde e bem-estar



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 13** – Postagem sobre DTM e dor orofacial



Fonte: Figura do autor (2021)

Além, de também, serem feitas as postagens voltadas para a área de fisioterapia e quiropraxia, que podiam ser: os depoimentos de ex-alunos do curso de fisioterapia da UEPB, egressos da extensão, como mostrado na Figura 14; os TBT's (*Throwback Thursdays*) de eventos que aconteceram presencialmente, como o 1º Workshop sobre Palpação dos músculos da ATM (Figura 15) e o atendimento fisioterapêutico dos pacientes da Clínica da dor (Figura 16); ou ainda sobre assuntos relacionados ao que as áreas realmente abordam, como: Dia Nacional do Fisioterapeuta (Figura 17), O que é Quiropraxia? (Figura 18), Projeto vinculado 5 (Figura 19), Terapia manual no tratamento da DTM (Figura 20), TENS na DTM (Figura 21), O que é *Dry Needling* ou Agulhamento a seco? (Figura 22), Acupuntura na DTM (Figura 23), Automassagem (Figura 24), Auriculoterapia na DTM (Figura 25), Liberação miofascial (Figura 26), Fibromialgia (Figura 27), Pontos gatilho (Figura

28), Crioterapia na DTM (Figura 29), Alongamento da cervical (Figura 30), Exercícios miofuncionais orofaciais (Figura 31) e Dia Mundial do Osteopata (Figura 32).

**Figura 14 – Depoimento de ex-aluno**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 15 – TBT - 1º Workshop**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 16 – TBT - Atendimento fisioterapêutico**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 17 – Dia Nacional do Fisioterapeuta**



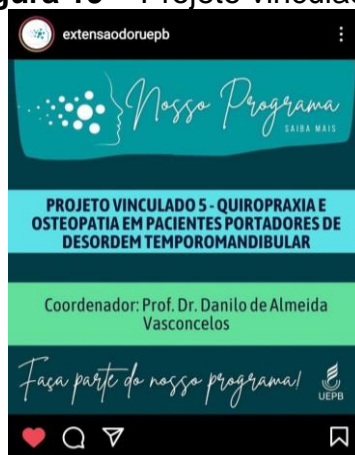
Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 18 – O que é Quiropraxia?**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 19 – Projeto vinculado 5**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 20** – Terapia manual no tratamento da DTM



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 21** – TENS na DTM



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 22** – O que é *Dry Needling* ou Agulhamento a seco?



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 23 – Acupuntura na DTM**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 24 – Automassagem**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 25 – Auriculoterapia na DTM**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 26 – Liberação miofascial**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 27 – Fibromialgia**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 28 – Pontos gatilho**



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 29 – Crioterapia na DTM**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 30 – Alongamento da cervical**

Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 31 – Exercícios miofuncionais orofaciais**

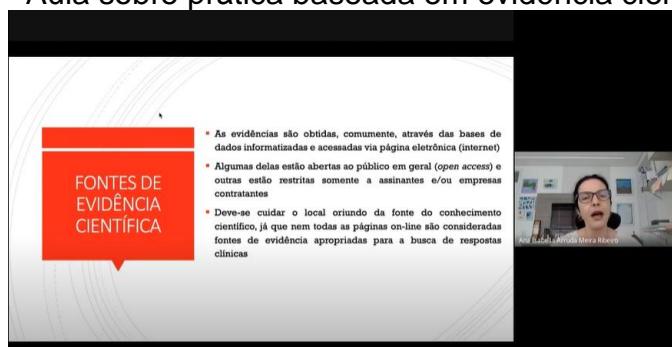
Fonte: Figura do autor (2021)



**Figura 32** – Dia Mundial do Osteopata

Fonte: Figura do autor (2021)

E a elaboração das postagens foi sempre feita com o cuidado de passar as informações de forma correta, através da prática baseada em evidências, que foi ensinada aos extensionistas pelas professoras Ana Isabella Arruda Meira Ribeiro e Renata de Souza Coelho Soares, e assim permitiu uma capacitação sobre a melhor forma de utilizar as bases científicas (Figura 27).

**Figura 33** – Aula sobre prática baseada em evidência científica

Fonte: Figura do autor (2021)

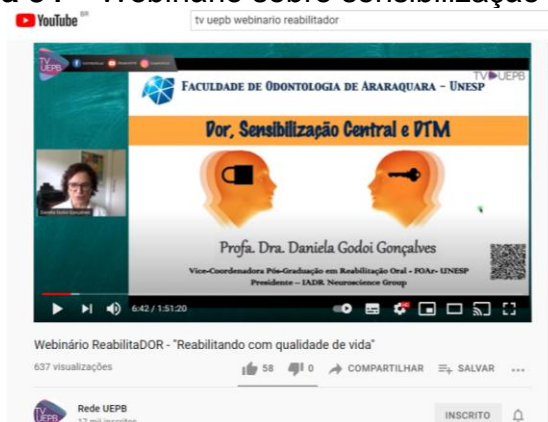
#### 4.1.4 Webinários

A outra ferramenta encontrada para disseminação de informações foram os webinários, que são seminários online transmitidos de forma ao vivo. Esses seminários foram feitos através do canal no YouTube “TVUEPB”, que é o canal com a coletânea de vídeos relacionados as atividades científicas e culturais da Universidade Estadual da Paraíba. Sendo esses eventos feitos com o intuito de mostrar os temas de interesse principalmente do público acadêmico e profissional da área de saúde, em especial de fisioterapia e odontologia, mas também de pacientes

e outras pessoas que possam se interessar pelo assunto, permitindo, assim, um maior engajamento, alcance e visibilidade para o projeto de extensão, que teve que se reinventar e se adequar à nova realidade online.

O primeiro webinar, do ciclo de palestras “ReabilitaDor”, ocorreu em 04 de setembro de 2020, ministrado pela Dra. Daniela Godoi Gonçalves (UNESP), abordando o tema “Sensibilização Central” (Figura 34). Em 16 de outubro de 2020, o segundo webinar aconteceu, com o tema “Terapia Farmacológica em DTM” (Figura 35), ministrado pela Dra. Letícia Bueno Campi (UNESP), seguido pela terceira palestra, feita pelo Ms. Guilherme Braido (UNESP), com o tema “Educação em neurociência voltada para o tratamento da dor” (Figura 36), que completou os webinários do ano de 2020. Após o período de férias, em 26 de fevereiro de 2021, reiniciou-se o ciclo de palestras, com a participação da Dra. Carina Ferreira Pinheiro (USP) falando sobre a “Atuação fisioterapêutica na dor orofacial” (Figura 37). Em 12 de março de 2021, o webinar foi sobre “Novos olhares sobre bruxismo infantil” (Figura 38), com a fala da Profa. Júnia Serra-Negra (UFMG), e em 23 de abril de 2021, foi sobre “Fotobiomodulação na dor orofacial” (Figura 39) ministrado pelo Prof. Dr. João Paulo Tanganeli (UNISA). Em seguida, foi abordado o tema “Como escrever bons artigos científicos” (Figura 40), com o Prof. Dr. Rafael R. de Moraes (UNICAMP), e por fim, encerrando o ciclo ReabilitaDor, teve o webinar sobre “Dores não-odontogênicas” (Figura 41), ministrado pelo Prof. Dr. Leonardo Bonjardim (USP).

**Figura 34** – Webinar sobre sensibilização central



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 35** – Webinário sobre terapia farmacológica em DTM



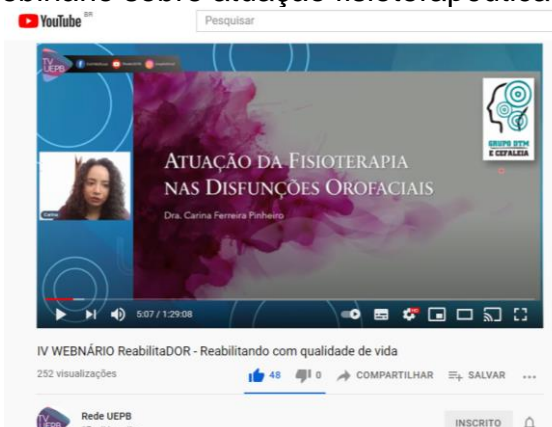
Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 36** – Webinário sobre educação em neurociência voltada para o tratamento da dor



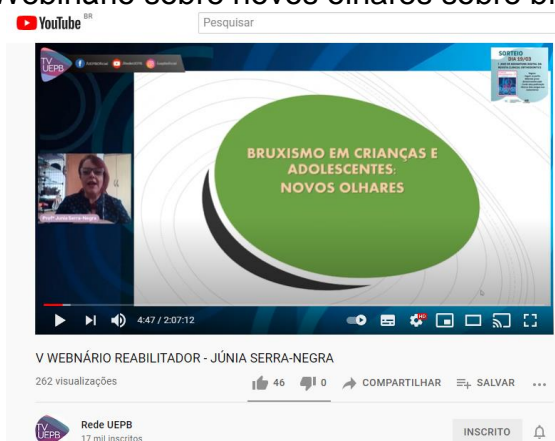
Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 37** – Webinário sobre atuação fisioterapêutica na dor orofacial



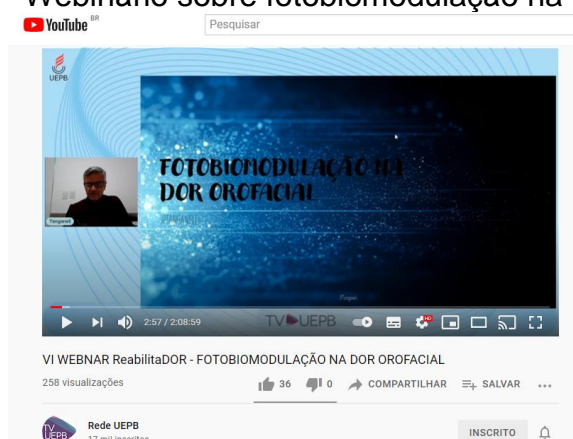
Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 38** – Webinário sobre novos olhares sobre bruxismo infantil



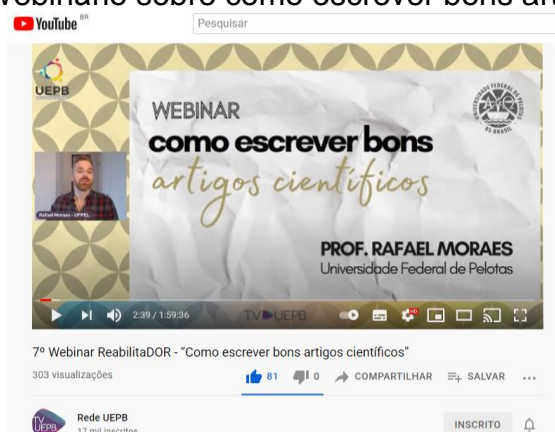
Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 39** – Webinário sobre fotobiomodulação na dor orofacial



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 40** – Webinário sobre como escrever bons artigos científicos



Fonte: Figura do autor (2021)

**Figura 41** – Webinar sobre dores não-odontogênicas



Fonte: Figura do autor (2021)

Logo, percebeu-se a importância dos temas abordados nos webinários, pois puderam abranger os diversos públicos acadêmicos, e sobretudo, mostrando como a extensão levou o nome da UEPB para todo o país, através dos profissionais de todo o Brasil que se dispuseram a compartilhar o seu conhecimento com a classe acadêmica.

## 4.2 Discussão

Após o período de um ano, em que o projeto aconteceu de forma remota, foi observado que foi possível continuar tendo uma interação entre o ensino, a pesquisa e a extensão mesmo a distância, que aconteceu principalmente através da presença dos professores Dr. Danilo de Almeida Vasconcelos e Ana Isabella Arruda Meira Ribeiro, ambos pertencentes a extensão, nas bancas de Qualificação de Mestrado do Programa de Pós-Graduação em Ciências e Tecnologia em Saúde da UEPB, defendidas pelos extensionistas egressos, Wendell Aguiar Silva e Mariana Carla Oliveira Lucena, e, a participação dos alunos no IV SEMEX (Seminário de Extensão) com a temática de “Extensão Universitária e Pós-Pandemia: Socialização de Experiências para um novo fazer extensionista”.

O desenvolvimento deste projeto teve extrema relevância social, pois permitiu ver como a DTM é um problema que acomete muitas pessoas e como precisa sempre ser abordado e discutido, para que assim as pessoas que sofrem com a disfunção possam identificar, com base nos sinais e sintomas, o que tem e, conseqüentemente, saber como agir e quais profissionais devem procurar para

receber o melhor tratamento e ser possível ter uma melhora do estado de saúde e bem estar.

Além de despertar nos alunos e professores a percepção sobre a importância da relação entre as diversas áreas da saúde e estimular cada vez mais a realização de projetos de extensão que priorizem a melhoria da qualidade de vida da população, trazendo mais visibilidade para causas sociais necessárias e para a instituição que traz essas melhorias para saúde. E essa visibilidade pode ser notada através das reuniões da extensão com a Sociedade Brasileira de Disfunção Temporomandibular e Dor Orofacial (SBDOF) e com a Secretaria de Saúde do Estado da Paraíba.

O projeto teve um processo de aprendizado social que foi viabilizado através da interação dos acadêmicos e professores de fisioterapia com os de odontologia, possibilitando a troca de conhecimento, destacando a relevância de fazer ciência e priorizar a saúde e qualidade de vida, garantindo efetiva discussão e participação dos alunos no processo de diagnóstico e tratamento de distúrbios relacionados à ATM, objetivando estimular o desenvolvimento de futuros profissionais capacitados, que sejam aptos a analisar os quadros clínicos e distinguir o problema de forma correta.

## 5 CONCLUSÃO

As atividades realizadas no projeto de extensão mostraram uma repercussão que atingiu diferentes públicos, seja de forma direta no desenvolvimento profissional, como aconteceu para os acadêmicos de fisioterapia e odontologia, quanto para a sociedade, principalmente aquela que necessita de alguma atenção em saúde, e, de forma indireta, contribuindo para as relações multidisciplinares e no mercado de trabalho direcionado ao tratamento da disfunção temporomandibular e dor orofacial.

O projeto contribuiu para ampliar a minha visão sobre como é importante o profissional saber se adequar às ferramentas que lhe estão disponíveis e assim trazer o melhor para o paciente, já que a realidade da pandemia mexeu com a forma de agir e pensar da população em geral. Além de confirmar que não é possível fazer ciência sozinho, principalmente, se for ciência voltada para saúde, pois é através do auxílio de diversos profissionais que diferentes pontos de vista poderão ser mostrados, possibilitando um cuidado qualificado com base no perfil individual de cada paciente.

As ações que decorreram ao longo do projeto trouxeram mudanças positivas para mim, sendo elas como pessoa, me tornando mais humana e consciente ao meu entorno, em virtude das relações pessoais que foram estabelecidas na extensão, e como futura profissional, com a capacidade de me preocupar em olhar para o paciente como um todo e saber até onde posso ir para melhorar a qualidade de vida dele, conseqüentemente, permitindo um olhar profissional sobre a DTM e sendo capaz de diminuir o número de pessoas acometidas por essa disfunção.

Para as pessoas que tiveram acesso ao conteúdo disponibilizado pelo projeto também foi percebida uma importância, onde elas puderam se atentar para o seu estado de saúde, sendo capazes de agir para atenuar e/ou eliminar enfermidades que venham a ter, tendo uma melhor percepção sobre todos os aspectos da sua vida que possam sofrer influência para trazer uma melhora na qualidade de vida.

E, finalmente, destacar a importância do projeto para o meio acadêmico, que solidificou ainda mais a relação entre a ciência, pesquisa e extensão, e para o mercado de trabalho mostrando como o fisioterapeuta é essencial para proporcionar as pessoas em geral um estado de saúde e qualidade de vida cada vez melhor.

## REFERÊNCIAS

- AMANTÉA, D. V. et al. The importance of the postural evaluation in patients with temporomandibular joint dysfunction. **ACTA ORTOP BRAS**. v.12, n. 3, p. 155-159, 2004.
- BEZERRA, B. P. N. et al. Prevalência da disfunção temporomandibular e de diferentes níveis de ansiedade em estudantes universitários. **Revista Dor**, v. 13, n. 3, p. 235-242, 2012.
- BISPO, E. P. F.; TAVARES, C. H. F.; TOMAZ, J. M. T. Interdisciplinaridade no ensino em saúde: o olhar do preceptor na Saúde da Família. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v. 18, n. 49, p. 337-350, jun. 2014.
- BRACHER, E. S. B.; BENEDICTO, C. C.; FACCHINATO, A. P. A. Quiropraxia/Chiropractic. **RevMed (São Paulo)**. v. 92, n. 3, p. 173-82, 2013.
- BROOKS, S. K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **Lancet (London, England)**. v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.
- COUTINHO, J. G.; PADILLA, M. Informação adequada, confiável e oportuna em tempos de pandemia de COVID-19. **Rev Panam Salud Publica**. v. 44, e118, p. 1-4, 2020.
- JOHNSON, C. D. et al. Response of Practicing Chiropractors during the Early Phase of the COVID-19 Pandemic: A Descriptive Report. **Journal of manipulative and physiological therapeutics**. v. 43, n. 5, p. 1-21, 2020.
- KEE, I. K.; BYUN, J. S.; JUNG, J. K.; CHOI, J. K. The presence of altered craniocervical posture and mobility in smartphone-addicted teenagers with temporomandibular disorders. **J Phys Ther Sci**. v. 28, n. 2, p. 339-346, 2016.
- LIMA, D. L., LOPES, M., BRITO, A. M. Social media: friend or foe in the COVID-19 pandemic?. **Clinics (Sao Paulo, Brazil)**. v. 75, e1953, p. 1-2, 2020.
- MANFREDINI, D. et al. Dental occlusion, body posture and temporomandibular disorders: where we are now and where we are heading for. **J Oral Rehabil**. v. 39, n. 6, p. 463-471, 2012.
- MEDEIROS, R. A. et al. Prevalence of symptoms of temporomandibular disorders, oral behaviors, anxiety, and depression in Dentistry students during the period of social isolation due to COVID-19. **J. Appl. Oral Sci**. Bauru, v. 28, e20200445, p. 1-8, 2020.
- OLIVEIRA, A. S. et al. Efeitos do tratamento de quiropraxia sobre pacientes portadoras de espondiloartrose. **Fit Perf J**. v. 7, n. 3, p. 145-150, 2008.
- PAULINO, M. R. et al. Prevalência de sinais e sintomas de disfunção temporomandibular em estudantes pré-vestibulandos: associação de fatores



emocionais, hábitos parafuncionais e impacto na qualidade de vida. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 1, p. 173-186, 2018.

SADDU, S. C.; DYASANOOR, S.; VALAPPILA, N. J.; RAVI, B. V. The Evaluation of Head and Craniocervical Posture among Patients with and without Temporomandibular Joint Disorders- A Comparative Study. **J Clin Diagn Res.** v. 9, n. 8, p. 55-58, 2015.

SASSI, F. C. et al. Tratamento para disfunções temporomandibulares: uma revisão sistemática. **Audiology - Communication Research.** v. 23, e1871, p. 1-13, 2018.

VASCONCELOS, D. A. **Quiropraxia no Tratamento da Pelve**. João Pessoa: Jrc Gráfica e Editora, 2011.