

EFICÁCIA DO PROGRAMA ESCOLA DE POSTURAS NO CONTROLE DAS ALGIAS DA COLUNA VERTEBRAL

Richard Diogo Rocha de Oliveira⁽¹⁾; Érika Chaves Mathias dos Santos⁽²⁾; Vânia Cristina Lucena Lima⁽³⁾, Maria Cláudia Gatto Córdia⁽⁴⁾; Myrna Deirdre Bezerra Duarte⁽⁴⁾
Centro de Ciências da Saúde/Departamento de Fisioterapia/EXTENSÃO

As afecções do sistema músculo esquelético, particularmente as algias da coluna vertebral, são comuns na prática clínica da Fisioterapia e um grande problema de saúde pública, em razão da sua elevada incidência e prevalência, bem como das suas repercussões econômicas e sociais, interferindo na qualidade de vida das pessoas e causando grandes prejuízos ao sistema de saúde. A Escola de Posturas (EP) da Universidade Federal da Paraíba é um programa de extensão do Departamento de Fisioterapia que tem como principal finalidade a prevenção e o tratamento das algias da coluna, seja em crianças, adolescentes, adultos ou idosos. Tendo em vista a alta incidência das afecções da coluna vertebral e elevada procura da comunidade pelo programa Escola de Posturas (EP) decorrente deste tipo de acometimento, a presente pesquisa se propôs a avaliar a eficácia deste programa no controle destas afecções. A EP da UFPB possui uma programação de 16 sessões, com 90 minutos de duração cada, realizado duas vezes por semana. Para coleta dos dados foi utilizada a técnica de entrevista semi-estruturada, constando de três partes: identificação, quadro clínico e um questionário de dor com descritores verbais, aplicados no início e ao término do programa. Participaram da pesquisa 11 indivíduos, sendo 9 mulheres e 3 homens, com idade variando entre 58 e 16 anos e média de 40,33 anos. Adotou-se como critério de exclusão os participantes que tinham: frequência inferior a 75% das sessões da EP; que não desejavam participar de um programa que envolvesse exercícios físicos; ou incapacidade de completar o questionário devido a falta de instrução. Observamos uma evolução positiva dos clientes, uma vez que o número de participantes sem dor aumentou de 41,67% no início do programa para 66,67% ao final. A população que possuíam nível de dor severa baixou de 25% para 8,33%, e o que reportou dor muito severa, 8,33%, migrou para um nível mais brando como severo ou moderado, não restando nenhum cliente nestas condições ao fim do programa. O presente trabalho constatou uma melhora sensível na sintomatologia dolorosa dos clientes ao término das atividades, refletindo seu papel significativo junto à comunidade, bem como a eficácia do método no tratamento das algias da coluna vertebral. Contudo faz-se necessário a continuação deste programa e aplicabilidade em um grupo maior de pacientes, para que resultados mais significativos sejam alcançados.

PALAVRAS CHAVES: Escola de Posturas, coluna vertebral, algias.

⁽¹⁾ Aluno(a) Bolsista; ⁽²⁾ Aluno(a) Voluntário(a); ⁽³⁾ Prof(a) Orientador(a)/Coordenador(a); ⁽⁴⁾ Prof(a) Colaborador(a);
⁽⁵⁾ Servidor Técnico/Colaborador

