



Evento	Salão UFRGS 2013: SIC - XXV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
Ano	2013
Local	Porto Alegre - RS
Título	Grupo da Coluna: programa eficiente na melhora da execução de atividades de vida diária e funcionalidade e diminuição da dor de usuários da UBS-HCPA
Autor	PATRÍCIA THUROW BARTZ
Orientador	ADRIANE VIEIRA

A Escola Postural é um programa de educação em saúde que busca reduzir os danos e melhorar a funcionalidade e qualidade de vida de indivíduos que apresentam dores musculoesqueléticas crônicas, através da execução adequada das atividades de vida diária (AVDs). A atenção básica é considerada a “porta de entrada” do Sistema Único de Saúde para os usuários e responsável por resolver problemas mais prevalentes e de maior relevância para a população. Um deles é a dor musculoesquelética crônica, que atualmente é considerada um problema de saúde pública por sua elevada prevalência e impacto negativo na qualidade de vida e na funcionalidade. A Escola Postural é, portanto, compatível com os princípios do SUS. Entretanto, encontram-se poucas publicações que abordem a Escola Postural no SUS ou que dialoguem com o referencial da Saúde Coletiva. Além disso, poucas pesquisas verificam a influência da Escola Postural na execução adequada das AVDs, apesar deste ser um dos principais objetivos deste programa. O Grupo da Coluna é uma ação de educação em saúde embasado na metodologia das Escolas Posturais desenvolvido na Unidade Básica de Saúde do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (UBS-HCPA) e direcionado a usuários com dores musculoesqueléticas crônicas. O Grupo da Coluna é composto por cinco encontros teórico-práticos, realizados uma vez por semana, com duas horas de duração, tendo a participação de cinco a sete usuários. O objetivo deste estudo foi verificar os efeitos do Grupo da Coluna sobre a execução de atividades de vida diária (AVDs), dor e funcionalidade de usuários com dores musculoesqueléticas crônicas da UBS-HCPA. Para definir o tamanho da amostra foi realizado um cálculo amostral, em que foi determinado um número mínimo de 41 indivíduos. Prevendo-se perdas e recusas, optou-se por realizar oito Grupos da Coluna. O estudo incluiu 44 usuários, sendo 33 mulheres e 11 homens, com idades variando de 35 a 75 anos. Os instrumentos utilizados foram: 1) o Circuito de Avaliação da Postura Dinâmica e o de observação das AVDs através de vídeo, para avaliação das AVDs; 2) uma anamnese, contendo a Escala Visual Analógica, para avaliação da intensidade da dor; e 3) o questionário *Oswestry Disability Index*, para avaliação da funcionalidade. Para a avaliação da execução das AVDs foi realizado testes de reprodutibilidade intra e interavaliador. Utilizou-se estatística descritiva e inferencial, com os testes t-pareado, *Wilcoxon* para comparação entre pré e pós teste, e o Coeficiente de Correlação Intra-Classe e Intervalo de Confiança de 95% para a reprodutibilidade. Os resultados de reprodutibilidade inter e intra-avaliador foram classificados como moderados e excelentes. Na análise da execução das AVDs, os resultados apontam para melhora na execução de três das quatro AVDs avaliadas, sendo elas pegar objetos no solo ($p=0,001$), sentado para escrever ($p=0,001$) e sentado em um banco ($p=0,05$), bem como da pontuação total ($p=0,001$) que corresponde a soma da pontuação de todas AVDs. Houve diminuição da intensidade da dor em todas as regiões avaliadas, sendo elas coluna cervical ($p=0,006$), dorsal ($p=0,005$) e lombar ($p=0,001$), membros superiores ($p=0,011$) e inferiores ($p=0,001$), e melhora também da funcionalidade ($p=0,001$). Conclui-se que o Grupo da Coluna é uma estratégia de educação em saúde eficaz para os usuários na melhora da execução de AVDs e funcionalidade e diminuição da intensidade da dor. Ações de educação em saúde de baixo custo, realizadas em grupo, com utilização de instrumentos de avaliação facilmente aplicáveis, são importantes meios de diminuir os gastos públicos em saúde e melhorar a saúde e o bem-estar da população com dores musculoesqueléticas crônicas.