

AUTOR(ES): LUNNA MANIELLY SOUSA FREITAS, LUANA SILVA COSTA, MARIA CLARA DOS SANTOS ANTUNES FERNANDES, FERNANDA MUNIZ VIEIRA e WESLEY DOS REIS MESQUITA.

ORIENTADOR(A): ALENICE ALIANE FONSECA

PREVALÊNCIA DE DORSALGIA EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS DE UMA FACULDADE PRIVADA DO NORTE DE MINAS GERAIS

Introdução

O ensino superior é uma fase significativa e também de grandes mudanças, pois há impactos na vida pessoal e profissional daqueles que ingressam nesta etapa de ensino. Novas oportunidades, desafios e obstáculos para alguns universitários é uma experiência estressante, que interfere no próprio rendimento acadêmico comprometendo fatores físicos e emocionais da sua saúde (LAMBERT; MOREIRA; CASTRO, 2018).

A saúde do estudante é uma questão emergente, uma vez que os universitários se envolvem em comportamentos de risco que podem afetar tanto a sua saúde quanto a sua qualidade de vida. Durante este período de transição para o ensino superior, o estudante pode adotar hábitos de vida inadequados, como o alto nível de sedentarismo, alimentação inadequada, alteração no padrão de sono e posturas erradas (OLIVEIRA; PADOVANI, 2014).

Os hábitos posturais inadequados adotados pelos universitários, podem resultar em alterações estruturais e biomecânicas como a dorsalgia, que podem ser decorrentes de posturas inadequadas na sala de aula, na forma de transporte do material universitário, extensiva jornada de trabalho associado aos estudos e na necessidade de permanecerem sentados por períodos prolongados (GOMES NETO; SAMPAIO; SANTOS, 2016; COELHO, 2017).

A dorsalgia é um termo habitualmente conhecido como dor nas costas. Termo este utilizado para designar queixas de desconforto ou dor crônica na região da coluna vertebral. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), 80% dos adultos sofrerão pelo menos uma crise aguda de dor nas costas durante a sua vida. Estudos como o de Iguti et al. (2015) e Hoy et al. (2012), evidenciam que a dor nas costas é um problema que acomete grande parte da população em todas as faixas etárias. Sendo um sintoma que muitas vezes não é estimado pela população, mas que pode agravar e levar a diversas disfunções musculoesqueléticas no decorrer da vida, que comprometem ativamente a qualidade de vida dos mesmos.

Sendo assim, o objetivo deste estudo foi verificar a prevalência de dorsalgia e a localização anatômica da dor de estudantes universitários de uma Faculdade privada do norte de Minas Gerais.

Material e Métodos

A. Caracterização do estudo e da amostra

Trata-se de um estudo transversal de caráter quantitativo e exploratório, a ser realizado em uma Faculdade privada do norte de Minas Gerais. A população alvo envolveu estudantes de graduação nos cursos ofertados pela Faculdade. Foram selecionados os universitários que atenderam aos pré-requisitos de participação, de acordo com os critérios de inclusão: ambos os sexos; idade mínima de 18 anos; estar devidamente matriculado em um dos cursos ofertados e concordar em participar da pesquisa, firmando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

B. Procedimentos e instrumentos

Inicialmente, foi enviado aos coordenadores dos cursos de graduação, um pedido de autorização para a realização da pesquisa, explicando os objetivos e procedimentos propostos. Com o consentimento da coordenação, foi enviado um convite aos estudantes através das redes sociais. Após o estudante aceitar o convite e fornecer o consentimento para a sua participação, foi compartilhado um questionário on-line através de um link para pesquisa eletrônica via @Whatsapp, devido as restrições impostas pela pandemia pelo COVID-19. O questionário foi construído utilizando a ferramenta Google Forms e avaliou a presença de dorsalgias e os principais locais da coluna vertebral acometidos.

Para identificar a prevalência de dorsalgias, foi utilizado um questionário adaptado, auto-aplicável, válido e reprodutível, denominado Back Pain and Body Posture Evaluation Instrument (BackPEI) (NOLL et al., 2013). O BackPEI é um questionário constituído por 21 questões fechadas. O instrumento visa identificar a presença de dor nas costas nos últimos três meses e avalia fatores de risco demográficos e comportamentais. Para realização do resumo, foi utilizado apenas a questão 18 ("Você sente ou sentiu dor nas costas nos últimos 3 meses?"), referente a prevalência de dorsalgias. Também foi questionado aos universitários, o principal local da coluna vertebral acometido pela dor.

Essa pesquisa foi submetida à aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos das Faculdades Unidas do Norte de Minas, sob o número 4.270.883 e atende todas as normas que constam na resolução 466/2012.

C. Metodologia de análise dos dados

Para análise dos dados foi utilizado o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) for Windows versão 25.0. Os dados foram analisados a partir de estatísticas descritivas.

Resultados e Discussão

Foram avaliados 195 universitários, sendo 74,1% do sexo feminino e 25,9% do sexo masculino. 176 (90,3%) estudantes tinham idade entre 18 e 29 anos e 19 (9,7%) acima de 30 anos. Em relação a prevalência de dorsalgias, 77,9% (n=152) dos universitários apresentavam dor na região da coluna vertebral (Figura 1). Ao avaliar a localização anatômica da dor, 57,2% (n=87) dos estudantes relataram dor na região lombar, 39,5% (n=70) na região cervical e apenas 3,3% (n=5) na região torácica (Figura 2). Corroborando com os nossos achados, o estudo de Coelho et al. (2017), realizado com 90 estudantes de graduação, com média de idade de 25 anos, 80% (n=72) dos participantes sentiram dor nas costas, sendo a região lombar (48%) mais comentada. Gomes Neto, Sampaio e Santos (2016), também encontraram altos índices de prevalência de dorsalgia (98%) em 200 universitários da União Metropolitana de Educação e Cultura, sendo a região lombar a que teve maior frequência (66%).

A má postura adotada pelos estudantes, causa alterações músculo-esqueléticas, principalmente na região lombar. Por exemplo, adotar uma postura sentada por longos períodos de tempo e de maneira inadequada, pode aumentar da pressão interna no núcleo do disco intervertebral, em aproximadamente 35% e também gerar uma sobrecarga da musculatura paravertebral lombar. Além de ocasionar desequilíbrios musculares entre os músculos responsáveis pela manutenção das curvas da coluna vertebral, alterando a postura corporal, causando dorsalgias (SIQUEIRA; OLIVEIRA; VIEIRA, 2008; COELHO, 2017).

Conclusão

Conclui-se que a maioria dos universitários relataram sentir dores nas costas com maior prevalência de dor na região lombar. Esses dados contribuem para o melhor conhecimento dos índices de prevalência de dorsalgias em universitários, favorecendo os profissionais na sua prática profissional a criar medidas preventivas desde as orientações ao tratamento adequado para diminuir a dor e desconfortos musculoesqueléticos em estudantes.

Referências

- LAMBERT, A. S.; MOREIRA, L. K. R.; CASTRO, R. C. A. M. Estado da arte sobre adoecimento do estudante universitário brasileiro. **Revista Brasileira de Educação e Saúde**, v.8, n.2, p.30-36, 2018.
- OLIVEIRA, N. R. C.; PADOVANI, R. C. Saúde do estudante universitário: uma questão para reflexão. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 19, n.3, 2014.
- IGUTI, A.M.; BASTOS, T. F.; BARROS, M. B. de A. Dor nas costas em população adulta: estudo de base populacional em Campinas, São Paulo, Brasil. **Cad. Saúde Pública**, v. 31, n. 12, p. 2546-2558, 2015.
- HOY, D.; BAIN, C.; WILLIAMS, G.; MARCH, L.; BROOKS, P.; BLYTH, F.; BUCHBINDER, R. A systematic review of the global prevalence of low back pain. **Arthritis Rheum**, v.64, p.2028-37, 2012.
- GOMES-NETO, M.; SAMPAIO, G. S.; SANTOS, P. S. Frequência e fatores associados a dores musculoesqueléticas em estudantes universitários. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 6, n. 1, 2016.
- COELHO, C. J. Prevalência, frequência e fatores associados a dores nas costas em um grupo de estudantes universitários. **Varia Scientia-Ciências da Saúde**, v. 3, n. 1, p. 9-15.
- NOLL, M. et al. Back Pain and Body Posture Evaluation Instrument (BackPEI): Development, Content Validation and Reproducibility. **Int J Public Health**, v.58, p.4, p.565-72, 2013.
- SIQUEIRA, G. R.; OLIVEIRA, A. B.; VIEIRA, R. A. G. Inadequação ergonômica e desconforto das salas de aula em instituição de ensino superior do Recife-PE. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, v. 21, n.1, p. 19-28, 2008.

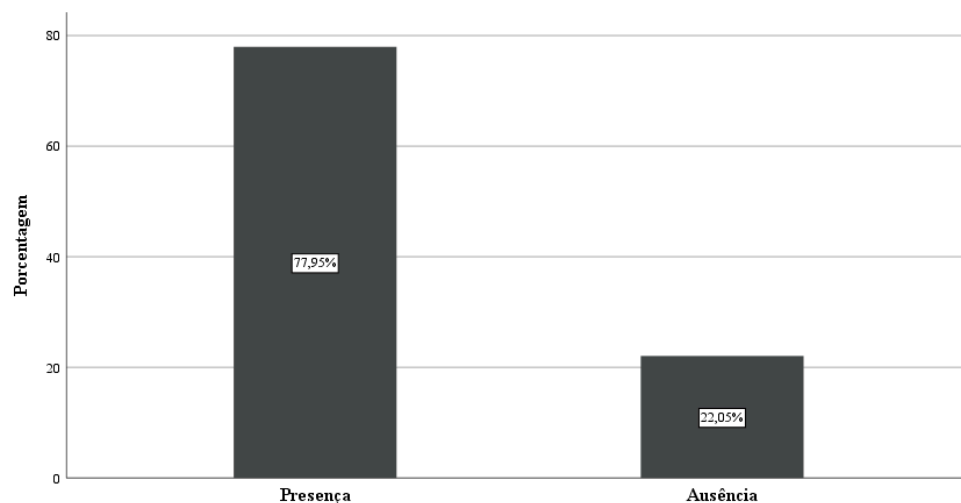


Figura 1. Prevalência de dorsalgia em estudantes universitários de uma faculdade privada do norte de Minas Gerais.

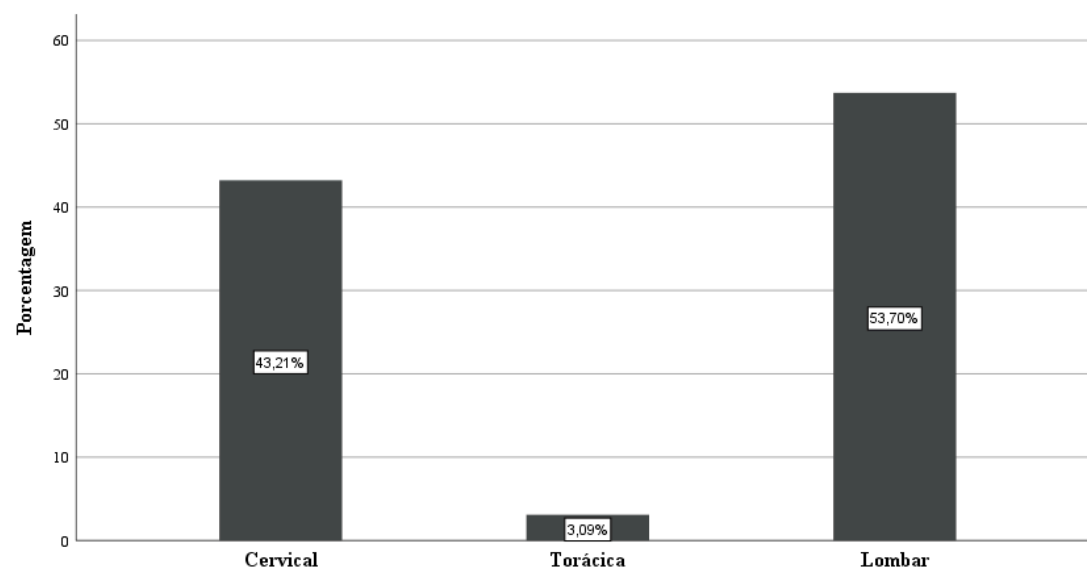


Figura 2. Localização anatômica da dorsalgia de estudantes universitários de uma faculdade privada do norte de Minas Gerais.

14^o FEPEG

FÓRUM DE ENSINO, PESQUISA EXTENSÃO E GESTÃO

"O conhecimento (re)Visitado:
Novos desafios para a Universidade"

Realização:

Unimontes
Universidade Estadual de Montes Claros

 MINAS
GERAIS
GOVERNO DIFERENTE
ESTADO EFICIENTE

Apoio:
 FADENOR

ISSN: 1806-549X