

## RASTREAMENTO DE LOMBALGIA CRÔNICA E ALTERAÇÕES POSTURAS EM FEIRA DE SAÚDE COMUNITÁRIA

Ana Luísa Carvalho Maciel<sup>1</sup>; Giovanna Lelis Ladeia Brito<sup>2</sup>; Guilherme Mont'Alvão Lopes Frota<sup>3</sup>; José Guilherme Lacerda Lima<sup>4</sup>; Leonardo Corrêa Mendonça<sup>5</sup>; Paloma Bianca Costa Teixeira<sup>6</sup>; Janne Jéssica Souza Alves<sup>7</sup>

1. Aluna do Período 6º do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Guanambi; E-mail: [luisamaciel15@hotmail.com](mailto:luisamaciel15@hotmail.com)
2. Aluna do Período 6º do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Guanambi; E-mail: [ladeiagiovanna34@gmail.com](mailto:ladeiagiovanna34@gmail.com)
3. Aluno do Período 6º do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Guanambi; E-mail: [guilhermemontalvao@gmail.com](mailto:guilhermemontalvao@gmail.com)
4. Aluno do Período 6º do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Guanambi; E-mail: [joseguilhermejll@gmail.com](mailto:joseguilhermejll@gmail.com)
5. Aluno do Período 6º do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Guanambi; E-mail: [leonardocorrea0987@gmail.com](mailto:leonardocorrea0987@gmail.com)
6. Aluna do Período 6º do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Guanambi; E-mail: [loma80084@gmail.com](mailto:loma80084@gmail.com)
7. Professor(a) do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas de Guanambi – Afya Guanambi ; E-mail: [Janne.jessicasa@gmail.com](mailto:Janne.jessicasa@gmail.com)

**RESUMO:** A intervenção realizada por estudantes de Medicina da AFYA Guanambi na Praça Sílvio Nunes, no bairro São Sebastião, teve como objetivo identificar sinais de lombalgia crônica e orientar a comunidade sobre prevenção, ergonomia e autocuidado. A metodologia envolveu acolhimento, triagem, esclarecimento de dúvidas, orientações posturais e hábitos saudáveis, além da distribuição de alimentos e encaminhamento de indivíduos com sinais de alerta para avaliação médica. Os resultados mostraram aumento imediato da compreensão dos participantes sobre fatores de risco e medidas preventivas, além de favorecer o acesso ao cuidado adequado. A experiência também contribuiu para o desenvolvimento de habilidades comunicativas e relação comunitária entre os estudantes. Conclui-se que ações educativas simples e acessíveis podem gerar impacto significativo na promoção da saúde musculoesquelética e reforçam a importância de iniciativas contínuas no contexto da Atenção Primária.

**Descritores:** Dor; Ergonomia; Atenção Primária à Saúde; Promoção da Saúde.

### INTRODUÇÃO

A dor lombar é uma condição musculoesquelética frequente, considerada a principal

causa de incapacidade em nível mundial. Está relacionada a múltiplos fatores, como má postura, obesidade, sedentarismo, traumas e esforço físico repetitivo, sendo classificada como a dor crônica mais comum. Em estudo realizado em capitais brasileiras, verificou-se prevalência de 77% para dor na coluna, superando queixas em joelhos, ombros, tornozelos, mãos e região cervical (Rother; Conaghan, 2013).

A dor crônica, definida como aquela que persiste por mais de três meses, pode ser primária, quando não possui causa estabelecida, ou secundária, quando resulta de uma condição conhecida, evidenciando-se o Brasil, cerca de 40% da população adulta apresenta dor crônica, sendo 10% em intensidade elevada e 5% com limitação grave (Brasil, 2022). A lombalgia destaca-se não apenas pela alta prevalência, mas também por seu impacto social e econômico: representa uma das principais causas de afastamento do trabalho, aposentadoria precoce e anos de vida perdidos por incapacidade (Silva et al., 2020). Esse cenário revela a necessidade de maior atenção à dor crônica, frequentemente marcada pelo estigma e pela negligência, apesar de constituir um relevante problema de saúde pública (Brasil, 2022).

Em Guanambi, particularmente no bairro São Sebastião, a lombalgia se apresenta como uma queixa recorrente entre os usuários da Atenção Primária, muitas vezes relacionada ao esforço físico repetitivo em atividades laborais, à sobrecarga decorrente de trabalhos braçais e ao sedentarismo. Esses fatores contribuem para o agravamento da dor lombar e para a cronificação do quadro, impactando a capacidade funcional e a qualidade de vida da população. Nesse cenário, tornou-se essencial a realização de ações educativas que objetivaram identificar os sinais e sintomas de lombalgia crônica e alterações posturais em participantes da comunidade, fornecer orientações sobre medidas preventivas, ergonomia e práticas de autocuidado que contribuam para a melhoria da qualidade de vida e encaminhar os usuários com sinais clínicos de lombalgia para avaliação médica e, se necessário, acompanhamento fisioterapêutico ou especializado.

## MATERIAIS E MÉTODOS

O projeto foi uma iniciativa dos alunos de medicina da Faculdade de Ciências Médicas – AFYA Guanambi - para conscientizar a população acerca da prevenção e identificação precoce dos sinais e sintomas da lombalgia. A intervenção foi realizada na praça Sílvio Nunes, no bairro São Sebastião localizado no município de Guanambi, Bahia, com o público frequentador do local. A atividade ocorreu no dia 31/10/2025.

Foi desenvolvido uma série de atividades, como orientações acerca de cuidados com a saúde do sistema osteomioarticular, distribuição de frutas e demais alimentos para o público local com o objetivo de conscientizar os cidadãos de Guanambi acerca da prevenção e identificação precoce da lombalgia, abordando medidas iniciais acerca da patologia. As ações planejadas foram cuidadosamente elaboradas para atender a esse objetivo. Incluíram um atendimento individualizado ao cidadão para que o mesmo sanasse as principais dúvidas acerca da condição, além da disseminação de informações que detalham os fatores de risco da doença, os sinais e sintomas a serem observados e as medidas preventivas que podem ser tomadas.

O atendimento individualizado foi uma atividade importante a ser realizada. Isso permitiu que os participantes tivessem uma compreensão imediata de sua saúde e fossem aconselhados sobre os próximos passos, se necessário. Diante disso, foi possível coletar informações acerca da condição osteomioarticular da população local.

Por fim, a equipe forneceu orientações sobre hábitos saudáveis para a população que frequentava o local, além de reforçar a necessidade de manter alimentação balanceada e a importância do cuidado continuado.

A equipe espera que, por meio dessa intervenção, possa promover uma maior conscientização e adoção de medidas preventivas pela população participante. A abordagem da intervenção foi inclusiva e adaptada para atender às necessidades e características de cada segmento do público-alvo, garantindo que as informações e atividades fossem acessíveis e relevantes para todos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção realizada na Praça Sílvio Nunes, em 31 de outubro de 2025, revelou-se uma experiência formativa e socialmente transformadora, capaz de unir prática clínica, promoção da saúde e educação comunitária em um mesmo cenário. Ao longo das atividades de acolhimento, triagem, orientação postural, rastreamento de sinais sugestivos de lombalgia e distribuição de alimentos saudáveis, tornou-se evidente o impacto imediato sobre os participantes, que demonstraram maior compreensão sobre fatores de risco, medidas de autocuidado e a importância da ergonomia no cotidiano. A vivência mostrou que, muitas vezes, pequenas orientações podem modificar percepções e estimular atitudes preventivas,

especialmente em populações que raramente têm acesso a informações estruturadas sobre saúde musculoesquelética.

Durante o desenvolvimento da ação, alguns desafios se apresentaram de forma clara, exigindo flexibilidade e sensibilidade por parte da equipe. A dinâmica de um ambiente aberto, o fluxo contínuo de pessoas, a necessidade de adaptar explicações ao nível de compreensão de cada indivíduo e a limitação natural de privacidade nas avaliações foram elementos que exigiram dos discentes uma postura ativa, comunicação clara e capacidade de tomada de decisão em tempo real. Tais dificuldades, longe de representar entraves, contribuíram significativamente para o amadurecimento dos futuros profissionais, ampliando a noção de que a prática médica envolve não apenas conhecimento técnico, mas também empatia, escuta qualificada, habilidade de adaptação e compromisso ético com a comunidade.

A ação gerou benefícios concretos para o público envolvido. Muitos participantes relataram entender, pela primeira vez, a relação entre hábitos posturais, carga de trabalho, sedentarismo e o desenvolvimento de dores lombares. Outros expressaram alívio ao receber orientações simples, porém eficazes, que podiam ser aplicadas imediatamente em sua rotina. Houve ainda aqueles que, ao serem identificados com sinais de alerta, foram encaminhados para acompanhamento adequado, reforçando a importância de atividades desse tipo como porta de entrada para o cuidado. A distribuição de alimentos saudáveis, por sua vez, ampliou a compreensão popular sobre o papel da nutrição na saúde integral, conectando alimentação, funcionalidade física e bem-estar geral.

Do ponto de vista formativo, a experiência mostrou-se profundamente enriquecedora. Os estudantes puderam integrar conhecimentos teóricos à prática em um contexto real, reconhecer demandas coletivas, identificar vulnerabilidades sociais e compreender o papel estratégico da atenção primária como primeiro nível de cuidado. Essa vivência reforçou a percepção de que o médico, antes de ser especialista em diagnósticos, é um mediador entre saber científico e necessidades concretas da população. Contribuiu também para o desenvolvimento de habilidades essenciais, como trabalho em equipe, comunicação eficaz, organização de fluxo de atendimento e didática ao traduzir conceitos complexos em linguagem acessível.

A intervenção também dialogou diretamente com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, sobretudo o ODS 3, ao promover saúde e bem-estar por meio da prevenção e

educação; o ODS 4, ao colaborar para a formação qualificada de profissionais comprometidos com o cuidado integral; e o ODS 10, ao reduzir desigualdades por meio da oferta de informação e assistência a uma comunidade potencialmente vulnerável. Dessa forma, a atividade ultrapassou o caráter pontual e assumiu uma dimensão social, educativa e cidadã, reafirmando o compromisso da formação médica com a transformação da realidade local.

Por fim, a experiência apresentou caráter inovador ao integrar triagem clínica, educação ergonômica e orientação nutricional em um único espaço comunitário, utilizando materiais simples e estratégias de fácil replicação. Essa combinação mostrou que ações de baixo custo, quando bem organizadas, podem gerar impactos significativos tanto na população quanto na formação acadêmica. A intervenção demonstrou, portanto, que a aproximação constante entre universidade e comunidade é fundamental para consolidar médicos mais humanos, competentes e conscientes das múltiplas dimensões que constituem o processo de cuidado em saúde.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A intervenção desenvolvida na Praça Sílvio Nunes demonstrou-se eficaz na promoção de consciência comunitária sobre a lombalgia, permitindo que a população compreendesse, de forma acessível, os fatores de risco, os sinais de alerta e as estratégias de prevenção relacionadas à saúde da coluna vertebral.

Do ponto de vista formativo, a atividade proporcionou aos estudantes uma vivência concreta dos desafios e responsabilidades inerentes à prática médica na Atenção Primária. O contato direto com diferentes perfis de usuários, em um ambiente dinâmico e aberto, estimulou o aprimoramento de habilidades comunicativas, a adaptação da abordagem clínica e a construção de uma relação mais humanizada com a comunidade. Assim, as condições próprias da intervenção, longe de dificultar o processo, ampliaram o aprendizado e fortaleceram competências essenciais para o cuidado integral.

Embora a atividade tenha sido pontual, seu desenvolvimento evidencia a necessidade de continuidade e expansão de ações semelhantes. A repetição periódica de iniciativas comunitárias permitiria não apenas reforçar o impacto educativo, mas também acompanhar, ao longo do tempo, a evolução das queixas musculoesqueléticas e da adoção de práticas preventivas pela população.

Propõe-se, ainda, o desenvolvimento de pesquisas que investiguem a influência de fatores socioeconômicos e ocupacionais na prevalência de lombalgia na região, de modo a subsidiar estratégias mais específicas de prevenção e promoção da saúde.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas: Dor Crônica. Brasília: CONITEC/MS, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/protocolos/dorcronica-1.pdf>. Acesso em: 17 set. 2025

ROTHER, M.; CONAGHAN, P. G. A randomized, double-blind, phase III trial in moderate osteoarthritis knee pain comparing topical ketoprofen gel with ketoprofen-free gel. *J Rheumatol.* 2013;40(10):1742-8