



Anelice Calixto Ruh  
(Organizadora)

Saberes e  
Competências  
em Fisioterapia e  
Terapia Ocupacional

Anelice Calixto Ruh  
(Organizadora)

# Saberes e Competências em Fisioterapia e Terapia Ocupacional

Atena Editora  
2019

2019 by Atena Editora  
Copyright © Atena Editora  
Copyright do Texto © 2019 Os Autores  
Copyright da Edição © 2019 Atena Editora  
Editora Executiva: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira  
Diagramação: Lorena Prestes  
Edição de Arte: Lorena Prestes  
Revisão: Os Autores

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

### **Conselho Editorial**

#### **Ciências Humanas e Sociais Aplicadas**

Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília  
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Deyvison de Lima Oliveira – Universidade Federal de Rondônia  
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionele delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### **Ciências Agrárias e Multidisciplinar**

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Alexandre Igor Azevedo Pereira – Instituto Federal Goiano  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Prof. Dr. Darllan Collins da Cunha e Silva – Universidade Estadual Paulista  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas

#### **Ciências Biológicas e da Saúde**

Prof. Dr. Benedito Rodrigues da Silva Neto – Universidade Federal de Goiás  
Prof.ª Dr.ª Elane Schwinden Prudêncio – Universidade Federal de Santa Catarina  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. José Max Barbosa de Oliveira Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará

Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Profª Drª Vanessa Lima Gonçalves – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande

### **Ciências Exatas e da Terra e Engenharias**

Prof. Dr. Adélio Alcino Sampaio Castro Machado – Universidade do Porto  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fabrício Menezes Ramos – Instituto Federal do Pará  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista

### **Conselho Técnico Científico**

Prof. Msc. Abrãao Carvalho Nogueira – Universidade Federal do Espírito Santo  
Prof. Dr. Adaylson Wagner Sousa de Vasconcelos – Ordem dos Advogados do Brasil/Seccional Paraíba  
Prof. Msc. André Flávio Gonçalves Silva – Universidade Federal do Maranhão  
Prof.ª Drª Andreza Lopes – Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento Acadêmico  
Prof. Msc. Carlos Antônio dos Santos – Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro  
Prof. Msc. Daniel da Silva Miranda – Universidade Federal do Pará  
Prof. Msc. Eliel Constantino da Silva – Universidade Estadual Paulista  
Prof.ª Msc. Jaqueline Oliveira Rezende – Universidade Federal de Uberlândia  
Prof. Msc. Leonardo Tullio – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Prof.ª Msc. Renata Luciane Polsaque Young Blood – UniSecal  
Prof. Dr. Welleson Feitosa Gazel – Universidade Paulista

<b>Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)</b>	
S115	Saberes e competências em fisioterapia e terapia ocupacional [recurso eletrônico] / Organizadora Anelice Calixto Ruh. – Ponta Grossa, PR: Atena Editora, 2019. – (Saberes e Competências em Fisioterapia e Terapia Ocupacional; v. 1)  Formato: PDF. Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader. Modo de acesso: World Wide Web. Inclui bibliografia. ISBN 978-85-7247-470-2 DOI 10.22533/at.ed.702191007  1. Fisioterapia. 2. Terapia ocupacional. I. Ruh, Anelice Calixto. II. Série.  CDD 615
<b>Elaborado por Maurício Amormino Júnior   CRB6/2422</b>	

Atena Editora  
Ponta Grossa – Paraná - Brasil  
[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)  
contato@atenaeditora.com.br

## APRESENTAÇÃO

Nesta edição do Ebook “Saberes e Competências em Fisioterapia e Terapia Ocupacional” apresentamos um compilado de estudos relevantes para estas áreas das ciências da saúde. Discussões a cerca de temas que precisam de constante atualizações devido ao movimento da saúde populacional.

Uma revisão sistemática sobre dor lombar e temas neurológicos, sempre em voga dada sua alta prevalência. Muitas vezes tabu, a disfunção sexual feminina nunca foi debatida, hoje com a liberdade moral e científica apresentamos trabalhos a cerca deste tema.

Crianças, futuros adultos, com temas variados na área do desenvolvimento motor, cognitivo, inclusão em políticas públicas, tratamento e prevenção de doenças. Doenças pulmonares que culminam com o envelhecimento da população.

Boa Atualização!

## SUMÁRIO

<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>1</b>
A ORIGEM DA DOR LOMBAR, SUAS COMPLICAÇÕES E MÉTODOS DE TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA	
Diana Corrêa Barreto Camila Carolina Brito Maia Flávio Dos Santos Feitosa Grenda Luene De Farias	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910071</b>	
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>8</b>
PREVALÊNCIA DE DORES OSTEOMUSCULARES EM TRABALHADORES DE UMA BIBLIOTECA NO MUNICÍPIO DE VITÓRIA DE SANTO ANTÃO (PE)	
Noêmia da Silva Tavares Danielle Ferreira de Siqueira Cristie Aline Santos Araújo	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910072</b>	
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>17</b>
A FUNÇÃO SEXUAL NO PÓS-PARTO DE PRIMÍPARAS COM EPISIOTOMIA	
Lorena Carneiro de Macêdo Hellen Batista de Carvalho Danilo de Almeida Vasconcelos Leila Katz Melania Maria Ramos de Amorim	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910073</b>	
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>32</b>
EFEITOS DA GINÁSTICA ABDOMINAL HIPOPRESSIVA NO PUERPÉRIO IMEDIATO E TARDIO	
Carolina Nascimben Matheus Karoline de Almeida Teles Nadyne Bhrenda Conceição de Lima	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910074</b>	
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	<b>45</b>
CONHECIMENTO DE PROFISSIONAIS DA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE SOBRE A ABORDAGEM TERAPÊUTICA NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA FEMININA	
Ruth Ellen Ribeiro dos Santos Denise Cristina Cardoso Ferreira Renato Mendes Gomes de Oliveira Camila Teixeira Vaz	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910075</b>	
<b>CAPÍTULO 6</b> .....	<b>60</b>
EFEITOS DA TERAPIA POR EXPOSIÇÃO À REALIDADE VIRTUAL NA MODIFICAÇÃO DOS SINAIS E SINTOMAS EM MULHERES COM INCONTINÊNCIA URINÁRIA: UMA SÉRIE DE CASOS	
Karen Valadares Trippo Ananda de Oliveira Silva Adriana Saraiva	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910076</b>	

<b>CAPÍTULO 7 .....</b>	<b>74</b>
PREVALÊNCIA DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM CORREDORAS	
Rafaela de Melo Silva	
Vanessa Santos Pereira Baldon	
Ana Paula Magalhães Resende	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910077</b>	
<b>CAPÍTULO 8 .....</b>	<b>87</b>
DOR PÉLVICA CRÔNICA EM MULHERES E ANÁLISE DA MARCHA	
Mariana Cecchi Salata	
Paulo Ferreira dos Santos	
Patrícia Silveira Rodrigues	
Arthur Marques Zecchin-Oliveira	
Daniela Cristina Carvalho de Abreu	
Omero Benedicto Poli-Neto	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910078</b>	
<b>CAPÍTULO 9 .....</b>	<b>95</b>
AVALIAÇÃO DOS EFEITOS DE UM PROGRAMA DE TREINAMENTO FUNCIONAL NO EQUILÍBRIO POSTURAL, NA AUTONOMIA FUNCIONAL E NA FLEXIBILIDADE DE MULHERES DE UMA COMUNIDADE DA CIDADE DO RECIFE	
Renata Soraya Coutinho da Costa	
Camila Siqueira Melo de Andrade	
Lázaro Inácio Cabral	
<b>DOI 10.22533/at.ed.7021910079</b>	
<b>CAPÍTULO 10 .....</b>	<b>109</b>
ANÁLISE DE JOGOS DO PACOTE WII FIT PLUS DA NINTENDO® COMO AUXILIAR NA REABILITAÇÃO VESTIBULAR	
Camila de Barros Prado Moura Sales	
Érika Rosângela Aves Prado	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100710</b>	
<b>CAPÍTULO 11 .....</b>	<b>121</b>
AÇÕES DE ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE VOLTADAS PARA AS CRIANÇAS: PERCEPÇÃO DE DISCENTES DE FISIOTERAPIA	
Andressa Padilha Barbosa	
Lara Freire de Menezes Costa	
Raiany Azevedo dos Santos Gomes	
Clarissa Cotrim Anjos	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100711</b>	
<b>CAPÍTULO 12 .....</b>	<b>133</b>
O PICADEIRO COMO ESTRATÉGIA LÚDICA DE APRESENTAÇÃO DO SUS PARA CRIANÇAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA	
Raissa da Silva Matos	
Marina de Sousa Almeida	
Antonia Ágda Oliveira Formiga	
Luísa Maria Antônia Ferreira	
Simone Sousa de Maria	
Tatiana Lúcia da Rocha Carvalho	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100712</b>	

**CAPÍTULO 13 ..... 138**

ATIVIDADE MOTORA COMO PREDITORA PARA CAPACIDADE DE RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS EM CRIANÇAS

Natália Ferraz de Araújo Malkes  
Bruna Thays Santana de Araújo  
Plínio Luna de Albuquerque

**DOI 10.22533/at.ed.70219100713**

**CAPÍTULO 14 ..... 145**

EFEITOS DA PRÁTICA DO SUPORTE DE PESO CORPORAL EM CRIANÇAS COM PARALISIA CEREBRAL: UMA SÉRIE DE CASOS

Geison Sebastião Reitz  
Milena Julia Chirolli  
Letícia Carolina Gantzel  
Beatriz Schmidt Lunardelli  
Suzana Matheus Pereira  
Helio Roesler

**DOI 10.22533/at.ed.70219100714**

**CAPÍTULO 15 ..... 156**

ANÁLISE DO DESENVOLVIMENTO NEUROPSICOMOTOR EM CRIANÇAS COM SÍNDROME PÓS-ZIKA VÍRUS: UM ESTUDO TRANSVERSAL

Monique Ornellas de Almeida Avelino  
Priscila Correia da Silva Ferraz

**DOI 10.22533/at.ed.70219100715**

**CAPÍTULO 16 ..... 166**

ASPECTOS SOCIOECONÔMICOS DOS GENITORES DE CRIANÇA COM MICROCFALIA RELACIONADA PELO ZIKA VÍRUS

Priscila Correia da Silva Ferraz  
Amanda Estrela Gonçalves  
Sibele Dayane Brazil Tenório

**DOI 10.22533/at.ed.70219100716**

**CAPÍTULO 17 ..... 181**

ANÁLISE COMPARATIVA DOS DISPOSITIVOS FLUTTER E ACAPELLA GREEN - UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Eduarda Martins de Faria  
Efraim Caio Oliveira Silva  
Bruno Tavares Caldas  
Álvaro Camilo Dias Faria  
Carlos Eduardo da Silva Alves  
Angélica Dutra de Oliveira

**DOI 10.22533/at.ed.70219100717**

**CAPÍTULO 18 ..... 192**

DESEMPENHO FUNCIONAL DE PESSOAS COM COMPROMETIMENTO RESPIRATÓRIO PROVENIENTE DE HIV/AIDS

Janilly Moura Vasconcelos  
João Ancelmo dos Reis Neto  
Kamilla Peixoto Bandeira  
Nívea Carla dos Reis Silva do Amorim  
Monique Carla da Silva Reis

**DOI 10.22533/at.ed.70219100718**

<b>CAPÍTULO 19</b> .....	<b>204</b>
O TESTE DE SENTAR E LEVANTAR COMO INSTRUMENTO AVALIATIVO DE FUMANTES E NÃO FUMANTES	
<a href="#">Patrícia Maria de Melo Carvalho</a> <a href="#">Tamara Karina da Silva</a> <a href="#">Elaine Macedo Periard</a> <a href="#">Bruna Elisa Ferreira Mayrink</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100719</b>	
<b>CAPÍTULO 20</b> .....	<b>222</b>
COMPARAÇÃO DE CUSTOS EM DIFERENTES PROCESSOS DE ABASTECIMENTO DE MATERIAIS DE FISIOTERAPIA RESPIRATÓRIA EM UM HOSPITAL PÚBLICO DE PORTE EXTRA	
<a href="#">Cassio Stipanich</a> <a href="#">Juliana Barbosa Goulardins</a> <a href="#">Marion Elke Sielfeld Araya de Medeiros</a> <a href="#">Francisca Pires de Maria</a> <a href="#">Clarice Tanaka</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100720</b>	
<b>CAPÍTULO 21</b> .....	<b>233</b>
EFEITO DE PALMILHAS E ÓRTESES DE JOELHO EM PACIENTES COM GONARTROSE: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA E METANÁLISE	
<a href="#">Larissa de Fátima Orlando de Matos</a> <a href="#">Luiza Carla Trindade Gusmão</a> <a href="#">Cícero Luiz Andrade</a> <a href="#">Roberto Poton Martins</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100721</b>	
<b>CAPÍTULO 22</b> .....	<b>245</b>
OS BENEFÍCIOS DA ENDERMOLOGIA ASSOCIADO AO USO DO ULTRASSOM E OUTROS RECURSOS DA DERMATO-FUNCIONAL NO TRATAMENTO DE FIBRO EDEMA GELÓIDE: REVISÃO DE LITERATURA	
<a href="#">Fernanda Ferreira de Sousa</a> <a href="#">Elisângela Neres de Andrade</a> <a href="#">Eveline de Sousa e Silva</a> <a href="#">Flames Thaysa Silva Costa</a> <a href="#">Daniella Nunes Martins Mendes</a> <a href="#">Luciane Marta Neiva de Oliveira</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100722</b>	
<b>CAPÍTULO 23</b> .....	<b>254</b>
A BIOMECÂNICA DO EXERCÍCIO SNATCH DO CROSSFIT POSSUI FATORES QUE PREDISPÕE SEUS PRATICANTES A LESÕES RELACIONADAS À COLUNA VERTEBRAL: UMA ANÁLISE EVIDENCIADA POR FOTOGAMETRIA	
<a href="#">Geiferson Santos do Nascimento</a> <a href="#">Carlos Henrique Barbosa</a> <a href="#">Priscila Menon dos Santos</a>	
<b>DOI 10.22533/at.ed.70219100723</b>	
<b>SOBRE A ORGANIZADORA</b> .....	<b>263</b>

## A ORIGEM DA DOR LOMBAR, SUAS COMPLICAÇÕES E MÉTODOS DE TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA

**Diana Corrêa Barreto**

Universidade Da Amazônia  
Unama Belém Pará

**Camila Carolina Brito Maia**

UNIVERSIDADE DA AMAZÔNIA  
Unama- Belém Pará

**Flávio Dos Santos Feitosa**

Universidade Da Amazônia- Unama Belém Pará

**Grenda Luene De Farias**

Universidade Da Amazônia- Unama- Belém Pará

**RESUMO: Introdução:** A lombalgia está cada vez mais frequente nos indivíduos, estando associada, principalmente, a má postura, sedentarismo, e posturas inadequadas no ambiente de trabalho, sendo a primordial causa de afastamento das atividades laborais.

**Objetivo:** O objetivo deste estudo foi identificar o principal mecanismo de lesão para dor lombar, identificar a população atingida com dor lombar e qual recurso fisioterapêutico tem mais eficácia no tratamento da lombalgia.

**Métodos:** Trata-se de uma revisão sistemática da literatura, realizada por meio de pesquisas nas bases de dados eletrônicos Medline, Scielo, Lilacs e PubMed, com as respectivas palavras chaves: dor lombar, dor crônica, lombalgia e dor aguda. Os critérios de inclusão são, artigos com abordagem referente ao tema deste

trabalho, publicados nos anos de 2004 a 2018. Sendo excluído artigos que não abordam temas relacionados ao título deste estudo e publicados anteriormente a 2004. **Resultados:** Foram encontrados 12 artigos, destes 4 foram excluídos após leitura dos resumos, pois eram artigos que não tinham relevância com o tema deste estudo, e que não foram publicados entre 2004 a 2018. 8 artigos foram incluídos ao estudo, os autores observaram que a postura inadequada por um longo período, principalmente, de forma sentada e a sobrecarga nas estruturas ósseas na coluna lombar, são fatores que levam a degeneração dos discos intervertebrais, e assim, ao surgimento da lombalgia. Os estudos mostram que esta anomalia atinge 80,5% das pessoas, com maior prevalência nas mulheres entre 22 a 45 anos, com prevalência da síndrome de 95,2% nas atividades ocupacionais entre pessoas acima dos 40 anos de idade. Além do mais, os trabalhos demonstraram aumento de 30% na ocorrência de lombalgia mecânica em crianças, adolescentes e adultos jovens e deram ênfase a conduta fisioterapêutica como um eficaz tratamento no controle dos sintomas da lombalgia, trazendo a cinesioterapia com exercícios de alongamentos e mobilização articular, além da eletroterapia nas dores agudas e subagudas, hidroterapia, pilates e outros. **Conclusão:** Desta forma, pôde-se concluir que fatores biomecânicos desempenham papel

importante na gênese da dor lombar, tais fatores são etiológicos para o desenvolvimento da doença, provocando dor, redução da força, redução da amplitude de movimento, levando a fadiga e sobrecarga nas articulações. Assim sendo, a conduta fisioterapêutica utiliza diversos recursos para redução dos sintomas, melhora clínica, e prevenção de novos aparecimentos no paciente.

**PALAVRAS-CHAVE:** dor lombar, dor crônica, lombalgia e dor aguda.

**ABSTRACT:** Introduction: Low back pain is increasingly frequent in individuals, mainly associated with poor posture, sedentary lifestyle, and inadequate postures in the work environment, being the main cause of withdrawal from work activities. Objective: The objective of this study was to identify the main mechanism of injury for low back pain, identify the population affected with low back pain and which physiotherapeutic resource is most effective in the treatment of low back pain. Methods: This is a systematic review of the literature, carried out through researches in the electronic databases Medline, Scielo, Lilacs and PubMed, with the respective key words: low back pain, chronic pain, low back pain and acute pain. The inclusion criteria are articles with an approach related to the theme of this study, published in the years 2004 to 2018. Articles excluded that do not address themes related to the title of this study and published prior to 2004. Results: There were 12 articles of these 4 were excluded after reading the abstracts because they were articles that had no relevance to the theme of this study and were not published between 2004 and 2018. 8 articles were included in the study, the authors observed that the inadequate posture for a long period, mainly, in a seated form and the overload in the bony structures in the lumbar spine, are factors that lead to the degeneration of the intervertebral discs, and thus to the onset of low back pain. Studies show that this anomaly affects 80.5% of the people, with a higher prevalence in women between 22 and 45 years old, with a prevalence of 95.2% in occupational activities among people over 40 years of age. In addition, the studies demonstrated a 30% increase in the occurrence of mechanical low back pain in children, adolescents and young adults, and emphasized physical therapy as an effective treatment in the control of low back pain symptoms, bringing kinesiotherapy with stretching exercises and joint mobilization, in addition to electrotherapy in acute and subacute pain, hydrotherapy, pilates and others. Conclusion: In this way, it was possible to conclude that biomechanical factors play an important role in the genesis of low back pain, such factors are etiological for the development of the disease, causing pain, reduction of strength, reduction of range of motion, leading to fatigue and overload in the articulations. Thus, the physiotherapeutic approach utilizes several resources to reduce symptoms, clinical improvement, and prevention of new appearances in the patient.

**KEYWORDS:** low back pain, chronic pain, low back pain and acute pain.

## INTRODUÇÃO

A dor lombar é uma queixa muito comum, conhecida também como lombalgia, que é caracterizada por um intenso quadro álgico na região da coluna lombar, podendo

ser aguda ou crônica. As principais causas para essa patologia é a degeneração dos discos intervertebrais, causado por uma sobrecarga e má postura, o que leva ao aparecimento de patologias como, Osteofitose (“Bicos de Papagaio”), hérnia de disco e escoliose degenerativa, originando a dor lombar e suas complicações. Os sintomas são dores intensas na coluna lombar, contraturas e tensões musculares aumentada nessa região, o que causa uma incapacidade funcional na população (FURTADO, 2014).

A lombalgia é muito comum, e uma das principais causas são as más posturas na realização de atividades laborais, com cerca de 30% a 60% dos casos, é uma anomalia que afeta entre 70% a 80,5% das pessoas, sendo de maior prevalência em pacientes do sexo feminino, na faixa etária de 22 a 45 anos. A ocorrência na fase aguda é alta, em torno de 15% a 30%, e segundo estudos epidemiológicos, o predomínio dessa doença no mundo, é em média 23,5% (BARROS, 2011).

Com isso, pode-se analisar que a incidência da dor lombar é alta, atribuída prioritariamente às atividades ocupacionais, assim sendo, são necessários cuidados com a saúde da coluna, atuando no controle e na prevenção com as medidas terapêuticas, utilizando a fisioterapia como recurso para o auxílio no controle do quadro algíco e na diminuição da limitação funcional. A cinesioterapia é aplicada em um protocolo de exercícios terapêuticos de rápido e fácil execução, adaptados ao ambiente de trabalho, direcionados a promoção de fortalecimento dos músculos da cadeia posterior do tronco, além da ativação da musculatura abdominal e do assoalho pélvico, responsável pela estabilização lombar. Outro recurso fisioterapêutico é a eletroterapia com o uso da eletroestimulação transcutânea (TENS) convencional na modalidade terapêutica para o alívio da dor, promovendo o bem estar físico, social e mental, além de ajudar ao retorno das atividades do dia a dia de maneira mais rápida (ÂNGELO, 2011).

A lombalgia está cada vez mais frequente nos indivíduos, estando associada, principalmente, a má postura, sedentarismo, e posturas inadequadas no ambiente de trabalho, sendo a primordial causa de afastamento das atividades laborais. Sendo assim, objetivo deste estudo foi identificar o principal mecanismo de lesão para dor lombar, identificar a população atingida com dor lombar e qual recurso fisioterapêutico tem mais eficácia no tratamento da lombalgia.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão sistemática da literatura, realizada por meio de pesquisas nas bases de dados eletrônicas Medline, Scielo, Lilacs e PubMed, com as respectivas palavras chaves: dor lombar, dor crônica, lombalgia e dor aguda. Os critérios de inclusão são, artigos com a abordagem sobre a origem da dor lombar e suas complicações, na população brasileira em geral ou em classes específicas relacionados com a ocupação, mais artigos que abordem a fisioterapia na dor lombar

crônica, publicados nos anos de 2004 a 2018. Sendo excluídos artigos que não abordam temas relacionados sobre a origem da dor lombar e suas complicações, que não dão ênfase a população brasileira, publicados anteriormente a 2004 e que não utilizem a fisioterapia como tratamento. Com relação ao que foi citado acima, a figura 1 mostra a tática de busca e seleção dos artigos:

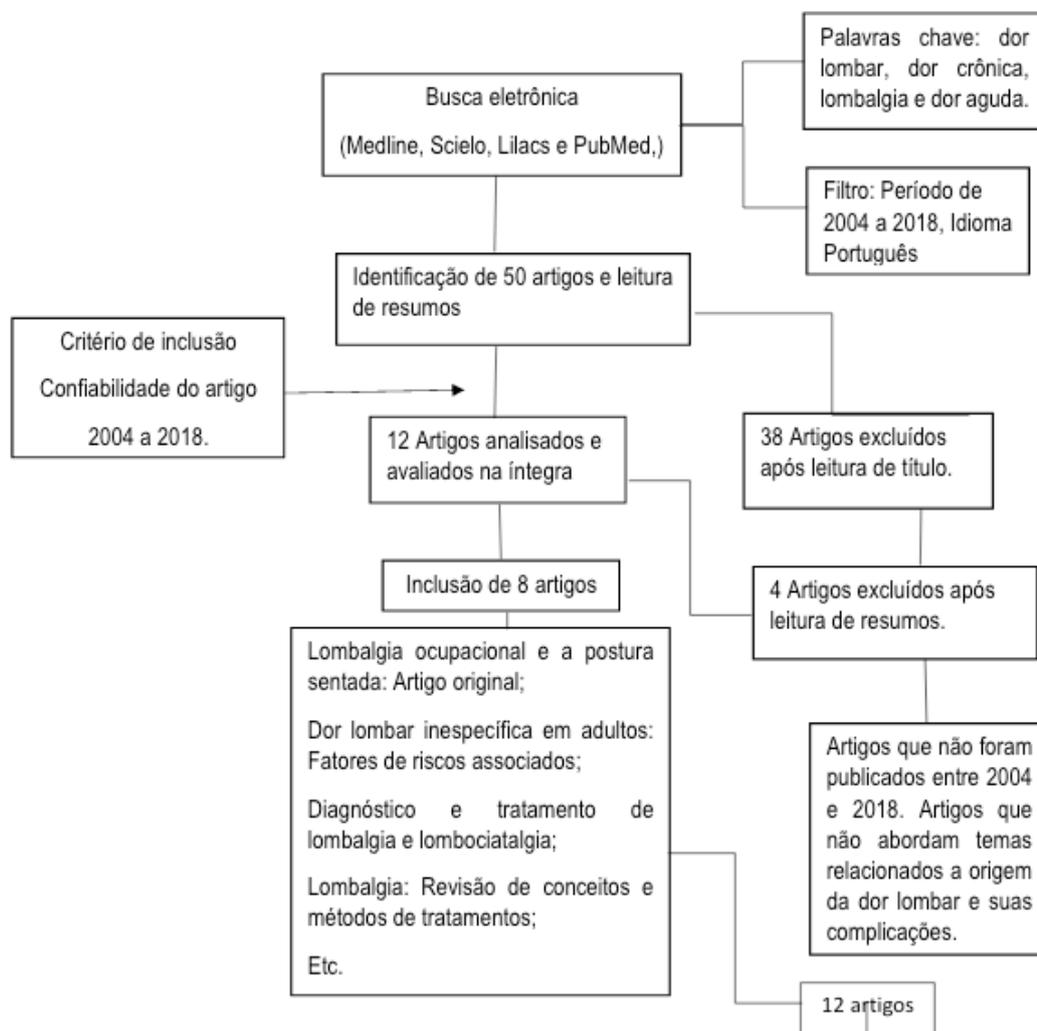


FIGURA 1: FLUXOGRAMA DA ESTRATÉGIA DE SELEÇÃO DE ARTIGOS.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados 12 artigos, destes 7 foram excluídos após leitura dos resumos, pois eram artigos de revisão literária e que não foram publicados entre 2004 a 2018. 5 artigos foram incluídos ao estudo, os autores observaram que fatores biomecânicos, biopsicossociais, desempenham papel importante na gênese da dor lombar, tanto entre jovens, como também entre adultos e idosos, atinge 80,5% das pessoas, com maior prevalência nas mulheres entre 22 a 45 anos, com predominância da síndrome de 95,2% nas atividades ocupacionais entre pessoas acima dos 40 anos de idade. A presença de dor lombar em muito dos casos está relacionada ao estilo de vida sedentário, patologias como hérnia de disco e escoliose, além da má postura

na realização das atividades da vida diária, especificamente, a maneira sentada por longos períodos, com posturas inadequadas.

No estudo feito por Barros, Ângelo e Uchôa, (2011), evidenciou que a postura incorreta quanto ao indivíduo sentado, e mantida por um tempo prolongado, pode gerar carência de flexibilidade muscular e de mobilidade, além de, fadiga nos músculos extensores espinhais que, aliados, comprometem a estabilidade e o alinhamento da coluna vertebral. Tais distúrbios biomecânicos, são considerados importantes fatores etiológicos para o desenvolvimento da doença, provocando diminuição da força, e da amplitude de movimento, fadiga e sobrecarga nas estruturas articulares (capsula, ligamento e discos intervertebrais).

Outro fator que desencadeia o quadro álgico na região da coluna lombar é o sedentarismo, já que a maioria dos portadores desta patologia tem índice de massa corpórea mais elevado. O sobrepeso é apontado como fator de risco para o desenvolvimento da lombalgia, por deslocar o centro de gravidade corporal. Assim sendo, a prática de exercícios físico é de suma importância para prevenção desta patologia, pois, fornece adaptação circulatória e metabólicas, além de, trazer benefícios para musculatura esquelética e tecidos conectivos, contribuindo assim, para melhora da postura estática e dinâmica (ABDO e JUNIOR, 2014).

Segundo Pires e Dumas, (2008), a lombalgia está relacionada por algum movimento inesperado, pelo levantamento de peso por exemplo, ou até mesmo devido a mudanças climáticas, o que irá provocar aumento súbito da dor, provocando imobilização antálgica da coluna vertebral lombar, esta deve-se a contração reflexa da musculatura, na tentativa de colocar a coluna em uma posição mais confortável, reconhecendo assim, a dor muscular como um dos fatores das algias lombares, pois a medida que o músculo se encurta, isso provocará perda da flexibilidade, causando com isto, dor e fraqueza muscular.

Além do mais, o trabalho realizado por Ribeiro, 2014, demonstrou aumento de 30% na ocorrência de lombalgia mecânica em crianças, adolescentes e adultos jovens e deram ênfase a conduta fisioterapêutica como um eficaz tratamento para melhorar a mobilidade dos tecidos moles e articulações, ademais no controle dos sintomas da lombalgia, como atuando na redução do quadro álgico, no espasmo muscular e na parestesia. O profissional fisioterapeuta, dispõe de um vasto e eficaz arsenal terapêutico, para um infalível tratamento no controle desta doença, com protocolos fisioterapêuticos, utilizando recursos da cinesioterapia, com exercícios de alongamentos e mobilizações articulares, além da eletroterapia através da eletroestimulação transcutânea (TENS), nas dores agudas e subagudas, hidroterapia, pilates, reeducação postural global (RPG) e outros. Esses recursos irão proporcionar melhora da disfunção física, psicológica e prevenção de novos aparecimentos (GIL, 2010). Os resultados mais relevantes coletados nesta revisão sistemática, estão ilustrados na tabela a seguir:

CARACTERÍSTICAS DE 06 ESTUDOS ANALISADOS				
TÍTULO	AUTORES; ANO	Nº DE PARTICIPANTE S	INTERVENÇÃO E AVALIAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA	RESULTADOS
Dor lombar inespecífica em adultos jovens: fatores de riscos associados.	Furtado; Ribeiro; Arruda; Descio; Junior e Serruyab; 2014.	198 (adultos jovens) 129 (mulheres) 69 (homens)	Foram aplicados questionários sobre estilo e qualidade de vida, dor pela escala visual analógica e exame físico.	58 com dor lombar crônica inespecífica e 135 não apresentaram tal condição.
Os métodos de pilates e RPG no tratamento da lombalgia na gravidez.	Gil; 2010	34 gestantes	Sessões de RPG em 8 semanas.	Melhoras significativas nas dores lombares, principalmente as do plano controle.
Prevalência da disfunção miofascial em indivíduos com dor lombar.	Coelho; Barbosa; Pavan; Oliveira; Grossi e Defino, 2014.	70 indivíduos com histórico de dor lombar	Avaliação de pontos gatilho através de palpação de músculos doloridos.	90% dos indivíduos apresentaram disfunção miofascial; dentre eles 76% no músculo quadrado lombar, 69% no glúteo médio, 56% no piriforme, 40% no glúteo mínimo, 31% no iliopsoas e 29% no glúteo máximo.
Lombalgia ocupacional e a postura sentada.	Barros; Ângelo e Uchôa; 2011.	239 funcionários	Foram coletados dados antropométricos, avaliação da percepção da dor lombar através da EVA, limitações e dificuldades.	A prevalência de dor lombar crônica foi de 95,2% principalmente nos funcionários acima de 40 anos.
Efeitos da participação em um Grupo de Coluna sobre as dores musculoesqueléticas, qualidade de vida e funcionalidade dos usuários de uma Unidade Básica de Saúde de Porto Alegre – Brasil.	R. G. Borges, A. Vieira, M. Noll, P. T. Bartz & C. T. Candotti; 2011.	30 pacientes	Questionários de Roland-Morres; EVA e programas de exercício domiciliares.	60% apresentaram melhora na capacidade funcional e 56,7% apresentaram melhora na dor.
Prevalência da dor lombar crônica na população da cidade de Salvador.	Almeida; Sá; Sílvia; Baptista; Matos e Lesse; 2008.	2297 participantes	Questionários específicos sobre dor lombar, abordando a ocorrência, cronicidade e localização corporal da dor.	14,7% demonstraram prevalência de dor lombar crônica, com maior frequência entre ex-fumantes 19,7% e 16,8% pessoas com circunferência da cintura acima da normalidade.

tabela 1: Configuração das avaliações, intervenções e resultados dos artigos analisados.

## CONCLUSÃO

Desta forma, pôde-se concluir que fatores biomecânicos e biopsicossociais desempenham papel importante na gênese da dor lombar, com maior prevalência da doença nos setores ocupacionais, devido à falta de ergonomia nos ambientes de trabalho, e com predominância da síndrome entre às mulheres, atingindo também, jovens, adultos e idosos. Tais fatores são etiológicos para o desenvolvimento da patologia, provocando dor, redução da força, redução da amplitude de movimento, levando a fadiga, sobrecarga nas articulações e afastamento no trabalho. E quando os indivíduos estão em um quadro clínico, agudo ou subagudo da doença, eles procuram justamente o profissional fisioterapeuta, para uma conduta direcionada e específica para cada caso, já que, a fisioterapia possui de vastos recursos para promoção, prevenção e reabilitação do paciente com lombalgia, proporcionando assim, à melhora

na qualidade de vida, e o retorno as tarefas laborais o mais prévio possível.

## REFERÊNCIAS

(FURTADO,R.N.V.; RIBEIRO, L.H.; ABDO, B.A.;DESCIO, F.J.; JUNIOR, C.E.M.; **Dor lombar inespecífica em adultos jovens: Fatores de riscos associados. Revista Brasileira de reumatologia.** Ver. Bras, Reumatologia 2014; 54 (5): 371-377.)

(PIRES,R.A.M.; DUMAS,F.L.V.; **Lombalgia: Revisão de conceitos e métodos de tratamento.** Universitas: Ciência da saúde.,Brasília, v.6, n.2, p.159-168,jul/dez.2008.)

(BARROS, S.S.; ÂNGELO, R.C.O.; UCHÔA, E.P.B.L.; **Lombalgia ocupacional e a postura sentada: Artigo original.** Rev. Dor. São Paulo, 2011 jul-set;12(3):226-30.)

(RADU,A.S.;FERNANDES, A.R.; **Diagnóstico e tratamento das lombalgias e lombociatalgias; Revista Brasileira de Reumatologia.** rev. Bras. de reumatol. Vol 44 no.6 São Paulo Nov/Dez. 2004.)

SCIPIAO, C.A.; SILVA, J.G.; **OS métodos pilates e RPG no tratamento da lombalgia na gravidez: Uma revisão de literatura.** Revista Interfaces da Saúde · ISSN 2358-517X· ano 1 · nº2 · Dez. · p.22-31 · 2014.

Coelho DM, Barbosa RI, Pavan AM, Oliveira AS, Bevilaqua-Grossi D, Defino HLA; **Prevalência da disfunção miofascial em indivíduos com dor lombar Acta Fisiatr. 2014;21(2):71-74.**

R. G. Borges, A. Vieira, M. Noll, P. T. Bartz & C. T. Candotti. **Efeitos da participação em um Grupo de Coluna sobre as dores musculoesqueléticas, qualidade de vida e funcionalidade dos usuários de uma Unidade Básica de Saúde de Porto Alegre – Brasil.** Motriz, Rio Claro, v.17 n.4, p.719-727,out./dez.2011.

Almeida ICGB, Sá KN, Silva M, Baptista A, Matos MA, Lessa I. **Prevalência de dor lombar crônica na população da cidade de Salvador.** Rev Bras Ortop. 2008;43(3):96-102.

## **SOBRE A ORGANIZADORA**

**ANELICE CALIXTO RUH** Fisioterapeuta, pós-graduada em Ortopedia e Traumatologia pela PUCPR, mestre em Biologia Evolutiva pela Universidade Estadual de Ponta Grossa. Prática clínica em Ortopedia com ênfase em Dor Orofacial, desportiva. Professora em Graduação e Pós-Graduação em diversos cursos na área de saúde. Pesquisa clínica em Laserterapia, kinesio e linfo taping.

Agência Brasileira do ISBN  
ISBN 978-85-7247-470-2

