



PREVALÊNCIA DE DORES NAS COSTAS E FATORES DE RISCO RELACIONADOS AO ESTILO DE VIDA DE ESCOLARES DO RIO GRANDE DO SUL

Thassiane Alves Jachstet ¹

Lucas Gabriel Henn ²

Bruna Nichele da Rosa ³

Vanessa Rui ⁴

Emmanuelle Francine Detogni Schmit ⁵

Cláudia Tarragô Candotti ⁶

A dor nas costas é uma das doenças crônicas mais referidas no mundo e considerada um problema de saúde pública. Apesar da maior incidência em adultos, ela também se apresenta em crianças e adolescentes, podendo afetar a qualidade de vida e o rendimento escolar. A identificação de forma precoce dos fatores de risco associados ao desenvolvimento da dor nas costas em escolares é uma importante estratégia para a prevenção. Assim, o objetivo desse estudo é identificar quais fatores relacionados ao estilo de vida são preditores para a ocorrência de dor nas costas em escolares do sul do Brasil. Para este estudo epidemiológico de delineamento transversal, participaram do estudo 1129 escolares provenientes de todas as sete regiões do estado do Rio Grande do Sul. Foram incluídos escolares de 11 a 18 anos, aptos a preencherem sem auxílio o questionário autoaplicável Back Pain and Body Posture Evaluation Instrument (BackPEI), dispostos a participar do estudo e que apresentaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos pais/responsáveis. A avaliação consistiu no preenchimento do questionário autoaplicável BackPEI, que avalia a presença, frequência e intensidade da dor nas costas nos últimos três meses e os possíveis fatores de risco associados relacionados ao estilo de vida, como os hábitos comportamentais e posturais. Foi realizada uma análise univariada para identificar os fatores com associação significativa à presença de dor nas costas, os quais foram incluídos no modelo da regressão logística binomial. Foram extraídas as razões de chance para a ocorrência de dor nas costas. O nível de significância adotado para todas as análises foi de 0,05. Foram incluídos na análise 1129 escolares, com idade média de 13,4 anos ($\pm 2,3$), sendo 546 (48,3%) meninos e 584 (50,4%) meninas. Observou-se a presença de dor nas costas nos últimos três meses entre 778 (68,6%) escolares. Foi observada elevada prevalência de dor nas costas em todas as regiões do estado, variando de 62,9% (na região Sudeste) até 82,8% (na região Centro Oriental). A análise univariada demonstrou associação significativa entre a presença de dor nas costas e a mochila utilizada para transporte do material escolar e a postura adotada para dormir. A análise multivariada demonstrou

¹ Graduanda do Curso de Educação Física - Bacharelado da Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, thassijachst@gmail.com;

² Graduando do Curso de Educação Física - Licenciatura da Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, lucashenn1@gmail.com;

³ Doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Ciência do Movimento Humano da Universidade do Rio Grande do Sul - UFRGS, bruna.nichele@gmail.com;

⁴ Graduada pelo Curso de Fisioterapia da Universidade do Rio Grande do Sul - UFRGS, vanessa-rui@hotmail.com;

⁵ Doutora pelo Programa de Pós-Graduação em Ciência do Movimento Humano da Universidade do Rio Grande do Sul - UFRGS, manu_schmit@email.com;

⁶ Professor orientador: Doutora, Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS, claudia.candotti@ufrgs.br.



que, em comparação aos que utilizam a mochila de duas alças, os escolares que utilizam diferentes tipos de mochilas escolares apresentaram 1,37 vezes mais chances de apresentar dor nas costas. Em relação aos escolares que dormem em decúbito lateral ou dorsal, os que dormem em decúbito ventral apresentaram 1,89 mais chances. Esses resultados podem auxiliar no planejamento da Educação Física escolar, pois sendo a educação postural contemplada nos Parâmetros Curriculares de Educação Física e sabendo quais atividades de vida diária (AVDs) podem se constituir em fatores de risco, é possível direcionar o conteúdo curricular para a prevenção de dores nas costas agudas e crônicas.