

Postura, flexibilidade da coluna e capacidade funcional em pacientes portadores de lombalgia crônica pós tratamento

Fabiano Luis Brasil¹
Clarice Tanaka²

RESUMO: A lombalgia é um problema comum na sociedade industrializada e assume relevância, uma vez que é responsável por custos consideráveis decorrentes de afastamento do emprego e por grande parte da demanda no tratamento fisioterápico de afecções do sistema musculoesquelético. Vários de seus fatores causais estão diretamente relacionados com a postura no trabalho. O objetivo desse estudo é investigar a eficácia do tratamento de fisioterapia em relação às alterações da postura, da flexibilidade da coluna e da capacidade funcional de pacientes lombálgicos. Foram estudados 08 sujeitos adultos com queixa de lombalgia crônica, acompanhados pelo Ambulatório de Coluna do Serviço de Reumatologia do Instituto Central do Hospital da Clínicas da FMUSP. Constituíram critérios de exclusão as patologias neuromusculares e outras patologias limitantes do sistema musculoesquelético, outrossim, o fator sexo não constituiu critério de exclusão. Os sujeitos foram avaliados nos aspectos: dor, segundo escala visual analógica de dor (EVA); postura, através de fotografias padronizadas e da impressão plantar; flexibilidade da coluna, através dos testes de Stibor e Schober e capacidade funcional, através de questionário validado no Brasil (HAQ). Foram realizadas, em média, 12 sessões de tratamento, para cada paciente, com ênfase no realinhamento postural,

principalmente de membros inferiores, e reeducação tóraco-abdominal. Ao final de 12 sessões, os pacientes apresentaram diminuição da média da EVA, de 4,17 (\pm 3,52) para 0,23 (\pm 0,43). Houve diminuição do HAQ de 13,37 (\pm 9,27) para 2,62 (\pm 2,82). Houve aumento da média no teste de Stibor de 6,87 (\pm 2,5) para 8,81 (\pm 2,26). Não foi constatada variação expressiva da média no teste de Schober. Também não houve alteração na média dos ângulos nas impressões plantares. Dos ângulos medidos nas fotografias padronizadas, apenas o de anteversão da pelve apresentou diminuição. Os demais não mostraram alterações expressivas. Conclui-se, a partir deste estudo, que a fisioterapia é eficaz em pacientes portadores de lombalgia em virtude de melhora da dor e da capacidade funcional. Além disso, houve melhora da flexibilidade tóraco-lombar e diminuição da anteversão da pelve. Infere-se, com estes resultados, que ganhos de flexibilidade lombar e alterações dos arcos plantares não são preditivos de melhora funcional e de dor em lombálgicos. Sugere-se, para estudos posteriores, a avaliação dinâmica e da estabilidade de segmentos como a coluna lombar e o pé.

DESCRITORES: Lombalgia. Postura. Coluna vertebral. Técnicas de fisioterapia/ utilização.

¹ Aluno

² Orientadora

Endereço para correspondência:
Departamento de Fisioterapia,
Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional
da FMUSP. Rua Cipotânea, 51. Cidade
Universitária. São Paulo, SP, Brasil.
CEP: 05360-000