

ANÁLISE DOS RECURSOS UTILIZADOS PARA O TRATAMENTO DE LOMBALGIA CRÔNICA NO MUNICÍPIO DE SANTARÉM

Maria Nelcileny Leão Mota¹; Ana Karine Ribeiro Valentim¹; Ayra Pinheiro Neves Navarro¹; Arlisson Rocha dos Reis¹; Everton Bryan Oliveira de Arruda¹; Priscila de Sousa Guedes¹; Marina Silva Nicolau Taketomi²

¹ Acadêmico do curso de Fisioterapia da Universidade do Estado do Pará - UEPA - Campus XII - Santarém-PA

² Fisioterapeuta, especialista, docente no curso de Fisioterapia da Universidade do Estado do Pará - UEPA – Campus XII - Santarém-PA

Introdução: A lombalgia é caracterizada pela manifestação da dor na região lombar da coluna vertebral, sendo, portanto, resultante de maus hábitos posturais, inatividade física, levantamento de peso excessivo, por exemplo. De acordo com Zavarize et al. (2014), a algia lombar pode ser classificada como aguda – a dor, trata-se de um quadro passageiro - ou crônica, quando o sintoma perdura por mais de três meses a partir do primeiro episódio de dor aguda. Nesse sentido, acredita-se que a atuação do fisioterapeuta se torna fundamental com a finalidade de aliviar as dores, bem como, de possibilitar a melhora funcional de pacientes que apresentam esses tipos de incômodos prolongados na região da lombar. Nessa perspectiva, dentre os tratamentos fisioterápicos algumas recomendações podem ser: a realização de atividades de estabilização do tronco, dessensibilização de pontos de gatilhos e bloqueios seletivos, exercícios de alongamento, a terapia manual, acupuntura e eletroterapia (DIAS; ROCHA, 2013). Pode-se afirmar que diversas técnicas e recursos terapêuticos têm sido propostos, especialmente os que atuam na estabilidade intersegmentar da coluna lombar e o tratamento conservador (RIBEIRO *et al.*, 2011). A compreensão de como os serviços de saúde prestados à população vêm sendo conduzidos frente a estes casos, já que a dor lombar crônica é entendida como um fenômeno multidimensional, vem sendo estudada no decorrer dos anos (DESCONSI, *et al.*, 2019). Dessa forma, a escolha por qual tratamento seguir frente às demandas que os pacientes apresentam, leva o profissional a uma constante reflexão acerca dos recursos utilizados e da avaliação periódica da evolução de cada paciente. A compreensão acerca do levantamento de quais recursos são mais empregados, bem como da avaliação destas técnicas utilizadas pelos Fisioterapeutas, influenciam sua prática e apresentam-se como ponto importante para o conhecimento da realidade da profissão no contexto municipal. Dessa forma, essa pesquisa tem como objetivo analisar quais as condutas fisioterapêuticas são realizadas nas clínicas de Santarém para o tratamento de lombalgia crônica.

Metodologia: Foram realizadas, inicialmente, pesquisas bibliográficas através de artigos científicos, investigados por meio das plataformas digitais “Google acadêmico” e “SciELO”, onde buscou-se estudos realizados entre os anos 2006 e 2019 que apresentassem uma abordagem relevante acerca da temática em questão. Após o levantamento bibliográfico, foi realizada uma pesquisa de campo descritiva, de caráter quantitativo. Assim, de forma híbrida, tanto presencial quanto online, foram entrevistados 11 fisioterapeutas atuantes com pacientes diagnosticados com lombalgia crônica no município de Santarém-Pará, sendo 4 deles do sexo masculino e 7 do sexo feminino, com idade entre 23 e 43 anos. Durante a pesquisa, foi apresentado um questionário aos entrevistados que abordava 7 questões objetivas, sendo elas: Quantos casos de pacientes com lombalgia crônica, aproximadamente, você trata durante a semana?; Normalmente, quais recursos você utiliza nos casos de lombalgia crônica?; Quão eficaz você acredita ser cada um desses recursos em uma escala de 1 a 5?; No caso da dor crônica, qual a primeira conduta você prefere usar em seus pacientes?; Quantas sessões, em média, costuma usar com esses pacientes?; Em quantas sessões ocorre o abrandamento da dor crônica?; Em caso de o paciente afastado do trabalho, aproximadamente, em quanto tempo após iniciar o tratamento o paciente volta a funcionalidade?.

Resultados: Dessa forma, após aplicação do questionário fechado, constatou-se que 63,63% dos fisioterapeutas entrevistados disseram ter especialidade em “Traumato-ortopedia” e 36,36% não responderam ou possuem especialidades em outra área da fisioterapia. Ademais, quando interrogados sobre a quantidade de sessões realizadas em um período de sete dias, 45% dos profissionais responderam desenvolver atendimento em “02 a 04 pacientes” e as opções entre “05 a 07 pacientes”, “08 a 09 paciente” e “acima de 10 pacientes” atingiram a média de 18% cada. Por conseguinte, em relação aos recursos fisioterápicos utilizados no tratamento em questão, 91% afirmaram utilizar a Neuroestimulação Elétrica Transcutânea (TENS), bem como, a Cinesioterapia, 82% fazem o uso da Terapia manual e 73% de Exercícios de Alongamento, ressalta-se que nesse item os entrevistados puderam confirmar marcação em mais de uma opção. Dessa forma, ao indaga-los sobre a eficácia desses recursos, 82% dos fisioterapeutas consideram a Cinesioterapia como de mais eficácia, assim, pontuando-a como escala 05, igualmente, 55% mencionaram as práticas de Terapia Manual e 45% citaram a Hidroterapia e, também com o mesmo percentual, os Exercícios de Alongamento. Já em relação a primeira conduta fisioterápica adotada no início do tratamento, 27% mencionaram o uso da Terapia Manual, bem como, “outro recurso” especificando, por exemplo, o Pilates. E, 18% alegaram o TENS como recurso inicial no tratamento da lombalgia crônica. Em seguida, quando questionados sobre a média de sessões realizadas na dor crônica lombar, 45% expressaram efetuar em média 20 sessões, 27% revelaram desenvolver aproximadamente 10 sessões e 18% marcaram a opção com em torno de 30 sessões, por paciente. A respeito do item “com quantas sessões ocorre o abrandamento da dor crônica”, 73% afirmaram o valor de até “10 sessões”, 18% mencionaram entre “26 a 30” sessões e 9% citaram “outros valores”. Por fim, sobre o retorno a atividade profissional após o afastamento em decorrência da lombalgia crônica, 55% dos fisioterapeutas declararam que os pacientes estão em condições de retornar as atividades de trabalho entre o período de “08 a 15 dias”, 27% afirmaram que até “07 dias” e 9% mencionaram entre “16 a 30 dias” e “30 a 45 dias”. Dessa forma, pode-se perceber que os recursos fisioterápicos mais utilizados pelos fisioterapeutas da cidade de Santarém-Pará sob a patologia em ênfase são “TENS”, “Cinesioterapia”, “Terapia Manual” e “Exercícios de Alongamentos”. Nessa perspectiva, acredita-se que a Terapia Manual se torna efetiva no cuidado e no tratamento de pacientes diagnosticados, pois, promove a capacidade funcional, como também, possibilita melhor qualidade de vida, de maneira, a evitar possíveis intervenções cirúrgicas (PEREIRA e JUNIOR, 2018). Além disso, outro recurso que possibilita melhor capacidade funcional é a Cinesioterapia, que contribui com a redução da dor, ajuda no aumento da força muscular e melhora a flexibilidade do indivíduo com lombalgia (RIBEIRO, MARTINS e PEREZ, 2019). De modo semelhante, os exercícios de alongamento proporcionam benefícios no tratamento da dor lombar, no entanto, não melhoraram a capacidade de contração do músculo transverso do abdome (PUPPIN et al., 2011). A utilização do TENS se destaca como um recurso de modalidade terapêutica não invasiva, sem efeitos colaterais ou interações com medicamentos e de fácil manejo e que propicia o alívio da dor pela estimulação de nervos periféricos, segundo Melo et. al. (2006).

Considerações finais: No presente estudo, constatou-se o TENS como recurso mais utilizado, seguido de Cinesioterapia. Entretanto, com relação à eficácia desses recursos a Cinesioterapia foi considerada em maior escala. Ademais, os entrevistados avaliaram a Terapia Manual como recurso utilizado em primeira abordagem. Os achados do estudo mostram que diferentes condutas são utilizadas pelos profissionais, embora haja tendência de adoção de terapias pontuais. É importante ressaltar que diversos recursos são consolidados para a redução dos quadros de dor e melhoria funcional em pacientes com lombalgia, cabendo ao profissional avaliar e direcionar a melhor conduta. O conhecimento acerca das técnicas e recursos terapêuticos e sua eficácia no tratamento da lombalgia possui significância aos fisioterapeutas,

mostrando, desta maneira, a importância de mais estudos que abordem a realidade da prática clínica destes profissionais e suas experiências com a eficácia dos recursos.

Palavras Chaves: Dor lombar; Tratamento; Fisioterapeutas.

Referências:

DESCONSI, M. B. et al. Tratamento de pacientes com dor lombar crônica inespecífica por fisioterapeutas: um estudo transversal. *Fisioter Pesqui.* v. 26. n. 1. 15-21, 2019.

DIAS, S. L. D; ROCHA, J. C. Lombalgia: das causas às consequências. XVII Encontro Latino Americano de Iniciação Científica, XIII Encontro Latino Americano de Pós Graduação e III Encontro de Iniciação à Docência – Universidade do Vale do Paraíba, 2013.

EVANGELISTA, I. A. S. FERREIRA, M. A. V. Por Onde caminha à Docência Universitária. Curitiba: CRV, 2018.

PEREIRA, D. S; JUNIOR, V. S. Efeito da Terapia Manual em Pacientes com Lombalgia: Uma Revisão Integrativa. *Id on Line Rev. Mult. Psic.* V.12, N. 41, p. 31-38, 2018 - ISSN 1981-1179.

PUPPIN et al. Alongamento muscular na dor lombar crônica inespecífica: uma estratégia do método GDS. *Fisioterapia e Pesquisa*, São Paulo, v.18, n.2, p. 116-21 , abr/jun. 2011.

RIBEIRO C. A. N; MOREIRA D. O exercício terapêutico no tratamento da lombalgia crônica: uma revisão da literatura. *R. bras. Ci. e Mov* 2010;18(4):100-108.

RIBEIRO, R. C; MARTINS, P. C. M. L; PEREZ, F. S. B. Cinesioterapia no tratamento da dor lombar crônica: Revisão de literatura. v.5, n.01: jan-dez, 2019, ISSN: 24479330.

ZAVARIZE, S. F. et al. Dor lombar crônica: Implicações do perfil criativo como estratégias de tratamento. *Journal of management & primary health care.* v . 5, n. 2, 2014.