



Evento	Salão UFRGS 2018: SIC - XXX SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2018
Local	Campus do Vale - UFRGS
Título	COMPARAÇÃO DA FLEXIBILIDADE E DA FORÇA ENTRE ADULTOS COM E SEM DOR LOMBAR
Autor	VICTORIA ALCÂNTARA LUNELLI
Orientador	CLAUDIA TARRAGO CANDOTTI

COMPARAÇÃO DA FLEXIBILIDADE E DA FORÇA ENTRE ADULTOS COM E SEM DOR LOMBAR

Victoria Alcântara Lunelli

Cláudia Tarragô Candotti

Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Introdução: As dores na região lombar atingem aproximadamente 80% da população adulta em algum momento de suas vidas. Sua causa, entretanto, nem sempre é específica, sendo considerada, portanto, multifatorial. Entre esses fatores, discute-se a influência da força e da flexibilidade. **Objetivo:** Investigar o comportamento da flexibilidade e da força em indivíduos adultos com e sem dor lombar. **Métodos:** Trata-se de um estudo ex post facto comparativo retrospectivo. A amostra foi proveniente de um banco de dados, constituída por 176 indivíduos de ambos os sexos, com idades entre 18 e 70 anos, que participaram da avaliação do projeto de extensão “Avaliação postural para a comunidade” no período de 2015 a 2017. Para o levantamento dos dados utilizou-se: anamnese, testes especiais de mobilidade (testes Banco de Wells e de Thomas), testes especiais de força (teste de potência e resistência dos flexores do tronco e de força de extensores do tronco) e o questionário BackPEI. A análise estatística foi realizada no SPSS 22.0, utilizando os procedimentos: (1) teste de Shapiro Wilk, para testar a normalidade dos dados; (2) estatística descritiva, por meio de frequências; (3) teste exato de Fischer e (4) cálculo das razões de prevalência e seus respectivos intervalos de confiança de 95%. As razões de prevalência foram calculadas a partir do modelo de regressão de Poisson, com variância robusta, adotando significância de 0,05. **Resultados:** A média da intensidade da dor do grupo com dor lombar foi $5,5 \pm 2$ (IC95% 5 – 6,1), apresentando uma frequência de no mínimo um episódio de dor por semana em 74,3% dos avaliados, sendo que 38,7% dos indivíduos deste grupo possuem dor há aproximadamente 2 a 5 anos. Não houve diferenças significativas entre os grupos com dor lombar (GCDL) e sem dor lombar (GSDL) para os testes especiais de mobilidade: (a) Banco de Wells ($p=0,52$; $\chi^2=0,182$) e (b) Teste de Thomas ($p=0,45$; $\chi^2=0,909$). Também não foram encontradas alterações de força significativas entre os dois grupos: (a) Potência e Resistência de flexores do tronco ($p=0,46$; $\chi^2=0,825$) e (b) Força de extensores do tronco ($p=0,21$; $\chi^2=0,375$). Além disso, a partir das razões de prevalência, identificou-se que tanto a força dos músculos extensores e flexores do tronco, quanto a flexibilidade da cadeia posterior e flexores de quadril não constituem fator de risco para a dor lombar. Entretanto, considerando a dor nas costas como multifatorial, mesmo sem influência direta sobre a dor, especula-se que estas variáveis, quando somadas a outros fatores podem gerar a dor lombar. Desse modo, sugere-se a condução de novos estudos para testar esta hipótese. **Conclusão:** Não houve diferenças significativas entre os grupos com e sem dor lombar para as variáveis de flexibilidade e força, sugerindo que tanto os encurtamentos, quanto as fraquezas musculares não estejam relacionados com a dor lombar desses indivíduos.