

**AUTOR(ES):** JHONATAN VINÍCIUS ANTUNES PIMENTA, FERNANDA MUNIZ VIEIRA, WESLEY REIS MESQUITA, CINDY THAWANY MENDES FERREIRA e EDUARDA FABRÍCIA SANTOS.  
**ORIENTADOR(A):** ALENICE ALIANE FONSECA

## PREVALÊNCIA DE DOR LOMBAR EM IDOSOS DO MUNICÍPIO DE PORTEIRINHA-MINAS GERAIS

### Introdução

Apesar do envelhecimento não estar, necessariamente, relacionado às doenças, incapacidades e fragilidades, o idoso, por ser vítima de mecanismos fisiológicos que alteram a sua capacidade física, torna-se um forte candidato a apresentar queixas e dores osteomusculares (MEGALE et al., 2018), afetando aspectos emocionais, psicossociais e a capacidade funcional (NASRALA NETO et al., 2016). Diante do desequilíbrio muscular decorrente do envelhecimento ou mesmo do processo degenerativo tão comum nesta população as dores, sobretudo, na região lombar são frequentes.

Dentre as afecções osteomusculares, a Lombalgia é relatada como estando entre os tipos mais comuns de distúrbios osteomusculares. Estas condições podem ser associadas a limitações funcionais significativas (REID et al., 2011). Podendo exercer uma influência significativa sobre o estado da saúde a longo prazo e na qualidade de vida geral (LANDMARK et al., 2011).

A dor lombar conhecida como lombalgia nos idosos tem início insidioso, e é causada pela degeneração de estruturas da coluna vertebral inerente ao processo de envelhecimento, que gera alterações nas partes ósseas (achatamento dos corpos vertebrais e perda de massa óssea, que poderá predispor a fraturas), além de modificações discais e ligamentares da coluna vertebral. A dor lombar na população idosa resulta em maiores incapacidades quando comparado aos adultos jovens (NASRALA NETO et al., 2016). Assim, o objetivo deste estudo foi avaliar a prevalência de dor lombar em idosos integrantes de um grupo de convivência do município de Porteirinha-MG.

### Material e Métodos

#### A. Caracterização do estudo e da amostra

Trata-se de um estudo descritivo de corte transversal e caráter quantitativo. A população alvo deste estudo foi composta por idosos participantes de um grupo de convivência do município de Porteirinha-MG. Foram selecionados os idosos que atenderam aos pré-requisitos de participação, de acordo com os critérios de inclusão: ambos os sexos; idade mínima de 60 anos; em condições mentais para responder ao formulário; ser frequente no grupo de convivência e concordar em participar da pesquisa, firmando o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

#### B. Procedimentos e instrumentos

Inicialmente, os idosos assinaram o TCLE e em seguida foram coletadas informações referentes a prevalência de dor lombar. A presença ou não de dor lombar foi avaliada a partir da resposta para a seguinte pergunta: "nos últimos doze meses, o (a) Sr.(a) sentiu dores em suas costas?". Além disso, a identificação da região lombar como o local da dor foi apontada pelo idoso em uma figura do corpo humano em posição ereta, supina e dorsal (SILVA; FASSA; VALLE, 2004). Também foi avaliada a intensidade da dor através da Escala Visual Analógica de Dor (EVA) (TEIXEIRA et al., 1999). A EVA é uma escala semelhante a uma régua, numerada de 0 a 10, sendo 0 sem dor e 10, a dor mais insuportável sentida pelo idoso.

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 com tabela cruzada.

### Resultados e Discussão

A população de estudo foi composta por 65 idosos (35 homens e 30 mulheres) com média de idade de  $68,2 \pm 7,64$ . A prevalência de dor lombar foi de 61,5% (n=40), acometendo 60,0% (n=18) das mulheres e 62,9% (n=22) dos homens. Ao avaliar a intensidade da dor lombar sentida pelos idosos acometidos, observou-se que 49,2% (n=32) sentem dores moderadas e 23,1% (n=15) dores intensas.

Altas prevalências de dor lombar em idosos, também foi observado no estudo de Santos et al. (2015) realizado com 69 idosos, onde a presença de dor na região lombar foi de 32,7%, com intensidade prevalentemente moderada (42,6%) e intensa (31,1%). Em um estudo epidemiológico brasileiro sobre dor crônica em idosos residentes em São Paulo, a prevalência de dor lombar foi de 25,4%, com variação em intensidade de média à intensa (73,3%) (DELLAROZA et al., 2013).

A lombalgia é a dor mais prevalentemente encontrada entre os longevos. É sabido que a dor lombar pode levar a deficiências tanto no desempenho funcional quanto na capacidade física, restringindo principalmente as atividades ocupacionais e de lazer, e ameaçando a independência do idoso para realizar suas atividades de vida diária. Tem-se enfatizado que a lombalgia é uma das causas mais comuns de incapacidade na população idosa, o que contribuiria para impacto negativo na saúde desses indivíduos (NASRALA NETO et al., 2016; REID et al., 2011).

A maioria dos idosos avaliados apresentou dor lombar de intensidade moderada ou intensa, segundo a escala utilizada. A dor pode ser considerada uma das situações mais incômodas e desesperadoras que acometem o ser humano e se constitui em problema importante na vida dos idosos. As dores moderadas e intensas afetam a qualidade de vida, reduzem a interação social e comprometem a realização de atividades físicas (SANTOS et al., 2015). Um estudo realizado no Brasil, na cidade de Londrina, os idosos relataram dor moderada (38,4%) e intensa (10%), sendo que a mensuração da dor foi avaliada por escala de zero a 10, com a pontuação 1 a 3 considerada leve, 4 a 6 moderada e 7 a 10 intensa (PANAZZOLO et al., 2007).

A dor lombar é um agravo que precisa ser considerado na atenção ao idoso e no planejamento de ações que visem o bem-estar desta população. Ter a dor controlada é um direito da pessoa idosa, cada vez mais reconhecido por profissionais e esperado pela sociedade (PEREIRA et al., 2014). O controle da dor ou a diminuição de sua intensidade podem ser estratégias para melhorar a capacidade funcional e a qualidade de vida de idosos portadores de dores crônicas (DELLAROZA et al., 2013; SANTOS et al., 2015).

## Conclusão

Conclui-se que a maioria dos idosos apresentam dor lombar, de intensidade moderada à intensa. Esses dados reforçam a importância de se incluir nos serviços de saúde, a avaliação e mensuração da dor lombar, visto que a alta prevalência de dor lombar, pode comprometer as atividades funcionais de vida diária, impondo incapacidade e perda na qualidade de vida. Além disso, é necessário que toda a equipe esteja capacitada para intervir ou encaminhar para tratamento. A prevalência e gravidade da queixa algica, alertam que o controle da dor precisa ser incluído como objetivo em programas de envelhecimento ativo.

## Referências

- TEIXEIRA, M. J.; PIMENTA, C. A. M.; GROSSI, S. A. A.; CRUZ, D. A. L. M. Avaliação da dor: fundamentos teóricos e análise crítica. *Rev Med.*, v.78, p.85 – 114, 1999.
- SILVA, M. C. da; FASSA, A.C. G.; VALLE, N. C. J. Dor lombar crônica em uma população adulta do Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. *Cad. Saúde Pública [online]*, v.20, n.2, pp.377-385. 2004.
- MEGALE, R.Z.; et al. Association between pain and the frailty phenotype in older men: longitudinal results from the Concord Health and Ageing in Men Project (CHAMP). *Age and ageing*, v. 47, n. 3, p. 381-387, 2018.
- NASRALA NETO, E. et al. Correlação entre lombalgia e capacidade funcional em idosos. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, v.19, n.6, p. 987-994, 2016.
- REID, K.J. et al. Epidemiology of chronic non-cancer pain in Europe: narrative review of prevalence, pain treatments and pain impact. *Curr Med Res Opin*, v.27, p.449-62, 2011.
- LANDMARK, T. et al. Associations between recreational exercise and chronic pain in the general population: evidence from the HUNT 3 study. *Pain*, v.152, p. 2241-7, 2011.
- DELLAROZA, M. S. G.; PIMENTA, C. A. D. M.; DUARTE, Y. A.; LEBRÃO, M. L. Dor crônica em idosos residentes em São Paulo, Brasil: prevalência, características e associação com capacidade funcional e mobilidade (Estudo SABE). *Cadernos de Saúde Pública*, v. 29, n. 2, p. 325-334, 2013.
- SANTOS, F. C.; MORAES, N. S. D.; PASTORE, A.; CENDOROGLIO, M. S. Dor crônica em idosos longevos: prevalência, características, mensurações e correlação com nível sérico de vitamina D. *Revista Dor*, v. 16, n. 3, p. 171-175, 2015.
- PANAZZOLO, D.; TRELHA, C. S.; DELLAROZA, M. S.; CABRERA, M.; SOUZA R. Chronic pain in older people inhabitants of the Cabo Frio District of Londrina/PR. *Rev Dor*, v. 8, n. 3, 2007.
- PEREIRA, L. V.; VASCONCELOS, P. P.; SOUZA, L. A. F.; PEREIRA, G. A.; NAKATANI, A. Y. K.; BACHION, M. M. Prevalência, intensidade de dor crônica e auto percepção de saúde entre idosos: estudo de base populacional. *Rev. Latino-Am*, v. 22, n. 4, p. 662-669, 2014.

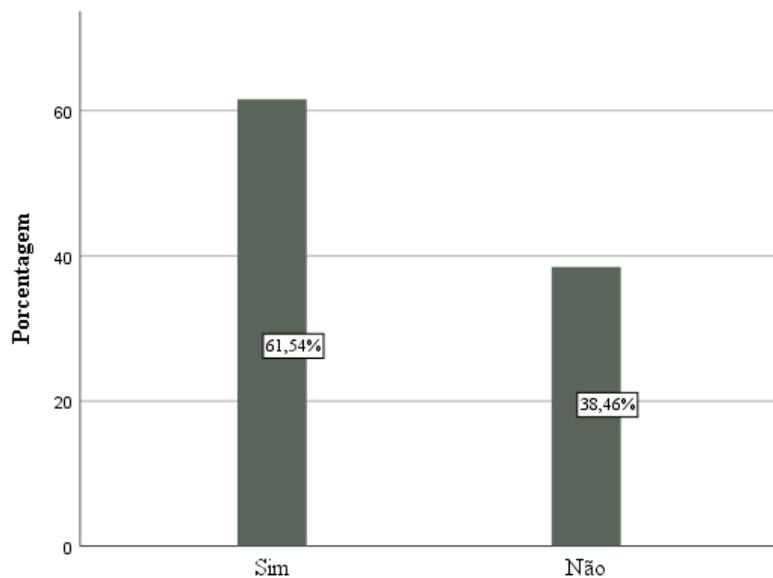


Figura 1. Prevalência de dor lombar em idosos

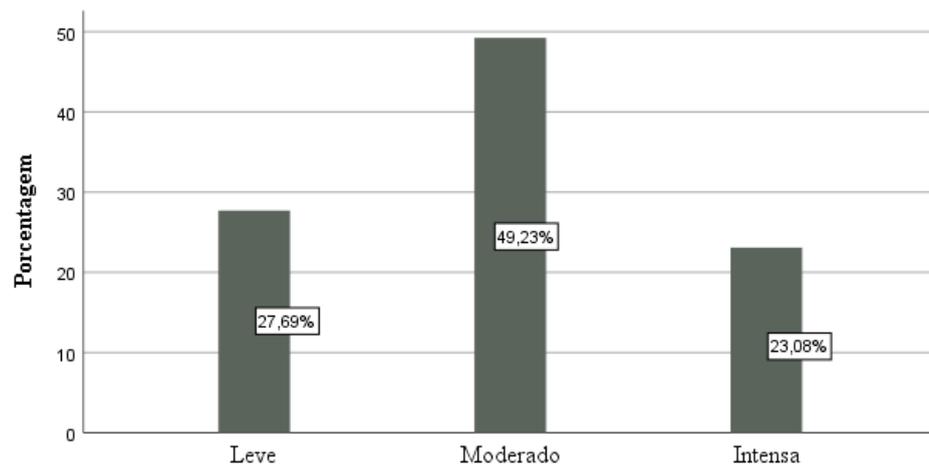


Figura 1. Intensidade da dor em idosos