



## **PREVALÊNCIA DE DOR LOMBAR EM TÉCNICOS DE ENFERMAGEM DA REDE HOSPITALAR**

<sup>1</sup>Tatielle Torres Escobar, <sup>2</sup>Vanderléia Tuerlinckx da Silva, <sup>3</sup>Caticilene Castro Guedes, <sup>4</sup>Julia Dutra dos Passos, <sup>5</sup>Eliane Tavares

A dor lombar é a segunda forma de dor mais frequente no homem logo após a cefaleia, é uma das principais causas de incapacitação no trabalho. Dor lombar é uma queixa muito comum, chamada também de lombalgia é uma dor que ocorre na parte inferior da coluna vertebral (coluna lombar). Uma grande parcela da população nos dias de hoje, convive com dor lombar, resultado de má postura, sedentarismo, posições incorretas no ambiente de trabalho, nos afazeres domésticos entre outros fatores associados incluindo, a execução errada de exercícios. A dor lombar pode ser aguda ou crônica. A dor aguda dura de quatro a seis semanas, mas a dor crônica pode durar toda uma vida. O paciente refere que sua coluna está travada, ele tem limitação na flexão anterior da coluna, dor e limitações nos primeiros movimentos da manhã. O tratamento da lombalgia crônica é direcionado ao alívio das causas e pode incluir perda de peso, exercícios para melhorar o tônus e a resistência musculares e melhora da postura. Os analgésicos podem ser utilizados para aliviar a dor, porém o uso crônico de narcóticos opióides deve ser evitado. Em alguns casos, a cirurgia pode ser necessária para aliviar a dor intratável ou a dor consequente a anormalidades estruturais. O presente estudo teve como objetivo analisar a prevalência da dor lombar nos técnicos em enfermagem da UTI Neonatal. Desta forma a metodologia usada neste estudo foi uma pesquisa descritiva, sendo aplicado o instrumento para a coleta dos dados o questionário Oswestry no mês de outubro de 2016. Os dados foram analisados de forma estatística através das frequências das respostas. Os resultados foram baseados nas respostas de 30 técnicas em enfermagem da UTI Neonatal. Os resultados em relação a intensidade da dor foram os seguintes: 33% sentiam dor intensa no momento, 17% sentem de leve a moderada, 17% dor moderada no momento e 33% não estavam sentindo dor no momento. Nos cuidados pessoais, 80% podem cuidar de si mesmos normalmente sem que isso aumente a dor e 20% sentem dor ao cuidar de si mesmos. Em relação a vida social, 62% é normal e não aumenta a dor, 30% é normal mas aumenta a dor e 8% não tem nenhum efeito na vida social mas é um limitador no que demanda demais energia como por exemplo: nas atividades físicas. Ainda foram analisados itens das atividades diárias das entrevistadas. Com este estudo podemos concluir que existe uma grande prevalência de dor lombar nos técnicos entrevistados devido a esforços executados repetidamente de forma incorreta e má postura no ambiente laboral.

<sup>1,2,3,4</sup> Acadêmico do Curso de Fisioterapia Urcamp Bagé/RS.

<sup>5</sup> Docente do Curso de Fisioterapia Urcamp Bagé/RS.

**Palavras chaves:** Dor lombar; Técnicos em enfermagem; Resultados.