

COMPARAÇÃO DA FLEXIBILIDADE E DA FORÇA ENTRE ADULTOS COM E SEM DOR LOMBAR



Victoria Alcântara Lunelli; Cláudia Tarragô Candotti
vikyalcantara@hotmail.com

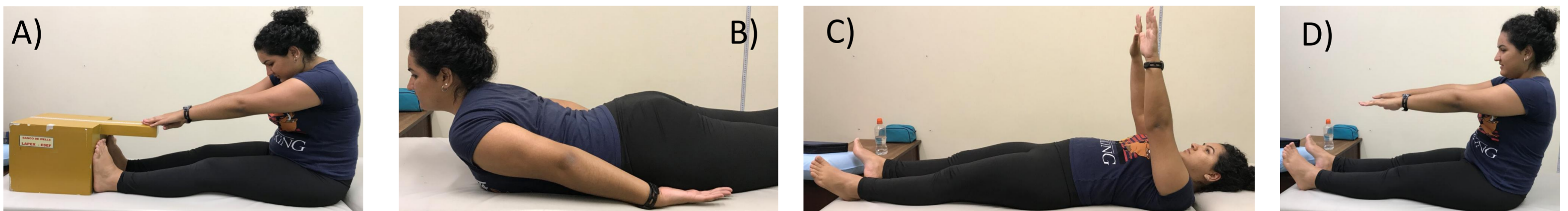


INTRODUÇÃO: Dores na lombar → 80% da população adulta → sem causa específica → multifatorial. Discute-se a influência da força e da flexibilidade sobre a dor lombar.

OBJETIVO: Investigar o comportamento da flexibilidade e da força em indivíduos adultos com e sem dor lombar.

AMOSTRA: 176 indivíduos (18-70 anos), que participaram da avaliação do projeto de extensão “Avaliação postural para a comunidade” entre 2015-2017.

PROCEDIMENTOS: Anamnese, testes especiais de mobilidade, de força e questionário BackPEI-A.



Testes especiais de flexibilidade e força: (A) Banco de Wells; (B) Força de extensores do tronco; (C) e (D) Potência e Resistência de flexores do tronco

ANÁLISE ESTATÍSTICA: Teste de Shapiro Wilk; estatística descritiva; Teste exato de Fischer; cálculo das Razões de Prevalência (regressão de Poisson), $\alpha < 0,05$.

RESULTADOS: Sem diferença significativa entre os grupos para: Banco de Wells ($p = 0,52$), Teste de Thomas ($p = 0,45$), Potência e Resistência de flexores do tronco ($p = 0,46$) e Força de extensores do tronco ($p = 0,21$).

CONCLUSÃO: Não houve diferenças significativas entre os grupos para os testes realizados, sugerindo que os encurtamentos e fraquezas musculares não estejam relacionados com a dor lombar nestes indivíduos.