

RECUPERAREA FUNCȚIONALĂ ÎN SINDROMUL CERVICO-BRAHIAL PRIN ABORDAREA ECLECTICĂ ÎN COMBINAREA MIJLOACELOR DE INTERVENȚIE

Eugeniu Agapii¹, Svetlana Savitchi¹, Anișoara Nistor²

¹Catedra de Reabilitare Medicală, Medicină Fizică și Terapie, Manuală, USMF „Nicolae Testemițanu”

²Departamentul Kinetoterapie și terapie ocupațională, USEFS

Introducere. Sindromul cervico-brahial reprezintă o afecțiune frecventă caracterizată prin dureri intense în zona cervicală și a membrilor superioare, asociate adesea cu rigiditate și dificultăți în mișcare. Impactul negativ asupra calității vieții este evident, afectând nu doar confortul fizic, ci și starea psihologică a individului. **Scopul lucrării.** Evaluarea eficienței unui program combinat de kinetoterapie utilizând tehnici de mobilizare, stretching cu fizioterapie pentru reducerea durerii și îmbunătățirea funcționalității și mobilității pacienților cu sindrom cervico-brahial. **Material și metode.** Studiul a implicat 24 de pacienți, evaluarea fiind realizată folosind Scala Vizuală Analogă, Neck Disability Index (NDI) și teste de mobilitate cervicală. Pacienții au fost evaluați inițial pentru a determina nivelul de durere, incapacitate și mobilitate, iar evaluarea s-a repetat la finalul programului de recuperare. Programul a durat 12 săptămâni, cu sesiuni de 60 de minute, desfășurate de trei ori pe săptămână. **Rezultate.** Scorul NDI a scăzut în medie cu 20 puncte în grupul de control, față de 9 puncte în grupul martor. Grupul de control a înregistrat o reducere medie a durerii cu 5 puncte pe scala VAS, în timp ce grupul martor a avut o reducere medie de doar 1.9 puncte. Îmbunătățirile în mobilitatea cervicală au fost semnificativ mai mari în grupul de control pentru toate mișcările evaluate (flexie, extensie, înclinare laterală, rotație). **Concluzii.** Programele de recuperare trebuie să includă exerciții de mobilizare, stretching și utilizarea agenților fizici, personalizate pentru fiecare pacient. Monitorizarea constantă a progresului și ajustarea tratamentului în funcție de evoluție sunt esențiale. Educația pacienților privind importanța exercițiilor fizice regulate și menținerea posturii corecte este crucială pentru prevenirea recurenței simptomelor. **Cuvinte-cheie:** cervicobrahialgie, kinetoterapie, fizioterapie, recuperare funcțională

FUNCTIONAL RECOVERY IN CERVICOBRAHIAL SYNDROME THROUGH ECLECTIC APPROACH IN COMBINING MEANS OF INTERVENTION

Eugeniu Agapii¹, Svetlana Savitchi¹, Anișoara Nistor²

¹Department of Medical Rehabilitation, Physical Medicine and Manual Therapy, Nicolae Testemițanu University

²Physical Therapy and Occupational Therapy Department, State University of Physical Education and Sport

Background. Cervico-brachial syndrome is a common condition characterized by severe pain in the cervical and upper limb areas, often associated with stiffness and difficulty in movement. The negative impact on quality of life is obvious, affecting not only physical comfort but also the psychological state of the individual. **The research aims** to develop a combined physiotherapy program, incorporating mobilization techniques and stretching, that effectively reduces pain and improves functionality and mobility in individuals suffering from cervicobrachial syndrome. **Material and methods.** The Visual Analog Scale, Neck Disability Index (NDI), and cervical mobility evaluations were implemented to evaluate 24 patients. We conducted the initial assessment of patients' pain, disability, and mobility, and repeated it at the conclusion of the recovery program. The program was administered three times a week, with each session lasting 60 minutes and lasting 12 weeks. **Results.** The NDI (neck disability index) score decreased on average by 20 points in the control group, compared to 9 points in the control group. The control group had an average reduction in pain of 5 points on the VAS, while the control group had an average reduction of only 1.9 points. Improvements in cervical mobility were significantly greater in the control group for all movements assessed (flexion, extension, lateral tilt, rotation). **Conclusion.** Recovery programs should include mobilization exercises, stretching, and the use of physical agents tailored to each patient. It is crucial to constantly monitor progress and adjust treatment as necessary. Patient education on the importance of regular exercise and maintaining correct posture is critical to preventing recurrence of symptoms. **Keywords:** cervicobrachialgia, physiotherapy, electrotherapy, functional recovery.