



BENEFÍCIOS DA ESCOLA DE POSTURA NA CAPACIDADE FUNCIONAL, NA FLEXIBILIDADE E NA INTENSIDADE DA DOR DE PACIENTES COM LOMBALGIA CRÔNICA

Adriane Behring Bianchi¹; Ligia Maria Facci²

RESUMO: A Lombalgia é um importante problema de saúde pública, que atinge grande parte da população mundial e acarreta prejuízos físicos, emocionais e econômicos aos indivíduos acometidos. As diretrizes atuais para tratar a lombalgia incluem correção postural e medidas educativas. A Educação em Saúde objetiva propagar informações para estimular novos conhecimentos, mudanças de atitudes e de ações para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. Nesse contexto, surge a Escola de Postura, que é utilizada no tratamento e prevenção da lombalgia, com enfoque na educação em saúde. O objetivo deste estudo será avaliar a efetividade da Escola de Postura na melhora da dor, da capacidade funcional e da flexibilidade lombar, a curto e médio prazo, em indivíduos com lombalgia crônica. Serão selecionados pacientes com lombalgia crônica, que procuraram a clínica de Fisioterapia do CESUMAR para tratamento. Os pacientes serão avaliados, por um examinador independente, através dos seguintes instrumentos: Teste de Schober, Back Performance Scale, Escala Visual Analógica da dor e do questionário Roland-Morris. Após a avaliação, os indivíduos serão randomizados em dois grupos: Escola de Postura (1) e Controle (2). Os pacientes do grupo 1 participarão do programa de Escola de Postura, composto por aulas teórico-práticas e os do grupo 2 serão acompanhados por meio de ligações telefônicas, sem receber orientações dos pesquisadores. Os pacientes serão reavaliados ao término do programa, três e seis meses após o término. Com este estudo espera-se encontrar alterações estatisticamente significantes no grupo Escola de Postura quando comparados ao grupo Controle, comprovando a eficácia do programa de Escola de Postura.

PALAVRAS-CHAVE: Educação em Saúde; Escola de Postura; Lombalgia

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Maringá (CESUMAR), Maringá – Paraná. Bolsista PROBIC. adrianebb@hotmail.com

² Orientadora, Professora Doutora do Centro Universitário de Maringá (CESUMAR). ligiafacci@cesumar.br