

AVALIAÇÃO DA DOR E DA CAPACIDADE FUNCIONAL DE INDIVÍDUOS COM LOMBALGIA CRÔNICA EM TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO

Juliene Corrêa Barbosa¹; Bianca Caroline Silva da Cunha¹; Cristina Maria da Silva¹;
Paulo Douglas de Oliveira Andrade²

¹Ensino Médio Completo, ²Mestrado
Universidade Federal do Pará (UFPA)
julienecorreab@hotmail.com

Introdução: A coluna lombar é uma região que faz parte do complexo lombo-pélvico, descrito na literatura como “centro”, uma denominação decorrente do fato de que nesta região fica posicionado o centro de gravidade, onde a maioria dos movimentos é iniciada e ocorre transmissão de carga do corpo, constituindo assim, uma fonte potencial de dor. Por se manifestar em um complexo imposto a todo instante às cargas e que possui estruturas que constituem fontes potenciais de dor, a dor lombar crônica, também conhecida como lombalgia crônica, assume o caráter de uma síndrome incapacitante e caracteriza-se por dor que perdura após o terceiro mês, a contar do primeiro episódio de dor aguda e pela gradativa instalação da incapacidade, sendo que muitas vezes tem início impreciso, com períodos de piora¹. A lombalgia é uma condição de dor, com ou sem rigidez, localizada na região inferior do dorso, na área situada entre o último arco costal e a prega glútea. A dor lombar apresenta etiologia multifatorial, incluindo fatores socioeconômicos e demográficos, estilo de vida urbano sedentário, obesidade, fumo, aumento da sobrevivência média da população, entre outros. As dores lombares incidem em cerca de 80% da população em algum momento de sua vida, representando um alto custo no seu tratamento para o sistema de saúde e para a previdência social, devido ao alto índice de afastamento e incapacidade para o trabalho². O diagnóstico diferencial das doenças da coluna vertebral é muito amplo, porém, o grupo principal de afecções está relacionado a posturas e movimentos corporais inadequados e às condições de segurança e higiene no trabalho, que determinam atividades laborativas anti-ergonômicas, capazes de produzir agravos à coluna vertebral. O impacto da lombalgia na funcionalidade dos pacientes que a vivenciam, é consenso entre os profissionais da área de saúde, o que reforça ainda mais a importância de se considerar, durante a avaliação, o perfil funcional desses pacientes³. Com grande frequência encontramos associado à lombalgia, a depressão e a ansiedade; estas, por sua vez, podem prolongar o quadro doloroso, o que gera angústia, incapacidade e insatisfação, seja no trabalho ou na vida social. A fisioterapia, através da terapia manual e cinesioterapia, tem comprovada efetividade no tratamento da lombalgia; vários estudos demonstram que seu início logo após o aparecimento dos sintomas previne a evolução para o quadro crônico e de reincidências frequentes¹. **Objetivos:** Avaliar a dor e a capacidade funcional de indivíduos com lombalgia crônica. **Métodos:** Trata-se de um estudo de caráter transversal, descritivo, para o qual foi selecionado, em amostra por conveniência, pacientes que realizavam atendimento fisioterapêutico em uma clínica de fisioterapia na cidade de Belém/PA. O critério de inclusão limitou-se à pacientes com queixas de dor lombar crônica no momento da aplicação do questionário, que realizavam terapia manual e cinesioterapia como protocolo de tratamento fisioterapêutico e que não aderiram ao tratamento medicamentoso e nem um outro tipo de tratamento associado para o alívio da dor, visto que essa variável poderia interferir substancialmente nos resultados da pesquisa em questão; além do que, todos os pacientes precisavam ter realizado, no mínimo, 10 sessões de fisioterapia. Todos os entrevistados que aceitaram participar da pesquisa, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Para avaliar a dor e a capacidade funcional desses indivíduos, foi utilizado o Questionário de Rolland Morris (RMDQ),

este questionário tem sido amplamente utilizado, se encontrando atualmente validado em 17 países. O RMDQ é composto por 24 perguntas sobre atividades de vida diária, com respostas dicotômica (sim ou não), e o resultado final corresponde a soma das respostas “Sim”, o score varia de 0 a 24 pontos, onde 0 corresponde a uma pessoa sem queixas, e 24 uma pessoa com limitações muito graves decorrentes da lombalgia; quanto maior for o score, maior será a incapacidade gerada pela dor lombar. O questionário em questão tem como ponto de corte o score 14, ou seja, indivíduos avaliados com um score maior que 14 apresentam incapacidade. O Questionário de Rolland-Morris é uma medida simples, e sua aplicação leva aproximadamente 5 minutos, sendo considerado fácil tanto o cálculo quanto a análise. Muitos estudos descrevem o RMDQ com boa validade, confiabilidade e responsividade para medir a incapacidade física de pacientes com dor lombar crônica e tem boas correlações com outras medidas de incapacidade em funcionalidade física. **Resultados e Discussão:** Foram entrevistados 20 pacientes, com idades entre 27 e 77 anos, sendo 12 (60%) do gênero masculino e 8 (40%) do gênero feminino. Quanto à análise da função, pelo questionário de Rolland Morris, 12 pacientes (60%), foram classificados como capacitados funcionalmente e 8 pacientes (40%) como funcionalmente incapacitados. Tal como demonstrado na literatura mundial, a maior parte de nossos pacientes, apesar de apresentarem um quadro de dor lombar, foram classificados como capacitados funcionalmente, o que corrobora com o estudo desenvolvido por Freitas (2011), que considera a cinesioterapia realizada como tratamento para lombalgia, a principal contribuinte para a melhora do quadro clínico desses pacientes, por melhorar a capacidade funcional dos músculos estabilizadores da coluna lombar, em especial na ativação do músculo transverso do abdômen. Outros autores indicam o transverso do abdômen como o mais atuante músculo de estabilização lombar, pois sua ativação contribui para a manutenção do equilíbrio postural, diminui a tensão de rotação, inclinação e cisalhamento da coluna lombar, protege os elementos neurais e proporciona alívio das dores lombares. Hayden et al. (2005) discutem que a cinesioterapia associada à terapia manual parece ser mais efetiva que outros tratamentos conservadores na avaliação da dor e funcionalidade, o que corrobora com os resultados do presente estudo, que apontam que mais da metade dos pacientes atendidos pelos métodos cinesioterapêuticos e com técnicas de terapia manual, apesar dos desconfortos acarretados pela lombalgia, são classificados, de acordo com o RMDQ, como capacitados funcionalmente, o que se relaciona com a eficácia dos métodos empregados pela fisioterapia para o tratamento da dor lombar. **Conclusão:** Os resultados dessa pesquisa, permitem inferir que a capacidade funcional preservada, de pacientes submetidos ao tratamento fisioterapêutico através da cinesioterapia e terapia manual, ocorreu especialmente por meio da flexibilização e ativação muscular, gerando impacto positivo na dor lombar, diminuindo sua intensidade e melhorando a capacidade funcional dos músculos estabilizadores do tronco.

Descritores: Fisioterapia, Lombalgia, Incapacidade.

Referências:

1. HAYDEN, J. A.; VAN TULDER, M. W.; MALMIVAARA, A. V.; KOES, B. W. Meta-Analysis: exercise therapy for nonspecific low back pain. *Annals of Internal Medicine*, Philadelphia, v. 142, n. 9, p. 765-775, 2005.
2. FREITAS, K.P.N.; BARROS, S.S.; ÂNGELO, R.C.O.; UCHÔA, E.P.B.L. Lombalgia Ocupacional e a Postura Sentada: Efeitos da Cinesioterapia Laboral. *Rev Dor*, v.12, n.4, p.13-308, 2011.

3. ALMEIDA, I.C.G.B.; SÁ, K.N.; SILVA, M. et al. Prevalência de dor lombar crônica na população da cidade de Salvador. Rev Bras Ortop, v.43, n.3, p. 96-102,2008.