

Trabalho apresentado no 22º CBCENF

Título: ESTUDO COMPARATIVO DE DOIS MODELOS DE ESCOLA DE COLUNA: EFEITOS NA DOR, FUNCIONALIDADE E QUALIDADE DE VIDA

Relatoria: ANA CAROLINA SANTOS RIBAS CERUTI

Autores:

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Tecnologias, Pesquisa, Cuidado e Cidadania

Tipo: Dissertação

Resumo:

Introdução: As patologias da coluna têm um forte impacto na sociedade, pois constituem um importante problema de saúde pública e exibem proporções epidêmicas. Os fatores de risco relacionados a estas patologias são diversos e afetam a capacidade funcional e a qualidade de vida dos indivíduos. Em vários países o custo com o tratamento está aumentando, assim como o número de pessoas jovens afetadas. A Escola de Coluna é uma forma de tratamento que busca educar quanto ao funcionamento do organismo e exercícios, visando à conscientização do indivíduo quanto à sua patologia e a mudança dos hábitos de vida. **Objetivo:** Comparar dois modelos de Escola da Coluna e seus efeitos na dor, funcionalidade e qualidade de vida de indivíduos com dor lombar. **Metodologia:** Inicialmente foi realizado um levantamento situacional das Escolas existentes nas Unidades de Saúde do município de Curitiba e proposto um material didático teórico para uso dessas Escolas e realização do estudo. Na sequência foram comparados dois grupos, o controle (sem o material didático) e o experimental (com o material didático). A Escala Visual Analógica da Dor (EVA), o instrumento para avaliação da funcionalidade (Roland Morris) e o questionário de qualidade de vida (SF36) foram aplicados para os dois grupos no primeiro dia da intervenção (avaliação pré) e após dez encontros reaplicados no último dia da Escola (avaliação pós). **Resultados:** Não houve significância estatística para a EVA, RM e para os 8 domínios do SF36 na comparação dos dois grupos ($p > 0,05$), porém observamos melhora significativa ao avaliarmos os três instrumentos dentro de cada grupo. A melhora da dor foi significativa no grupo controle ($p = 0,001$), o valor de p teve significância estatística para a funcionalidade nos dois grupos ($p < 0,05$) a apenas não encontramos melhora significativa nos domínios Aspectos Sociais e Saúde Mental do SF36. **Conclusões:** A Escola de Coluna, independente do uso do material didático proposto, é uma forma de tratamento que diminui a dor e melhora a capacidade funcional e a qualidade de vida dos indivíduos com dor lombar.