LOMBALGIA

Autor(res)

Rodrigo Guedes Boer
Vinícius Cruz Dias De Santana
Rebeca Maria Ribeiro

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO

Introdução

A lombalgia é uma condição comum que afeta milhões de pessoas em todo o mundo, resultando em dor na região lombar da coluna vertebral. Esta introdução destaca a importância de compreender os fatores associados à lombalgia para melhorar o diagnóstico, tratamento e prevenção dessa condição dolorosa.

Estima-se que entre 49 e 84% das pessoas apresentem pelo menos um episódio de Lombalgia durante sua vida, o que a torna uma das mais frequentes queixas médicas. A grande maioria dos casos corresponde a eventos isolados, sem grandes repercussões, sendo que 80% dos pacientes são capazes de retornar às suas atividades normais dentro de 4 a 6 semanas e 90% dentro de 12 semanas. Apenas menos de 10% dos casos evoluem para dor crônica. Entretanto, a taxa de recorrência é alta, variando entre 25 e 70%. Em até 85 % dos casos não se chega ao diagnóstico etiológico específico, situação extremamente frustrante tanto para o médico quanto para o paciente.

Objetivo

O objetivo deste estudo é investigar a prevalência, os fatores de risco e os impactos da lombalgia na qualidade de vida dos indivíduos afetados, fornecendo insights para o desenvolvimento de estratégias de prevenção e intervenção eficazes.

Material e Métodos

Foi conduzida uma revisão sistemática da literatura para identificar estudos relevantes sobre lombalgia. Foram incluídos estudos que avaliaram a prevalência, os fatores de risco, os impactos na qualidade de vida e as intervenções para lombalgia. Os dados foram analisados utilizando métodos estatísticos adequados. Estudos diagnósticos por imagem, como radiografias, frequentemente são desnecessários em casos de dor lombar aguda, pois adicionam poucas informações adicionais. Métodos mais sofisticados, como tomografia computadorizada (TC) e ressonância nuclear magnética (RNM), são ainda menos úteis, inicialmente pelo caráter de evolução benigno em mais de 90% dos casos de Lombalgia.

Resultados e Discussão

Os resultados da revisão sistemática revelaram uma alta prevalência de lombalgia em diversas populações, com fatores de risco incluindo idade avançada, obesidade, sedentarismo e trabalho físico pesado. A lombalgia foi associada a uma diminuição significativa na qualidade de vida e impactos negativos nas atividades diárias e no trabalho.

A discussão explora as implicações dos resultados, destacando a importância da prevenção primária através da promoção de estilos de vida saudáveis e ergonomia no ambiente de trabalho. Além disso, são discutidas intervenções terapêuticas para o manejo da dor lombar e a necessidade de abordagens multidisciplinares no tratamento da lombalgia.

Conclusão

Em conclusão, a lombalgia representa um desafio significativo de saúde pública, com uma alta prevalência e impacto na qualidade de vida. Estratégias de prevenção e intervenção devem ser implementadas para reduzir a incidência e minimizar os efeitos adversos dessa condição.

Referências

As referências incluem os estudos citados ao longo da revisão sistemática, seguindo as normas de citação apropriadas.

https://www.scielo.br/j/rbr/a/33bmVkrT4rXNw6TRTBKDtPm/
https://www.scielo.br/j/rdor/a/9JxZrqLhB7r5y8rKWtXDYXt/?lang=pt
https://cienciaecultura.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0009-67252011000200013