



DOR LOMBAR: UM PROBLEMA DE SAÚDE PÚBLICA

Gabriela Rigon Martinazzo (Apresentadora)¹

Suelen Zanoni Bertuzzi, Jean Carlo Utteich, Mônica Palos Barile, Ana Letícia Hartmann Gorgen, Lucas Nunes Trindade, Juliana Grasielle dos Santos, Bárbara Azeredo Coutinho, Mônica Linhares Sachett, Natália Bender Fuhr, Laíse Finatto Carvalho, Camila de Brum Scalcon, Júlio César Stobbe²

Resumo: A coluna lombar é um segmento da coluna vertebral que se localiza no espaço compreendido entre a região torácica e a região sacral e é constituída por cinco vértebras. Sua anatomia osteomusculoarticular proporciona boa mobilidade à coluna vertebral e garante grande capacidade de sustentação das estruturas corporais, o que também lhe confere grande propensão a quadros dolorosos relacionados, principalmente, aos movimentos inadequados, à má postura e a sobrecarga da coluna por atividades laborais. A dor lombar pode estar restrita a coluna ou pode causar dores nos membros inferiores concomitantemente. O presente trabalho objetiva explicar a lombalgia como problema de saúde frequente na população e de caráter preventivo. Estudos apontam que a dor lombar é uma condição que pode atingir até 65% das pessoas anualmente e até 84% ao longo de toda a vida, além de acometer todas as faixas etárias, tendo maior prevalência acima dos 40 anos no sexo masculino e entre os 50 e 60 anos no sexo feminino. A dor lombar dificilmente pode ser localizada com precisão devido à disposição difusa

¹ Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: gabriela.martinazzo@hotmail.com

² Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: suelen.zanoni@hotmail.com; Acadêmico de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: jctteich@hotmail.com; Acadêmica do Curso de Medicina da Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: monicabarile@hotmail.com; Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: analeticia_gorgen@hotmail.com; Acadêmico de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: lucasitaqui@hotmail.com; Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: juliana.grasi@gmail.com; Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: barbarazeredo.tk@gmail.com; Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: monicalinharessachett@gmail.com; Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: natalia.fuhrb@gmail.com; Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: laisefcarvalho@gmail.com; Acadêmica de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: camiladebscalcon@gmail.com; Professor Doutor do curso de Medicina. Universidade Federal da Fronteira Sul, campus Passo Fundo, Rio Grande do Sul. E-mail: julio.stobbe@uffs.edu.br



das raízes nervosas, por isso, seu diagnóstico requer história clínica completa, através da anamnese e do exame físico, e, também, exames complementares de imagem, que muitas vezes não condizem com as queixas do paciente. A dor lombar pode ser classificada conforme sua evolução, seu comprometimento nervoso e sua etiologia, contudo, na maior parte das vezes é considerada como uma síndrome de origem multifatorial, devido ao grande número de estruturas anatômicas encontradas nesse local e que podem ter sofrido alterações fisiopatológicas. O tratamento desse quadro clínico deve ser individualizado, considerando como opções terapêuticas: fármacos que visam o alívio da dor, como relaxantes musculares, anti-inflamatórios, antidepressivos e corticoesteroides, exercícios de fortalecimento e alongamento da musculatura, cirurgia conservadora e reabilitação, através de meios físicos, como estimulação elétrica transcutânea, e alternativos, como acupuntura. Atualmente, a dor lombar é considerada um problema de saúde pública, pois é altamente incapacitante, ou seja, indivíduos economicamente ativos precisam interromper sua atuação profissional, sofrendo sérias consequências psicológicas do absenteísmo e sobrecarregando o Sistema Único de Saúde e o sistema de previdência social. Dessa forma, práticas de promoção da saúde, como incentivo a realização de atividades físicas, orientações relacionadas à postura correta e fiscalização das condições de trabalho por parte de órgãos competentes, podem contribuir positivamente para a melhoria da qualidade de saúde individual e, conseqüentemente, social.

Palavras-chave: Dor lombar. Coluna Vertebral. Qualidade de Vida.

Categoria: UFFS - Ensino

Área do Conhecimento: Ciências da Saúde

Formato: Comunicação Oral