

**PROJETO UBS+ATIVA: PREVALÊNCIA DE DORES OSTEOMUSCULARES E  
LOCAIS MAIS ACOMETIDOS EM PACIENTES ATENDIDOS PELO  
PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**PRISCILA PEREIRA DE CASTRO<sup>1</sup>**; **VITOR HÄFELE<sup>2</sup>**; **FERNANDO CARLOS  
VINHOLÉS SIQUEIRA<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Esef/Ufpel – [pry\\_castro@hotmail.com](mailto:pry_castro@hotmail.com)

<sup>2</sup>Esef/Ufpel – [vitorhafele@hotmail.com](mailto:vitorhafele@hotmail.com)

<sup>3</sup>Esef/Ufpel – [fcvsiqueira@uol.com.br](mailto:fcvsiqueira@uol.com.br)

## **1. INTRODUÇÃO**

Segundo HARSTALL e OSPINA (2003) a dor crônica afeta aproximadamente 30% da população mundial, e no Brasil, entre 30% a 40% da população. Torna-se então foco da atenção básica do usuário, pois prejudica sua qualidade de vida e de seus familiares, incapacitando-o em grande parte das suas atividades cotidianas, principalmente relacionadas ao trabalho, resultando num índice muito grande de absenteísmo e baixa produtividade, indenizações e aposentadorias precoces e licenças médicas. Ainda, a dor pode acarretar alterações psicológicas, como prejuízo da concentração, ansiedade, depressão e alterações do sono (WALSH et al., 2004).

As Unidades Básicas de Saúde (UBS) são caracterizadas como a porta de entrada para o Sistema Único de Saúde, sendo responsáveis por oportunizar para a população o acesso às ações primárias de saúde, com o objetivo de realizar a promoção da saúde, a prevenção de doenças, o diagnóstico, o tratamento e a reabilitação dos pacientes (BRASIL, 2012).

Neste contexto, a inserção do profissional de Educação Física na Atenção Básica é de suma importância levando em consideração a prescrição de exercícios físicos que podem ajudar a prevenir ou controlar as dores osteomusculares. Portanto, objetivou-se com o presente estudo, descrever a prevalência de dores osteomusculares e os locais do corpo mais acometidos em usuários da UBS Areal Leste atendidos pelo profissional de Educação Física.

## **2. METODOLOGIA**

O Projeto UBS+Ativa é um estudo de intervenção que ocorre a partir de programa de atividade física em área de abrangência da UBS Areal Leste/Pelotas. A intervenção é baseada em três frentes de ação: atividade de divulgação da função do educador físico na sala de espera e aconselhamento a prática de atividade física; aulas coletivas para a população da área de abrangência da UBS; e o atendimento ambulatorial, o qual é voltado para pacientes que necessitam de acompanhamento individualizado. Para o presente estudo foram utilizados os dados referentes ao atendimento ambulatorial. Durante o atendimento, os pacientes são avaliados através de uma anamnese, e posteriormente é conduzida a prescrição de exercícios. Os pacientes são informados sobre qual tipo de atividade realizar, local e a existência de programas nos quais possam se engajar. Os pacientes também recebem uma folha com a prescrição que foi realizada pelo profissional. As dores osteomusculares foram verificadas durante a anamnese, através da seguinte questão: O(a) Sr(a) sente dor em alguma parte do corpo? Sim ou não. Em caso de resposta afirmativa, o

paciente era questionado sobre qual o local da dor. A amostra foi composta por 217 usuários atendidos pelo profissional de Educação Física no período de agosto de 2013 até maio de 2016. O banco de dados foi construído no programa EpiData 3.1 e a análise estatística foi realizada no Stata 13.1.

O Projeto UBS+Ativa foi aprovado no COCEPE da Universidade Federal de Pelotas sob o número 40602175 em 07 de março de 2013.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 217 indivíduos atendidos pelo profissional de Educação Física, 181 (83,4%) eram do sexo feminino, com média de idade destes sujeitos de 51,6 anos (DP = 16,6 anos). Tais achados corroboram com outros estudos realizados com pacientes atendidos em Unidade Básica de Saúde com dores crônicas (DELLAROZA et al., 2008; MONTINI e NEMAN, 2012; RUVIARO e FILLIPIN, 2012) porém nenhum estudo relacionado ao atendimento do profissional de Educação Física foi encontrado.

A prevalência de dor osteomuscular encontrada foi de 85,8% (n=182). Esse achado foi superior ao descrito por HARSTALL e OSPINA (2003) onde foi apontado que cerca de 30% da população mundial apresenta dor osteomuscular. Nossa hipótese para esse resultado refere-se ao fato de que os indivíduos que procuram o atendimento ambulatorial com o profissional de Educação Física apresentam algum problema em relação a sua saúde.

Quando analisados os locais mais acometidos por dores encontraram-se os seguintes resultados: coluna 45,6% (n=99), perna 23,0% (n=50), joelho 19,3% (n=42), ombro 9,7% (n=21) e pé 8,3% (n=18). Esses resultados são diferentes dos achados por MONTINI e NEMAN (2012), que observaram quanto à localização da dor, maior prevalência em membros do que nas regiões lombar e cervical. O estudo de DELLAROZA et al. (2008) apresentou a prevalência de dor crônica em usuários de Unidades Básicas de Saúde, sendo os locais mais acometidos os membros inferiores (31,4%), região dorsal (30,2%), ombros e membros superiores (11,0%), região cefálica e região abdominal (7,5% cada), região torácica (4,6%) e região cervical de 3,4%.

A prevalência da dor de acordo com RUVIARO e FILLIPIN (2012) ocorre principalmente pelos novos hábitos de vida, maior longevidade da população e alterações do meio ambiente, trazendo como consequência não somente o estresse físico, como também o mental e grandes gastos para saúde pública.

### 4. CONCLUSÕES

Considerando os achados do presente estudo, conclui-se que os usuários do atendimento ambulatorial promovido pelo Projeto UBS+Ativa apresentam alta prevalência de dores osteomusculares, principalmente localizada na coluna vertebral.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Atenção Básica. Ministério da Saúde Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica, Brasília. 2012. 110 p.

DELLAROZA, M.S.G.; FURUYA, R.K.; CABRERA, M.A.S.; MATSUO, T.I.E.M.I.; TRELHA, C.E.L.I.T.A.; YAMADA, K.N. Caracterização da dor crônica e métodos analgésicos utilizados por idosos da comunidade. **Rev assoc med bras**, v. 54, n.1, p. 36-41, 2008.

HARSTALL, C.; OSPINA, M. How prevalent is chronic pain? **Pain clinical updates**, v. 11, n. 2, p. 1-4, 2003.

MONTINI, F.T.; NEMAN, F.A. Prevalência e avaliação da dor crônica nos cadastrados da Unidade Básica de Saúde Jardim Palmira, Guarulhos/SP. **Science in Health**, v.3, n.2, p.74-86, 2012.

RUVIARO, L.F.; FILIPPIN, L.I. Prevalência de dor crônica em uma Unidade Básica de Saúde de cidade de médio porte. **Rev. Dor**, v. 13, n.2, p. 128-131, 2012.

WALSH, I.A.P.D.; CORRAL, S.; FRANCO, R.N.; CANETTI, E.E.F.; ALEM, M.E.R.; COURY, H.J.C. Capacidade para o trabalho em indivíduos com lesões músculo-esqueléticas crônicas. **Revista de Saúde Pública**, v. 38, n.2, p. 149-156, 2004.