

Intensidade da lombalgia e características clínicas de um grupo de gestantes

Angela Paula Soares da Silva: Graduanda do 10º período do curso de Fisioterapia – UNIPAM (e-mail: angelapaula@unipam.edu.br)

Profa. Me. Kelly Christina de Faria Nunes: Professora orientadora – UNIPAM (e-mail: kellyfaria@unipam.edu.br)

Profa. Me. Lays Magalhães Braga: Professora co-orientadora – UNIPAM (e-mail: laysbraga@unipam.edu.br)

Resumo: Durante o período gestacional, acontecem variações hormonais e biomecânicas no corpo da mulher, que apresentam como resultado principal a lombalgia gestacional. A lombalgia gestacional é classificada como uma manifestação clínica com inúmeras causas acometendo a região lombar, podendo ser irradiada para os membros inferiores. Aproximadamente 50% das gestantes enfrentam dor lombar que pode gerar incapacidade motora na realização das atividades diárias dependendo do nível da dor. Assim sendo, o objetivo deste estudo foi conhecer o perfil sociodemográfico e clínico e a intensidade da lombalgia em um grupo de gestantes. Metodologia: Trata-se de um estudo de coorte transversal, descritivo e quantitativo, sendo executado após a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa do Centro Universitário de Patos de Minas, sob o número 3.140.701. O estudo foi realizado na clínica de Fisioterapia do UNIPAM, envolvendo 18 gestantes com idade gestacional de 16 a 30 semanas e com faixa etária entre 18 e 40 anos. Inicialmente, foi realizada uma investigação sócio-demográfica dos antecedentes pessoais, clínicos e obstétricos através de um questionário construído pelo próprio pesquisador. Em seguida, foi realizada avaliação da dor lombar por meio da Escala Visual Analógica de Dor (EVA) e o *Oswestry Disability Index* – ODI. O *Oswestry Disability Index* – ODI é um instrumento utilizado para avaliação funcional da coluna lombar, incorporando medidas de dor e atividade física. A escala visual analógica de dor (EVA) é usada e aprovada como uma ferramenta de medição (quantitativa) da intensidade da dor. A análise estatística foi conduzida por meio do Software SPSS versão 23.0. Resultado: Foram avaliadas 18 gestantes com média de idade de 26,61 ($\pm 5,10$). A maioria das gestantes, 88,9%, eram casadas e 11,1% solteiras; 66,7% tinham o ensino superior e 27,8% ensino médio. A média da idade gestacional foi de 22,38 ($\pm 5,28$); e 50% das gestantes relataram ter renda individual de um salário mínimo. Através do questionário ODI, observamos que 78,9% das gestantes apresentavam incapacidade mínima nas atividades diárias e 21,1% incapacidade moderada relacionadas a lombalgia. Quanto à intensidade da dor lombar a média da EVA foi de 5,10 ($\pm 2,20$). Discussão: Com base na avaliação da incapacidade pelo questionário *Oswestry*, obteve-se que 78,9% das gestantes apresentaram incapacidade mínima e 21,1% incapacidade moderada nas atividades diárias. Num determinado estudo de análise descritiva envolvendo 82 gestantes com lombalgia, a maioria 45 (54,9%) obteve incapacidade mínima, 32 (39%) incapacidade moderada, 4 (4,9%) incapacidade severa e 1 (1,9%) incapacidade muito severa no ODI. Em relação à prática de exercício físico anterior à gestação, 11 (61,1%) das gestantes informaram não praticar qualquer exercício, e apenas 7 (38,9%) relataram a prática. Atualmente todas as 18 (100%) gestantes afirmaram não praticar exercício físico. De acordo com

a literatura a falta de exercício físico regular está correlacionada com dores na região lombar, sendo o sedentarismo associado às incapacidades no sistema musculoesquelético e ao aumento de carga sobre a coluna que favorece ao aparecimento de lombalgia. Conclusão: Observamos que a dor lombar é frequente em gestantes em graus diversos, sendo uma manifestação clínica incapacitante para a realização das atividades podendo ser apresentada em qualquer fase da gestação.

Palavras-chave: Dor lombar. Gestantes. Saúde da Mulher.