

LOMBALGIAS EM ADOLESCENTES E ADULTOS: ANÁLISE DOS FATORES DE RISCO ASSOCIADOS¹

Bárbara Dahm Santos², Débora Soccal Schwertner³

¹ Vinculado ao projeto “Lombalgias em adolescentes e adultos: análise dos fatores de risco associados e estratégias de prevenção, avaliação e intervenção”

²Acadêmica do Curso de Fisioterapia - CEFID – Bolsista PIBIC/ CNPQ

³ Orientadora - Departamento de Fisioterapia – CEFID – debora.soccal@udesc.br

Objetivos: Analisar a prevalência de dor lombar em jovens e os fatores associados; verificar a diferença na prevalência de dor lombar entre os alunos que frequentam o primeiro e o último ano do ensino médio.

Método: Trata-se de um estudo transversal retrospectivo que verificou a dor lombar em jovens e adultos de 14, 15, 18 e 19 anos e os fatores associados a esta queixa. Os participantes estudavam em uma escola pública do município de Florianópolis e estavam no primeiro (grupo mais jovem) e terceiro ano (grupo mais velho) do ensino médio. Os jovens que participaram desta pesquisa assinaram o termo de assentimento e tiveram o termo de consentimento assinado pelos pais. Este estudo foi aprovado pelo CEP UDESC registrado sob o CAAE 35004014.4.0000.0118/2014. Foram avaliados através do Questionário Oliveira de Dor Lombar em Jovens (OLBPYQ), que teve a versão brasileira adaptada, validada com boa confiabilidade e estabilidade. Os dados foram analisados quanto a normalidade através do teste *Kolmogorov-smirnov* e foram detectados como não paramétricos. A diferença entre os grupos foi analisada pelo teste *U de Mann-Whitney*. O teste *Qui-quadrado* foi usado para analisar a diferença entre os grupos em variáveis categóricas e nas associações entre as variáveis. Para correlação entre variáveis foi usado o teste de *Kendall*, adotaram-se os valores 0,1 a 0,3 para força de correlação baixa, 0,31 a 0,6 para moderada e acima de 0,61 para alta. As análises foram realizadas no software SPSS, versão 20.0 e adotou-se um nível de significância de 5% para todos os testes estatísticos. Após análise foram excluídos os questionários inconsistentes, daqueles jovens que não estavam na faixa etária e nos anos de ensino médio de interesse deste estudo.

Resultados: A amostra ficou constituída de 189 alunos, 114 meninas e 75 meninos. Foram observadas prevalências de dor lombar no momento da avaliação de 27%, nos 3 meses antes da

avaliação de 57,7%, e em algum momento da vida de 74,1%. Não foram observadas diferenças entre os grupos de alunos com relação a prevalência nem intensidade de dor lombar. Os jovens reportaram, assim como os adultos, elevada prevalência de queixas na região lombar. Apenas a profissão foi observada com diferença significativa entre os grupos, sendo que um maior número de adultos trabalhava, contudo a dor não estava associada à atividade laboral. A lombalgia no momento da avaliação estava associada com a prática de atividade física ($p= 0,021$), a presença de dor foi maior naqueles que não praticavam atividade física (35,9%) do que nos que praticavam (20,7%), e com a dor em outras regiões ($p<0,001$). Dor alguma vez na vida estava associada com sexo ($p=0,026$), sendo que 79,8% das meninas apresentavam dor e 65,3% dos meninos, e com a dor em outra região ($p<0,001$). Dor nos 3 meses antes da avaliação estava associado ao sexo ($p= 0,029$), 64% das meninas apresentavam dor e 48% dos meninos, e com a dor em outra região ($p<0,001$). A intensidade da dor estava correlacionada de forma negativa e fraca ao tempo de sono durante a semana ($r= -0,116$; $p= 0,044$), quanto menos sono mais dor.

Discussão: Estudos analisados na execução desta pesquisa ^(4,7,18,19, 29,36,39, 54, 64, 66) apontam que a dor lombar tem se tornado cada vez mais comum em jovens; a falta de movimento corporal e os hábitos sedentários atuais - especialmente exercidos pelos jovens - e a utilização dos equipamentos eletrônicos em excesso, podem ser algumas das causas multifatoriais de lombalgias; quanto à qualidade do sono, verificamos que é difícil identificar a origem da associação (se a dor causa ou é a consequência de uma má qualidade de sono); pesquisas que relacionam o gênero à dor lombar apontam uma maior prevalência no sexo feminino, corroborando com esta análise; há grande concordância no sentido de que a análise dos fatores de risco é importante para que se possam estabelecer estratégias de prevenção e tratamento no controle desta condição antes da idade adulta.

Conclusão: Observou-se elevada prevalência de lombalgia nos jovens e adultos estudantes do ensino médio. Apesar da diferença na idade e nas demandas relacionadas ao início e final do curso, não foram observadas diferenças significativas na prevalência de lombalgia entre os grupos. Cuidados relacionados ao gênero, tempo de sono e com o incremento de atividades físicas podem ter impacto nas queixas de dor lombar e consequentemente sobre as queixas de dor em outras regiões quando ocorrem concomitantemente à lombalgia.

Palavras-chave: Lombalgia. Prevalência. Jovens.