



LOMBALGIA CRÔNICA EM IDOSO AGRICULTOR FAMILIAR: DESAFIOS AO ATENDIMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA SAÚDE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA

JOSILEIDE GOMES DA SILVA; ALISSON ADRIANO DA SILVA VIRGOLINO;
ORIENTADORA: Dra. LÚCIA MARISY SOUZA RIBEIRO DE OLIVEIRA

RESUMO

A saúde do idoso que trabalha na agricultura familiar é uma questão que merece atenção por parte de pesquisadores, estudiosos e profissionais de saúde por ser um assunto de grande complexidade no que se refere a prevenção, promoção e reabilitação das doenças comuns a este público-alvo, desta forma, este estudo visa-se encontrar informações sobre a saúde destes indivíduos, e como às estratégias do Programa de Saúde da Família (PSF) realizam para a promoção do envelhecimento saudável, a manutenção da vida e a melhoria das incapacidades destes indivíduos, além de garantir-lhes a permanência no meio em que vivem, exercendo de forma independente suas funções na comunidade que pertencem. Tem-se como objetivo analisar os desafios do idoso agricultor familiar com lombalgia crônica ao acesso para o tratamento fisioterapêutico na atenção básica de saúde. A metodologia escolhida, trata-se de um estudo qualitativo, descritiva construída a partir de uma revisão de literatura nos bancos de dados na LILACS (*Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde*), SCIELO (*Scientific Electronic Library Online*) e Google Acadêmico. Descrevendo-se os principais tópicos abordados pela literatura consultada: Saúde do idosos, Agricultura familiar, Atenção primária. Os resultados encontrados, pode-se dizer que as ações na atenção primária voltada a saúde do idoso agricultor familiar verso a Política Nacional de Saúde Integral das Populações do Campo e da Floresta (PNSIPCF) são de grande importância para garantir um envelhecimento ativo e saudável, pois os idosos que residem na zona rural dispõem dos mesmos agravos na saúde dos idosos que moram na zona urbana, é necessária uma união entre APS e PNSIPCF para reduzir as perdas comuns na terceira idade.

Palavras-chave: Saúde do idoso; Agricultura familiar; Atenção Básica de Saúde; lombalgia; fisioterapia.

1 INTRODUÇÃO

A temática escolhida neste estudo é sobre os desafios ao acesso às ações fisioterapêuticas no âmbito individual e coletivo frente à Atenção Primária em Saúde (APS). Sabe-se que as políticas de saúde nem sempre chegam da mesma forma aos idosos do campo, mesmo que estejam em constante desenvolvimento, ainda há muitas desigualdades sociais, deixando-os em situação de total abandono. Desta forma, a motivação para a escrita deste tema deu-se a partir da observância sobre como o idoso residente em áreas rurais com lombalgia crônica são assistidos pelo Sistema único de Saúde (SUS) e principalmente pela Atenção Primária em Saúde (APS), diante disso, a APS é um conjunto de ações em saúde voltadas para a promoção, a proteção, a prevenção dos agravos e a manutenção da saúde, sendo este a principal entrada dos indivíduos em geral ao SUS em nosso país (Moreira; Barbosa, 2016). Na intenção de fortalecer a APS em 1994 foi reconhecido pelo Ministério da Saúde (MS) a

Estratégia Saúde da Família (ESF), cujo objetivo é realizar de forma integral e multiprofissional a assistência aos cidadãos brasileiros, ela é centralizada na comunidade (Souza; Bertolini, 2019).

No cenário atual, há uma longa distância a ser percorrida para a garantia do direito à saúde das Populações do Campo, da Floresta e das Águas (PCFA) ao Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2014). No entanto, é importante ressaltar que atualmente a agricultura familiar vem sendo uma das principais fontes de produção agrícola em nosso país, é considerada como uma estratégia para o desenvolvimento econômico, social, cultural e sustentável por gerar renda e emprego, além de combater a pobreza, fomentar a segurança alimentar, ajudando as famílias em vulnerabilidade a reduzir a fome e a desnutrição (Pessoa; Almeida; Carneiro, 2023).

Neste sentido, a agricultura familiar dispõe de vários fatores de riscos para adoecimento dos agricultores, principalmente devido os riscos ergonômicos que irão aumentar o quadro clínico destes indivíduos em todas as fases do processo produtivo da lavoura, que compreende desde a preparação do terreno até a fase da pós-colheita, tendo uma jornada intensa e pausas ausentes durante a realização de coleta ou do plantio, com o uso de ferramentas pesadas que levam a uma postura ruim, como é o caso do uso da enxada, facão e foice, prejudicando demasiadamente a coluna vertebral, acarretando em paralisia no trabalho (Amaral *et al.*, 2019). A paralisação do trabalho na agricultura familiar gera um prejuízo expressivo, pois, a maioria dos agricultores familiares não dispõem de equipamento que amplie a produção, trabalham com um contingente de pessoas reduzido, envolvendo os jovens, os adultos e os idosos do núcleo familiar. A lombalgia acomete homem ou mulher em todas as idades de duas formas: aguda – com dor forte após um esforço físico, comum na população mais jovem e de meia idade; lombalgia crônica – dor razoável, porém é quase permanente chegando a durar até três meses, comum na população mais velhas (Logen; Brandolf, 2018). Sabe-se que a dor lombar decorre de um conjunto de fatores de riscos presentes no ambiente laboral, como por exemplo: fatores ergonômicos, biomecânicos e comportamentais que levar ao adoecimento destes indivíduos. Os fisioterapeutas elaboram protocolos usando uma ou mais técnica ou recursos para alívio de dor e redução do declínio funcional.

Analisar os desafios do idoso agricultor familiar com lombalgia crônica ao acesso para o tratamento fisioterapêutico na atenção básica de saúde.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Essa revisão seguiu a abordagem qualitativo, descritiva baseada numa revisão de literatura com busca de dados nas bases de dados na LILACS (*Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde*), SCIELO (*Scientific Electronic Library Online*) e Google Acadêmico foram consultadas, determinando como abrangência temporal os dez anos, empregando os descritores: Saúde do idosos, Agricultura familiar, Atenção primária, Lombalgia, nos idiomas inglês e português, conforme apresentação do vocabulário contido nos Descritores em Ciências da Saúde da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Como estratégia de busca definiu-se que os descritores deveriam constar no título e/ou resumo dos artigos. Em seguida, os artigos potencialmente elegíveis para inclusão nesta revisão foram submetidos aos critérios de elegibilidade. Foram incluídos, artigos de pesquisa de campo, de revisão da literatura, de coorte, transversal, caso-controle e ensaio clínico randomizado. Foram excluídos os artigos de revisão, duplicados e os de acesso pago. Após a avaliação dos títulos, os resumos foram lidos e os artigos analisados e em caso de dúvida ou discordância, o estudo foi incluído.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados desta pesquisa são voltados a percepção sobre os desafios que o idoso

idoso agricultor familiar com lombalgia crônica ao procurar assistência médica e fisioterapêutica na Atenção Primária de Saúde (APS). Desta forma, os achados encontrados a partir da literatura consultada foram:

A) *dificuldades ao acesso às unidades de saúde*. Segundo Pessoa, Almeida e Carneiro (2018) o acesso à saúde rural tem grandes desafios a serem superados, como a distâncias para garantir atenção à saúde; o isolamento geográfico, a falta de rede interligada de comunicação entre os níveis de atenção à saúde; poucos especialistas nas áreas de APS que alcancem todas as famílias. Nesta perspectiva ao acesso à saúde da população idosa, seja ela pertencente aos centros urbanos ou rurais, é um direito garantido por três legislações vigentes (Lei nº 8.842/1994; Lei nº 10.741/2003; e Portaria nº 2.528/2006) e foi essencialmente constituído por lei a todos os indivíduos acima de 60 anos, pautados nos princípios da universalidade, integralidade e equidade que se coadunam com os princípios do direito à saúde do Sistema Único de Saúde (SUS) direitos estes garantidos aos idosos pela Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI) (Vieira; Vieira, 2016). O idoso residente na zona rural também disponibiliza da Política Nacional de Saúde Integral das Populações do Campo e da Floresta (PNSIPCF), no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), tendo como objetivo: promover a saúde das populações do campo e da floresta por meio de ações e iniciativas que reconheçam as especificidades de gênero, geração, raça/cor, etnia e orientação sexual, visando o acesso aos serviços de saúde, à redução de riscos e agravos à saúde - decorrentes dos processos de trabalho e das tecnologias agrícolas - e a melhoria dos indicadores de saúde e da qualidade de vida (Brasil, 2014; CONAFER, 2021).

B) *Atendimento fisioterapêutico na atenção básica de saúde à lombalgia crônica*. Para Menezes (2018, p. 9) a atuação do fisioterapeuta na atenção primária à saúde do idoso é ampla, pois ele “desempenhar um papel fundamental na saúde, cuidando da população, com ênfase no movimento e na função, podendo desempenhar ações em diferentes contextos”, principalmente em ações de promoção, prevenção e reabilitação das pessoas de forma individual ou coletiva. Desta forma, as políticas voltadas para o idoso são resultados do avanço nas práticas para a saúde integral da população idosa no SUS, com o objetivo de enfrentar o paradigma da funcionalidade para a conceituação de saúde da pessoa idosa, assumindo assim o papel de reduzir as perdas da capacidade funcional (Petermann; Brandalize, 2018). Hayden *et al.* (2019) referem que há vários métodos de tratamento para lombalgia crônica, entre as terapias mais utilizadas temos: “acupuntura, alongamentos, exercícios físicos, terapias cognitivas, ultrassom por emitir ondas vibratórias que agem no local da dor e uso de plantas medicinais” (SILVA, 2021, p. 17). Além de fazer uso de programa de exercícios para o controle motor dos músculos do tronco através de exercícios de estabilização do Core, exercícios de fortalecimento e alongamentos.

C) *automedicação e cronificação da lombalgia*. A maioria dos idosos da zona rural usam medicamentos sem receitas médicas ou fazem uso de plantas medicinais para aliviar os sintomas da lombalgia, e ao longo dos anos torna-se crônica a doença, pois a automedicação esconde a causa principal. Jesus e Salazar (2022, p. 45377) em seus estudos sobre a automedicação entre idosos referem que os idosos fazem uso da automedicação pois é mais prático o manejo dos problemas de saúde que identificam como simples, “é dever dos profissionais da área da saúde, orientar a população no uso racional dos medicamentos, capacitando o idoso para lidar com os possíveis efeitos colaterais e interações medicamentosas” Segundo Possebom, Bernardi e Alves (2019) o tratamento da lombalgia dar-se-á pelo conjunto ações terapêuticas para aliviar a dor, aumentar a capacidade funcional e diminuir a progressão da doença. Essas ações, são: o tratamento medicamentoso que controla os sintomas por meio de anti-inflamatórios não esteroidais (AINEs) e relaxantes musculares nos casos de dor aguda (opioides e anticonvulsivantes) nas dores crônicas. Para Silva (2021) as estratégias de tratamento da lombalgia, são: “acupuntura, alongamentos, exercícios físicos, terapias

cognitivas, ultrassom por emitir ondas vibratórias que agem no local da dor e uso de plantas medicinais” (Silva, 2021, p. 17). Porém, Mendes (2021) referem que a atividade física na atualidade é considerada como o método mais promissor na promoção da saúde física e mental em todas as idades, principalmente na terceira idade, este método é simples, não farmacológico, não invasivo e não gera custos econômicos, que pode ser implementado pela APS.

4 CONCLUSÃO

Os objetivos deste estudo foi relevante a partir da literatura consultada sobre os desafios no atendimento fisioterapêutico na saúde do idosos agricultor com lombalgia crônica na atenção primária tem diversos achados, que compreende desde as dificuldades ao acesso às unidades de saúde, atendimento fisioterapêutico na atenção básica de saúde à lombalgia crônica e os fatores que leva a cronificação da lombalgia nos idosos que é a automedicação e uso de tratamentos alternativos, como por exemplo plantas medicinais.

Sabe-se que o fisioterapeuta dispõe para a efetividade do tratamento da lombalgia crônica, é de suma relevância, mas é importante que o plano terapêutico seja escolhido a partir de uma decisão conjunta, entre o fisioterapeuta e o paciente seja precoce, ainda na fase aguda da doença haja visto que o trabalho agrícola tem vários fatores de riscos ergonômicos que gera o aumento do quadro clínico. Vale ressaltar que a atuação do fisioterapeuta na lombalgia deve ser baseada no fortalecimento da musculatura que auxiliam na realização do trabalho no campo, redução do quadro algico, melhora da flexibilidade e proporcionar retorno rápido as atividades laborais. Portanto, as literaturas consultadas, deixamos esta pesquisa como subsídios para a realização de outras pesquisas voltadas para esta temática.

REFERÊNCIAS

AMARAL, F. A.; FREITAS, N. A. R.; BOYCO, R.; MASCARENHAS, L. P. G. Incidência de dores osteomusculares em fumicultores do município de Prudentópolis-PR. **Revista UNINGÁ**, Maringá, v. 56, n. S4, p. 23-38, abr./jun. 2019. Disponível em: <<https://revista.uninga.br/uninga/article/view/2467/1943>>. Acesso em: 12 dez. 2023.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. IBGE. Projeção da População 2018: número de habitantes do país deve para de crescer em 2047. Estatísticas Sociais: 2018. Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>>. Acesso em: 8 dez. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.311, de 23 de outubro de 2014. Altera a Portaria nº 2.866/GM/MS, de 2 de dezembro de 2011, que institui, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS), a Política Nacional de Saúde Integral das Populações do Campo e da Floresta (PNSIPCF). Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

CONAFER. Confederação Nacional de Agricultores Familiares e Empreendedores Familiares Rurais (CONAFER). **Dia Nacional do Idoso: Agricultores da terceira idade formam 23% da força econômica agrofamiliar**. [Revista Online]. 2021. Disponível em: <<https://conifer.org.br/dia-nacional-do-idoso-agricultores-da-terceira-idade-formam-23-da-forca-economica-agrofamiliar/>>. Acesso em 9 dez. 2023.

HAYDEN, J. A.; WILSON, M. N.; STEWART, S.; CARTWRIGHT, J. L.; SMITH, A. O.; RILEY, R. D.; VAN TULDER, H.; BENDIX, T. et al. Modificadores do efeito do tratamento

por exercício na dor lombar persistente: uma meta-análise de dados de participantes individuais de 3.514 participantes de 27 ensaios clínicos randomizados. **Br J Sports Med.** 28 de novembro, 2019. Disponível em: <<https://convergenceseditorial.com.br/index.php/revistafisiologia/article/download/5102/8048/34708>>. Acesso em: 17 dez. 2023.

JESUS, J. M.; SALAZAR, J. M. Automedicação na terceira idade: perfil epidemiológico de idosos na aquisição de medicamentos em drogarias de Imperatriz - MA. **Revista Brasileira Desenvolvimento**, [S.l.], v.6, pág. 45359–45380, 2022. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/49208>>. Acesso em: 13 dez. 2023.

LOGEN, W. C.; BRANDOLF, J. A. Inatividade física na perpetuação do quadro sintomático e funcional da lombalgia crônica inespecífica. **Revista Inspirar – movimento e saúde.** v. 15, n. 1, p. 39-40. Criciúma, 2018. Disponível em: <<https://inspirar.com.br/wp-content/uploads/2018/02/revista-inspirar-ms-45-621-2017.pdf>>. Acesso em: 10 mai. 2023.

MENDES, A. B. **Fatores de adesão à prática de atividades físicas em idosos no Brasil:** uma revisão de literatura. 49 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) – Universidade Federal da Paraíba, 2021.

MENEZES, J. R. **Possibilidades de atuação do fisioterapeuta na atenção primária: um relato de experiência.** 19 f. Trabalho de conclusão (Especialização) - Universidade Federal do Pampa, Campus Uruguaiana, Uruguaiana, 2018.

MOREIRA, E. S. M.; BARBOSA, N. B. Fisioterapia e a atenção primária em saúde – o processo de implantação dos NASF em Anápolis – Goiás. **RESU – Revista Educação em Saúde:** v. 4, n. 1, 2016. Disponível em: <<http://periodicos.unievangelica.edu.br/index.php/educacaoemsaude/article/view/1692>>. Acesso em: 10 dez. 2023.

PESSOA, V. M.; ALMEIDA, M. M.; CARNEIRO, F. F. Como garantir o direito à saúde para as populações do campo, da floresta e das águas no Brasil? cómo garantizar el derecho atención primaria?. **Saúde em Debate**, [S. l.], v. 42, n. especial 1 set, p. 302–314, 2023. Disponível em: <<https://revista.saudeemdebate.org.br/sed/article/view/679>>. Acesso em: 13 dez. 2023.

PETERMANN, X. B.; BRANDALIZE, E. M. G. Atuação da Fisioterapia na saúde do idoso na Atenção Básica no Brasil de 2013 a 2017. **Revista Saúde e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 12, n. 10, p. 260–283, 2018. Disponível em: <<https://www.revistasuninter.com/revistasauade/index.php/saudeDesenvolvimento/article/view/883>>. Acesso em: 13 dez. 2023.

POSSEBOM, M.; BERNARDI, D. L.; ALVES, A. A. Lombalgia: o papel do farmacêutico na identificação, acompanhamento, manejo e prevenção. **Revista Interdisciplinar em Ciências da Saúde e Biológicas**, v. 3, n. 1, 2019, p. 86-100. Disponível em: <<https://core.ac.uk/download/pdf/322642448.pdf>>. Acesso em: 16 dez. 2023.

ROSA, B. M.; SILVA, B. T.; SOUZA, J. I. S.; ROQUE, T. S.; GARCIA, E. Q. M.; SILVA, M. Q. Perfil do idoso morador da zona rural e o uso de medicamentos. **Research, Society and**

Development, v. 9, n. 10, e589108292, 2020. Disponível em:

<<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/8292>>. Acesso em: 17 dez. 2023.

SILVA, É. A. **Lombalgia**: causas, impactos e uso das práticas integrativas e complementares no seu tratamento. 31 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Licenciatura em Ciências Biológicas) – Centro de Ciências Biológicas da Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2021.

SOUZA, K. C.; BERTOLINE, D. A. A importância do fisioterapeuta na atenção primária à saúde e a realidade de um município do norte do Paraná. **Revista UNINGÁ**, Maringá, v. 56, n. S4, p. 182-196, abr./jun. 2019. Disponível em:

<<https://revista.uninga.br/uninga/article/view/2788/1956>>. Acesso em: 10 dez. 2023.

VIEIRA, R. S.; VIEIRA, R. S. Saúde do idoso e execução da Política Nacional da Pessoa Idosa nas ações realizadas na atenção básica à saúde. **Revista Direito Sanitário**, [S. l.], v. 17, n. 1, p. 14-37, 2016. Disponível em:

<<https://www.revistas.usp.br/rdisan/article/view/117042>>. Acesso em: 13 dez. 2023.