

Evento: COBRA F

Modalidade: PÔSTER

Tema: C05. Fisioterapia na Saúde e Funcionalidade do Adulto

PREVALÊNCIA DE ENCURTAMENTO DOS MÚSCULOS DA CADEIA POSTERIOR DE MEMBROS INFERIORES EM INDIVÍDUOS COM LOMBALGIA

CHRISTINA PARAMUSTCHAK CRUZ CEPEDA (CEPEDA, C.P.C.) - UNIVERSIDADE POSITIVO -

christinacruzcepeda@hotmail.com, Júlia Debiasi (Júlia Debiasi) - Universidade Positivo, Marina Vaz (Marina Vaz) -

Universidade Positivo

Introdução. A lombalgia é caracterizada por dor entre os últimos arcos costais e a prega glútea. Atualmente alguns estudos têm relacionado a dor lombar com a fraqueza dos músculos estabilizadores da coluna lombar, com mudanças do posicionamento pélvico e com o encurtamento dos músculos isquiotibiais. **Objetivo.** Analisar a prevalência de encurtamento dos músculos da cadeia posterior dos membros inferiores em indivíduos com lombalgia inespecífica. **Método.** Este estudo caracterizou-se como transversal descritivo, aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da UP nº 1.616.626, em 30/06/2016, CAAE 56940216.0.0000.0093. Participaram do estudo 101 indivíduos de ambos os sexos, com idade entre 18 e 35 anos, com dor lombar inespecífica, que não tivessem realizado nenhum procedimento cirúrgico na coluna vertebral e com IMC inferior ou igual a 29 Kg/m². Os procedimentos avaliativos: questionário Oswestry Disability Index (ODI), da Escala Visual Analógica de dor (EVA), a Flexibilidade dos músculos da cadeia posterior dos membros inferiores por meio da fotogrametria do ângulo poplíteo e o Teste de Schöber modificado. Para análise estatística, foi realizada uma análise descritiva padrão das variáveis. **Resultados.** Dos 101 participantes, 75 foram do sexo feminino e 26 do sexo masculino. A média de idade foi de 20,78±3,09 anos e o IMC 22,89±2,79 Kg/m². O nível algico avaliado pela EVA mostrou que independente do sexo a intensidade da dor foi leve a moderada, nas mulheres 4,18±2,02 e 4,13±2,92 nos homens. O teste de Schöber modificado identificou que nas mulheres o aumento na flexão do tronco foi de 4,9±1,62cm e 5,5±2,24cm nos homens, em ambos há redução leve da mobilidade lombar. Quanto à capacidade funcional, o questionário ODI identificou leve comprometimento funcional, a média foi de 15,97±7,9 nas mulheres e 11,72±5,58 nos homens. O teste do ângulo poplíteo (TAP) identificou que 100% dos participantes apresentaram encurtamento dos músculos da cadeia posterior, sendo nas mulheres 46,25±13,75° no membro inferior direito (MID) e 47,60±14,64° no membro inferior esquerdo (MIE), nos homens 50,56±13,41° no MID e 50,24±12,41° no MIE. **Conclusão.** Os resultados mostraram que 100% dos participantes apresentaram redução do comprimento dos músculos da cadeia posterior associado a redução da mobilidade lombar. O nível algico foi leve a moderado com pouca interferência na capacidade funcional. Portanto, programas de intervenção fisioterapêutica devem incluir exercícios de alongamento para os músculos posteriores dos membros inferiores, assim como, o comprimento desse grupo muscular deve ser avaliado em indivíduos com lombalgia.

Descritores: dor lombar; amplitude de movimento articular; fisioterapia