

A Política Nacional de Atenção Básica visa à programação e implementação de ações educativas que possam interferir no processo de saúde-doença em defesa da qualidade de vida, buscando solucionar os problemas de saúde mais frequentes. A dor crônica tem uma elevada prevalência e, conseqüentemente, tornou-se um problema de saúde pública. O Grupo da Coluna (GC) é uma ação de educação em saúde destinada a usuários com dores musculoesqueléticas crônicas, e ocorre em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) de Porto Alegre. É embasado na metodologia das Escolas Posturais, que visam à execução adequada das atividades de vida diária, sendo desenvolvido em cinco encontros teórico-práticos com duração de 2h, envolvendo aspectos relacionados à postura, anatomia e biomecânica da coluna e exercícios posturais. O objetivo do estudo foi verificar o efeito do Grupo da Coluna na dor, qualidade de vida e funcionalidade a curto e médio prazo em usuários com dores musculoesqueléticas crônicas.

Participaram deste estudo até o momento 54 indivíduos, sendo 11 homens e 43 mulheres, com idade média de 55,5 anos. Os critérios de inclusão deste estudo foram apresentar dor musculoesquelética crônica, ser indicado por um médico da UBS e ter participado em quatro ou mais encontros do GC. Como instrumentos de coleta de dados foram utilizados dois questionários e uma anamnese. Os questionários utilizados foram o *Oswestry Disability Index*, que avalia a funcionalidade e o *Medical Outcomes Study 36 (SF-36)*, que avalia a qualidade de vida em oito domínios. Na anamnese registrou-se informações pessoais e dados sobre a intensidade da dor, mensurada através da Escala Visual Analógica. As avaliações ocorreram em três momentos: antes da realização do GC (pré), após a participação no GC (pós imediato) e após quatro meses da participação no GC (pós quatro meses). Foi utilizada estatística descritiva, com utilização de medianas, intervalos interquartílicos e frequências absolutas e relativas, e estatística inferencial. O teste de Wilcoxon foi utilizado para verificar diferenças entre o pré e pós imediato e o teste de Friedman, para verificar diferenças entre pré, pós imediato e pós quatro meses, sendo o teste de Dunn utilizado como *post-hoc*. O α adotado foi igual a 0,05.

Os resultados parciais demonstram que houve diferença significativa ($p < 0,05$) entre o pré e pós imediato na análise de 54 participantes em relação à funcionalidade, à intensidade da dor em todas as regiões avaliadas (cervical, dorsal, lombar, membros superiores e membros inferiores) e à qualidade de vida em sete dos oito domínios do SF-36 (capacidade funcional, aspectos físicos, dor, vitalidade, aspectos emocionais, aspectos sociais e saúde mental). Observou-se, em relação à análise pré, pós imediato e pós quatro meses do GC realizada com 10 participantes, diferença significativa ($p < 0,05$) em relação à funcionalidade e à qualidade de vida em seis dos oito domínios (capacidade funcional, aspectos físicos, dor, vitalidade, aspectos emocionais e saúde mental).

Conclui-se que o GC é uma ação de educação em saúde capaz de interferir no processo de saúde-doença, contribuindo positivamente para a diminuição da dor e melhora da qualidade de vida e funcionalidade.