

**ANÁLISE DA INCAPACIDADE FUNCIONAL, DOR NAS COSTAS E
FLEXIBILIDADE EM PACIENTES IDOSOS SUBMETIDOS À ESCOLA
POSTURAL.**

Ximenes, VO; Amaral, CP; Araújo, MGR; Cunha, EF; Ferreira, EKF.

Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.

Departamento de Fisioterapia, Laboratório de Cinesioterapia e Recursos
Terapêuticos Manuais, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.
Grupo de Pesquisa, Avaliação e Intervenção no Sistema Neuromusculoesquelético,
Universidade Federal de Pernambuco, Recife, PE, Brasil.

Email: vanessa-pitanga@hotmail.com

INTRODUÇÃO

O envelhecimento promove alterações importantes no indivíduo, repercutindo no seu organismo, na sua qualidade de vida, que muitas vezes está associada às dores da coluna vertebral, e relacionadas às posturas e movimentos corporais inadequados. A flexibilidade poderá ser prejudicada culminando em incapacidades funcionais, diante disto, criou-se a Escola Postural (EP) como opção de tratamento para estes pacientes.

OBJETIVO

Analisar a dor e a incapacidade funcional dos pacientes, através do Questionário Roland-Morris de Incapacidade (QRMI), e da flexibilidade, através do Banco de Wells (BW) em pacientes idosos submetidos à EP.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo quase experimental, não controlado, desenvolvido no

Laboratório de Cinesioterapia e Recursos Terapêuticos Manuais do Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal de Pernambuco (UFPE), aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos do Centro de Ciências da Saúde/ UFPE, protocolo 315/09, de acordo com a Resolução nº 196/96. A amostra foi composta por 11 idosos, com idades entre 59 e 72 anos, que após assinarem o TCLE foram submetidos à avaliação inicial (T_0) composta pelo BW e o QRMI. No BW avaliou-se flexibilidade da região posterior do tronco, dos membros inferiores, em sedestação com os joelhos estendidos. O QRMI tem 24 itens com pontuações de zero ou 1 (sim ou não) e o total varia de zero (sugerindo nenhuma incapacidade por dor na coluna) a 24 (incapacidade grave). A EP foi desenvolvida em 10 sessões (exercícios de alongamentos, relaxamento, massoterapia e aulas teóricas sobre postura e autocuidado), 2 vezes na semana, por 5 semanas. Ao final da EP os voluntários foram submetidos à reavaliação (T_1). A análise estatística foi realizada pelo SPSS 18.0, pelo teste t-pareado com nível de significância $p < 0,05$.

RESULTADOS

A média de idade apresentada foi de $67 \pm 4,81$ anos. A amostra foi composta de 3 homens (27,27%) e 8 mulheres (72,72%). No QRMI, houve melhora, mas não significativa (T_0 : $5,45 \pm 7,68$; T_1 : $4,36 \pm 7,68$), o mesmo ocorreu no BW (T_0 : $18,32 \pm 8,06$; T_1 : $19,73 \pm 5,56$), sugerindo uma melhora da incapacidade funcional e da dor nas costas. Embora as variáveis estudadas não apresentarem valores estatisticamente significantes, QRMI ($p = 0,074$) e BW ($p = 0,503$), ocorreu um aumento nos valores brutos de flexibilidade e uma diminuição do escore no QRMI ao término da EP.

CONCLUSÃO

Diante dos resultados podemos inferir que o programa da EP pode ter influenciado



no aumento da flexibilidade e na melhora da capacidade funcional dos idosos. Sugere-se, não obstante, estudos com números amostrais maiores, controlados, para uma melhor verificação dos resultados.