POSSIBILIDADES DE ABORDAGENS REFERENTES A DOR LOMBAR CRÔNICA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE : UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Autor(res)

Ariana Giacomini Da Fonseca Moura
Anna Júlia Da Silva Souza
Marcia Regina Leite Lopes
Daiane Aparecida Dos Santos Giachini
Danielly Silveira Dos Santos
Cássia Beatriz Palácio Da Luz
Bianca Silva De Lima

Categoria do Trabalho

1

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - ARAPONGAS

Introdução

A dor lombar crônica (DLC) é definida como a dor localizada na região inferior da coluna vertebral com duração superior a 12 semanas. É uma condição multifatorial e uma das principais causas de incapacidade no mundo, afetando adultos em idade produtiva e sobrecarregando os sistemas de saúde (BRASIL, 2017). Na atenção primária à saúde, a DLC é uma queixa recorrente. No entanto, o manejo ainda é frequentemente centrado no uso de medicamentos, o que nem sempre é eficaz em longo prazo. Nesse contexto, compreender e aplicar abordagens baseadas em evidência na atenção primária é essencial para promover uma melhora funcional e reduzir os custos com tratamentos especializados e hospitalizações. O profissional fisioterapeuta exerce papel fundamental na APS tanto na prevenção da dor lombar, como no tratamento como também evitando possíveis recidivas. É capaz ainda de usar diversas ferramentas para alcançar esse público e praticar essa abordagem.

Objetivo

Este trabalho tem como objetivo principal apontar as principais abordagens fisioterapêuticas perante à dor lombar crônica na Atenção Primária à Saúde que constam descritas na literatura atual. Objetiva-se também demosntrar a e eficácia, ou não, de cada abordagem apresentada.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa. Foram consultadas bases como PubMed, Scielo e Google Acadêmico, além de documentos do Ministério da Saúde. Foram selecionados artigos publicados entre 2017 e 2023, com foco em abordagens clínicas e terapêuticas na atenção primária. Quatro artigos centrais foram utilizados como base teórica principal.

Anais do 1o Encontro Científico da Saúde. Arapongas, Paraná, 2025. Anais [...]. Londrina Editora Científica, 2025.
ISBN 978-65-01-54084-9

Resultados e Discussão

As evidências demonstram que a abordagem ideal para a dor lombar crônica na atenção primária deve ser multifacetada e centrada no paciente (FERREIRA et al, 2021). No entanto, desafios como sobrecarga dos serviços, escassez de profissionais especializados e falta de protocolos dificultam a aplicação dessas diretrizes. A capacitação contínua da equipe de saúde é essencial, bem como o incentivo a práticas Público
integrativas e o fortalecimento de redes de apoio entre níveis de atenção (OLIVEIRA, 2022). Em estudos analisados foram identificados efeitos positivos na redução da dor, na incapacidade, na exacerbação dos sintomas e no uso de medicamento. Também foi possível o melhor autogerenciamento da DL quando realizado o processo de educação em saúde associado a exercícios de fortalecimento e alongamento (MAHER, UNDERWOOD e BUCHBINDER, 2017; OLIVEIRA et al 2018). O manejo da DL na APS deve ser baseado na realização de intervenções de autocuidado e educação em saúde, realizada através de cartilhas ou momentos de encontros coletivos, associado à realização de exercícios progressivos de fortalecimento muscular.

Conclusão

A dor lombar crônica é uma condição prevalente e de impacto significativo na atenção primária. Seu manejo exige a adoção de práticas baseadas em evidência, com foco na reabilitação funcional e promoção do autocuidado. Campanhas de como realizar as atividades de vida diária de forma correta afim de não sobrecarregar articulações e em especial a coluna lombar, seria uma das estratégias de promoção.
Orientações quanto ao uso de calçados adequados, controle do peso corporal, isso inclui também a preservação da massa muscular no processo natural de envelhecimento e etc. Enfim, a atuação em equipe, a educação em saúde e o uso racional de recursos são pilares fundamentais para a melhoria da qualidade de vida dos pacientes.

Referências

MAHER, C.; UNDERWOOD, M.; BUCHBINDER, R. Non-specific low back pain. The Lancet. 2017;389(10070):736-747.
OLIVEIRA, C. B. et al. Clinical practice guidelines for the management of non-specific low back pain in primary care: an updated overview. Eur Spine J. 2018;27(11):2791–2803.
FERREIRA, G.E, et al. Effectiveness of interventions for non-specific low back pain in primary care: a systematic review and network metaanalysis. Br J Sports Med. 2021;55(16):889-900.
BRASIL. Ministério da Saúde. Linha de Cuidado da Pessoa com Dor Crônica na Rede de Atenção à Saúde. Brasília: MS; 2017
OLIVEIRA, M. D., ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA ATRAVÉS DOS GRUPOS DE TRATAMENTOPARA LOMBALGIA – UFMG Monografia para título de Especialização em Fisioterapia em Ortopedia 2022