



D – 8

AVALIAÇÃO DA DOR E INCAPACIDADE FUNCIONAL DE PACIENTES COM LOMBALGIA CRÔNICA ANTES E APÓS A APLICAÇÃO DO *ISOSTRETCHING*

Pedro Henrique Brito da Silva (Acadêmico), Suely Maria Satoko Moriya Inumaru (Orientador).

Curso de Fisioterapia – Universidade Estadual de Goiás

Contato: pedrobryto@gmail.com

A lombalgia crônica é definida como um distúrbio doloroso localizado entre a primeira e a quinta vértebra lombar, considerada um importante problema de saúde pública, sendo que no Brasil, aproximadamente 10 milhões de pessoas são incapacitadas em consequência desta afecção. A lombalgia pode ser tratada clinicamente pelo *Isostretching*, o qual, proporciona flexibilidade e fortalecimento à musculatura, aperfeiçoando o controle postural por meio de exercícios de contração antagonista e alongamento isométrico dos músculos agonistas. O objetivo do estudo foi avaliar a intensidade de dor e incapacidade funcional de pacientes com lombalgia crônica antes e após a aplicação do *Isostretching*. Estudo experimental, controlado e randomizado, com participação de 14 indivíduos com lombalgia crônica, do gênero feminino, de 45 a 60 anos, divididas em um grupo controle (GC) e um grupo experimental (GE), com 7 indivíduos cada. Foram realizadas doze sessões, de 45 minutos, onde foram aplicadas, no grupo experimental, nove posturas do método *Isostretching*. O grupo controle não sofreu intervenção. Foram utilizados um questionário sociodemográfico, a escala visual analógica de dor (EVA) e o questionário de incapacidade de *Oswestry*, pré e pós o período do estudo, em ambos os grupos. A avaliação da dor através da EVA no momento pré entre os grupos não apresentou diferença estatística significativa, enquanto que os escores de dor no momento pós entre os dois grupos apresentou diferença estatisticamente significativa. O GC também não apresentou diferença estatística para os valores de EVA entre os momentos pré e pós onde observamos um aumento do escore médio de dor entre os momentos e o grupo experimental apresentou significância entre os valores obtidos nos dois momentos de coleta pré e pós. Com relação ao *Oswestry* o momento pré entre os grupos não apresentou diferença estatística significativa, porém os dados dos grupos no momento pós foram significativamente distintos. O GC não apresentou diferença estatística entre os momentos pré e pós, enquanto que o GE apresentou diferença estatística extremamente significativa entre os momentos pré e pós. Sugere-se que o método foi efetivo para o grupo estudado e mostra-se adequado ao tratamento da dor lombar crônica.

Palavras-chaves: 1) Coluna; 2) Lombalgia; 3) Incapacidade.