



DESENVOLVIMENTO DE RECURSO TERAPÊUTICO PARA REDUÇÃO DE DOR LOMBAR

Guilherme Barbosa de Paula
João Ricardo Garcia Pinto
Danieli Isabel Romanovitch Ribas (Orientadora)

Resumo

Introdução: Conhecida como dor nas costas, a lombalgia é um conjunto de manifestações dolorosas que está intimamente relacionada com a instabilidade no segmento da coluna lombar. É a causa mais frequente de limitação física em indivíduos com menos de 45 anos, sendo uma das grandes causadoras de morbidades e incapacidades funcionais. Segundo a OMS a dor lombar é a segunda maior causa de dores do mundo, perdendo apenas para a dor de cabeça. Estudos apontam que 65% a 80% dos adultos poderão sofrer um episódio de lombalgia durante sua vida. A reeducação do paciente quanto aos fatores de risco das afecções vertebrais, a fisioterapia e a terapia medicamentosa são essenciais para o tratamento da dor na coluna. **Justificativa:** Considerando que a dor lombar ocasiona incapacidades funcionais e que a fisioterapia desempenha papel importante no processo de reabilitação, verifica-se a necessidade da realização de estudos que proponham recursos de tratamento que contribuam para a diminuição da dor lombar e promovam a melhora da qualidade de vida dos indivíduos afetados por esta doença. **Objetivos:** Desenvolver uma cinta lombar para redução da dor em indivíduos com lombalgia crônica e avaliar seus efeitos sobre a dor. **Método:** O estudo está dividido em duas etapas: 1) elaboração da cinta lombar e 2) aplicação da cinta lombar. Para a elaboração do produto, inicialmente foi realizado o levantamento dos tipos de cinta disponível no mercado, suas indicações, materiais utilizados para sua confecção e levantamento bibliográfico a respeito da biomecânica da coluna lombar, usando livros e as bases de dados Scielo, Pubmed e Google Acadêmico. Para a realização da segunda etapa, serão selecionados dez participantes, que estejam em tratamento na Clínica Escola de Fisioterapia de uma Instituição de Ensino Superior Privada na cidade de Curitiba/Pr, com dor lombar crônica, idade igual ou superior a 18 anos, ausência de artrose lombar e hérnia de disco com indicação cirúrgica. Após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, os mesmos serão avaliados, por meio, da escala de dor EVA e a escala de Oswestry pré e pós 12 semanas de uso da cinta lombar e reavaliados à cada quatro semanas. A cinta lombar deverá ser utilizada pelos participantes para a realização de suas atividades na postura sentada e em pé. **Resultados:** o estudo encontra-se em finalização da Etapa 1. A cinta lombar foi confeccionada usando elástico de 10cm de largura e velcro para facilitar a regulagem da mesma. Na parte que fica em contato com a região lombar, foi preso um aquatube de 25 cm, cortado pela metade, com o objetivo de gerar estímulos na coluna que proporcione alinhamento postural. **Conclusão:** Pretende-se que a cinta lombar desenvolvida promova o alívio da dor e a melhora da capacidade funcional de indivíduos com lombalgia crônica.

Palavras-chave: dor lombar; fisioterapia; recurso terapêutico, cinta lombar.