



O IMPACTO DA DOR LOMBAR NA FUNCIONALIDADE DAS GESTANTES

CAMILA ARAÚJO NOGUEIRA; JANICE REGINA MOREIRA BASTOS; THAYANARA PEREIRA DA SILVA; DANIELLA JESUS FERREIRA LEITE; JANARIA MACEDO ARAGÃO

RESUMO

INTRODUÇÃO: A gestação ocasiona variados desconfortos devido às mudanças físicas que ocorrem no corpo, que podem melhorar ou piorar com o tempo. Biomecanicamente, devido ao aumento do abdômen e dos seios, o centro de gravidade é deslocado para frente, resultando em alterações posturais, como arcos dos pés reduzidos, joelhos hiperextendidos e anteversão pélvica, essas alterações podem causar desconfortos e dor lombar, impactando diretamente na funcionalidade da mulher. **OBJETIVO:** Determinar a incapacidade funcional derivada da dor lombar em gestantes. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo observacional, de abordagem qualitativa e quantitativa, realizado com 37 gestantes do 1º ao 3º trimestre de gestação, cadastradas em um Centro de Saúde, através da aplicação de dois questionários, sendo o primeiro coletado dados sociodemográficos e informações gestacionais e o segundo direcionado à avaliação da capacidade funcional da gestante com dor lombar, através do *Roland Morris Disability Questionnaire*. A pesquisa foi aprovada no Comitê de Ética e Pesquisa lotado no Centro Universitário Dom Bosco, com número de parecer 6.003.034. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** O presente estudo, evidenciou-se que devido à dor lombar, observou-se uma perda da funcionalidade em 37,84% da amostra, classificando-as como incapazes, com maior ocorrência em gestantes do 3º trimestre. Um dos aspectos limitantes no desempenho da capacidade funcional, consistiu principalmente na realização de atividades, como subir escada e andar mais devagar que o habitual. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que, é fundamental o fisioterapeuta na rede de atenção primária, para viabilizar promoção e proteção da saúde da gestante, visando preparação da mulher para tratar ou evitar possíveis desconfortos presentes ao longo da gestação, possibilitando uma boa condição funcional para realização das atividades de vida diária.

Palavras-chave: Fisioterapia Obstétrica; Gestação; Saúde da Mulher.

1 INTRODUÇÃO

De acordo com Carvalho *et al.* (2017), em termos etiológicos, a lombalgia não apresenta um conceito concreto. Biomecanicamente, devido ao aumento do abdômen e dos seios, o centro de gravidade é deslocado para frente, resultando em alterações posturais, como arcos dos pés reduzidos, joelhos hiperextendidos e anteversão pélvica, todas essas alterações promovem lordose lombar e pressionam a musculatura para vertebral.

Segundo Cortez *et al.* (2012), aproximadamente 50,00% das mulheres no período gestacional vivenciam algum tipo de dor, sendo a maior parte na região lombar, e o percentual de gestantes que queixam-se de dor em toda porção da coluna vertebral aproxima-se a 80,00%. Essa condição dolorosa, afeta negativamente na realização das Atividades de Vida Diária

(AVD) da gestante, sendo capaz de gerar certas incapacidades funcionais.

Conforme Carvalho *et al.* (2017), a idade gestacional pode ser uma condição de risco, isto é, conforme mais desenvolvida, maior a ameaça de manifestar a lombalgia. Demonstrando que a incidência da Dor Lombar (DL) na gravidez cresce com o tempo gestacional. A lombalgia é uma condição que de fato apresenta inúmeros desconfortos que estão relacionados às alterações musculoesqueléticas existentes nessa etapa, e algumas condições podem interferir para o agravamento dessas manifestações. Dessa forma, apresenta-se a seguinte questão: qual a classificação da incapacidade funcional derivada da dor lombar no período gestacional?

Diante do exposto, a presente pesquisa possui como objetivos determinar a incapacidade física derivada da dor lombar em gestantes, bem como suas características, prevalência e impactos gerados nas AVD. Deste modo, acredita-se que este estudo, beneficiará para um melhor conhecimento da posição da amostra examinada, frente à presente condição, o que proporcionará um olhar voltado para o crescimento de ações direcionadas às necessidades das gestantes.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo é apresentado como um estudo observacional, de natureza aplicada, com objetivos de origem exploratória, com abordagem quantitativa e qualitativa, realizado na cidade de São Luís/MA, no Centro de Saúde São Francisco com uma amostra de 37 grávidas selecionadas por conveniência, incluindo gestantes do 1º ao 3º trimestre de gestação, assistidas ao local.

Como critérios de inclusão, têm-se: mulheres maiores de 18 anos, gestantes com relato de dor lombar e não apresentar deficiência cognitiva/mental que não consigam compreender e responder o questionário. Os critérios de exclusão foram: diagnóstico prévio de lombalgia e indivíduos com algum grau de incapacidade instalado. Para a condução desta pesquisa, foi apresentado para assinatura da participante o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

A coleta de dados foi realizada através de uma entrevista de forma individual para utilização de dois questionários online concedidos via e-mail, sendo o primeiro com dados sociodemográficos e informações gestacionais e o segundo direcionado para avaliar a incapacidade da gestante com dor lombar, através do instrumento *Roland Morris Disability Questionnaire* (RMDQ). A coleta ocorreu durante os meses de abril e maio de 2023, nos dias de consultas de pré-natal no Centro de Saúde.

O presente estudo, teve como fundamento a resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, tendo como finalidade a análise de prejuízos e riscos como componente fundamental à análise ética da pesquisa científica, cumprindo com a análise de probabilidades de prejuízos imediatos ou subsequentes, tal como no âmbito individual quanto no coletivo. (BRASIL, 2012). Esta pesquisa foi submetida e aprovada no Comitê de Ética e Pesquisa lotado no Centro Universitário Dom Bosco, com número de parecer 6.003.034.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram abordadas 41 gestantes, entre o 1º e 3º trimestre de gestação, primíparas e múltíparas, que realizavam acompanhamento no Centro de Saúde São Francisco. Destas, quatro responderam de forma incorreta o questionário sobre lombalgia, sendo excluídas, totalizando uma amostra de 37 grávidas para análise dos dados. O perfil da amostra pode ser visto na Tabela 1 abaixo.

Tabela 1: Características sociodemográficas. São Luís - MA, 2023. (n=37)

VARIÁVEIS	N (%)
Idade	
Faixa etária de 18 a 22 anos	8 (21,63)
Faixa etária de 23 a 28 anos	11 (29,73)
Faixa etária de 29 a 32 anos	9 (24,32)
Faixa etária de 33 a 40 anos	9 (24,32)
Estado civil	
Casada	28 (75,70)
Solteira	9 (24,30)
Raça	
Branca	16 (43,20)
Negra	3 (8,10)
Parda	17 (45,90)
Amarela	1 (2,70)
Indígena	0
Escolaridade	
Ensino Fundamental Incompleto	1 (2,70)
Ensino Médio Incompleto	2 (5,41)
Ensino Médio Completo	10 (27,03)
Ensino Superior Incompleto	7 (18,92)
Ensino Superior Completo	5 (13,51)
Pós	12 (32,43)
Graduação/Mestrado/Doutorado	
Atividade remunerada	
Exerce	23 (62,16)
Não exerce	14 (37,84)

Fonte: Próprio autor. Dados da pesquisa (2023)

Similarmente com o presente estudo, Lima *et al.* (2017), realizou um estudo com gestantes assistidas no programa de Estratégia de Saúde da Família na Cidade de Cabo Frio, onde observou-se maior percentual de mulheres casadas (50,40%) e a maior quantidade de gestantes pardas (48,90%). Percebeu-se, nesse cenário, existência de um fator em comum com o autor citado e este estudo. Ambos foram realizados em gestantes assistidas no serviço de atenção primária, para acompanhamento pré-natal de baixo risco.

Na tabela 2 podem ser vistos os dados obstétricos da amostra, a idade gestacional no momento da coleta, o tipo de gestação atual e informações quanto a quantidade de filhos.

Tabela 2: Características obstétricas da amostra. São Luís - MA, 2023. (n=37)

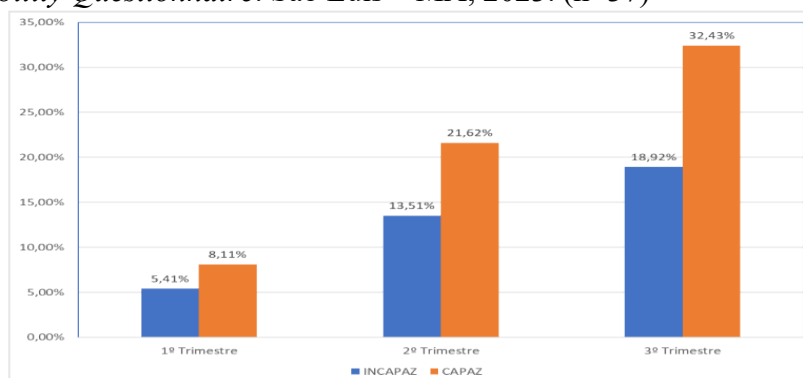
VARIÁVEIS	N (%)
Idade gestacional atual	
1º trimestre (1ª à 13ª semanas)	5 (13,52)
2º trimestre (14ª à 26ª semanas)	13 (35,14)
3º trimestre (27ª à 40ª semanas)	19 (51,35)
Tipo de gestação atual	
Gemelar (dois bebês)	1 (2,70)
Única (um bebê)	36 (97,30)
Possui filhos	
Não	12 (32,43)
Um	12 (32,43)
Dois	10 (27,03)
Três	1 (2,70)
Quatro	1 (2,70)
Cinco	1 (2,70)

Fonte: Próprio autor. Dados da pesquisa (2023)

No que se refere aos dados gestacionais, os resultados obtidos no presente estudo possuem características similares ao estudo de Crude *et al.* (2013), realizado com gestantes que faziam acompanhando pré-natal no Hospital Ipiranga em São Paulo, onde observou-se maior porcentagem de gestantes do terceiro trimestre com 32 (62,70%) participantes, corroborando com nosso estudo que apresentou maior índice nesse período gestacional, conforme tabela acima. Nota-se uma amostra elevada de gestantes nesse trimestre em ambos estudos, acredita-se que está relacionada com a evolução da gravidez, onde a mulher direciona-se ao profissional de saúde para obter conhecimento e orientações acerca do parto, gerando assim, maior comprometimento nas consultas finais do pré-natal, em comparação com as demais gestantes.

Na avaliação pelo instrumento *Roland Morris Disability Questionnaire*, percebe-se que das 37 gestantes entrevistadas, apenas 14 (37,84%) responderam mais de quatorze itens e foram classificadas como incapazes, e o restante, 23 (62,16%) foram classificadas como capazes (Gráfico 1).

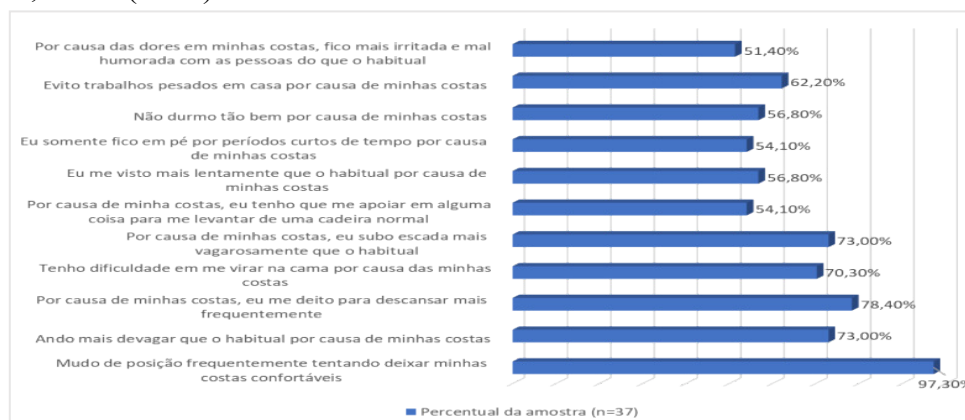
Gráfico 1: Características dos níveis de capacidade funcional, avaliado pelo instrumento *Roland Morris Disability Questionnaire*. São Luís – MA, 2023. (n=37)



Fonte: Próprio autor. Dados da pesquisa (2023)

Os itens mais prevalentes do instrumento RMDQ nas respostas do questionário, podem ser vistos no gráfico 2 abaixo, que consta o percentual encontrado na amostra para respostas afirmativas e negativas.

Gráfico 2: Afirmativas mais prevalentes do instrumento *Roland Morris Disability Questionnaire*, aplicado em gestantes cadastradas no Centro de Saúde São Francisco. São Luís – MA, 2023. (n=37)



Fonte: Próprio autor. Dados da pesquisa (2023)

De acordo com os dados apresentados nesta pesquisa, através da aplicação do RMDQ, obteve como resultado 73,00% de afirmativas o item “Ando mais devagar que o habitual por causa da minha costa”, com alta prevalência, referente a ocorrência de DL afetando a capacidade de andar. Existindo uma semelhança com o estudo de Gomes *et al.* (2013), que investigou um grupo de gestantes integradas em um Posto de Saúde da Vila Eduardo, em Petrolina, onde as ações mais predominantes que provocavam ou intensificavam a lombalgia foram deambular ou sentar, que representaram 57,14% dos casos em sua pesquisa. Tendo em vista, que a coleta do presente estudo obteve maior prevalência em gestantes que se apresentavam no terceiro trimestre, conforme gráfico 1. Percebe-se que, a piora da lombalgia possui relação com a evolução da gestação, ocasionado pelo crescimento do peso fetal associado a elevação do peso corporal materno, onde ambos causam crescimento na lordose lombar e sobrecarga em estruturas ósteo-músculo-ligamentares, em virtude das alterações fisiológicas da região lombar.

Corroborando com Krindges, Jesus e Ribeiro (2018), que realizaram um estudo investigando a prevalência de lombalgia em gestantes no segundo e terceiro trimestre, que faziam acompanhamento assistencial pré-natal em uma Unidade Básica de Saúde do Município de Juína, observou-se que 58,30% das gestantes relataram o repouso como uma alternativa de aliviar os sintomas da lombalgia. Tais dados são equivalentes aos descritos no gráfico 2, na afirmativa “Por causa das minhas costas, me deito para descansar mais frequentemente”, item do instrumento RMDQ, no qual obteve um resultado de 78,40%. Nesse sentido, nos dados apresentados, constata-se que, essa alternativa de melhora do quadro algíco corresponde a associação da musculatura na dor lombar, em razão que no repouso ocorre a mínima demanda da utilização da musculatura postural, reduzindo assim o excesso de carga na estrutura articular. Em um estudo realizado por Silva e Carvalho (2012), em Unidades Básicas de Saúde do Município de Itabuna, evidenciou-se que 62,90% das gestantes estudadas relataram que ao realizarem algumas tarefas domésticas ocorria a intensificação da lombalgia, em alguns casos gerando limitação funcional, similarmente com esse estudo, esta pesquisa obteve resultado de 62,20%, na afirmativa “Eu evito trabalhos pesados em casa por causa da minha costa”, conforme gráfico 2. Deste modo, torna-se evidente que, durante a realização de tarefas domésticas ou até mesmo de atividades profissionais, ocorre alterações posturais adquiridas por maus hábitos, que geram quadros de fadiga muscular e tensões, tendo como resultado final a lombalgia.

4 CONCLUSÃO

Os resultados obtidos neste estudo, evidenciou-se que devido à dor lombar, observou-se uma perda da funcionalidade em 37,84% da amostra, classificando-as como incapazes, tendo maior ocorrência em gestantes do 3º trimestre. Apresentando aspectos limitantes no desempenho da capacidade funcional, principalmente na realização das AVD, como subir escada e andar mais devagar que o habitual. Todas as disfunções ocasionadas pela dor lombar mencionadas, foram identificadas através dos itens do *Roland Morris Disability Questionnaire*. Sugere-se que novas pesquisas sejam produzidas acerca do tema apresentado, com delineamentos que possam identificar possíveis fatores que interfiram diretamente na funcionalidade da amostra estudada. A fisioterapia pode contribuir ativamente para a melhoria da qualidade de vida, possibilitando uma boa condição funcional para a realização das atividades de vida diária. Portanto, as implicações do presente estudo apontam para a participação do fisioterapeuta na equipe multiprofissional da rede de atenção básica para acompanhamento das gestantes.

REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html. Acesso em: 29 mai. 2023.

CARVALHO, M. E. C. C.; LIMA, L. C.; TERCEIRO, C. A. L. PINTO, D. R. L.; SILVA, M. N.; COZER, G. A.; COUCEIRO, T. C. M. Lombalgia na gestação. **Revista Brasileira de Anestesiologia**, Rio de Janeiro, v. 67, n. 3, p. 266-270, junho. 2017. Elsevier BV. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rba/a/BFHtt6tKVr8crcVxShwCxDz/?lang=pt>. Acesso em: 01 mar. 2023.

CORTEZ, P. J. O.; FRANCO, T. A. S.; SENE, T. M.; CARVALHO, T. D.; TOMAZINI, J. E. Correlação entre a dor lombar e as alterações posturais em gestantes. **Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde**, Itajubá, v. 37, n. 1, p. 30-35, abril. 2012. Disponível em: <https://www.portalnepas.org.br/abcs/article/view/46>. Acesso em: 01 mar. 2023.

CRUDE, B. L.; PUGLIA, M. M.; MEDIOTTI, K. F.; TONET, M. de S.; MONTEIRO, Ébe dos S.; GIMENEZ, M. M. Qualidade de vida em gestantes com alterações do sono. **Revista Neurociências**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 216–221, abril. 2013. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/8182>. Acesso em: 26 abr. 2023.

GOMES, M. R. A.; ARAÚJO, R. C.; LIMA, A. S.; PITANGUI, A. C. R. Lombalgia gestacional: prevalência e características clínicas em um grupo de gestantes. **Revista Dor**, Petrolina, v. 14, n. 2, p. 114-117, junho. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rdor/a/hfs5vPgrbyGvf4mFmx9gCbr/?lang=pt>. Acesso em: 01 mar. 2023.

KRINDGES, K.; JESUS, D.K.G.; RIBEIRO, A. F. M. Lombalgia gestacional: prevalência e incapacidade em gestantes atendidas na rede pública de saúde no município de Juína. **Fisioterapia Brasil**, Juína, v. 19, n. 6, p. 804-811, fevereiro. 2018. **Convergences Editorial**. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/hansen/resource/pt/biblio-1146339?src=similardocs>. Acesso em: 23 abr. 2023.

LIMA, A. C. N.; OLIVEIRA, F. B.; AVOLIO, G. P.; SILVA, G. D.; SILVA, P. S.; VALE, R. G. S. Prevalência de lombalgia e interferência na qualidade de vida de gestantes. **Revista Dor**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 02, p. 119-123, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rdor/a/sRh67Nb7rDdW8GMwmSCMWHk/?lang=pt#>. Acesso em: 24 nov. 2022.

SILVA, K. B.; CARVALHO, C. A. Prevalência da lombalgia e sua associação com atividades domésticas em gestantes do município de Itabuna, Bahia. **Revista Baiana de Saúde Pública**, Bahia, v. 35, n. 2, p. 387-396, setembro. 2012. Disponível em: <https://rbsp.sesab.ba.gov.br/index.php/rbsp/article/view/313>. Acesso em: 01 mar. 2023.