

COMPREENSÃO SOBRE ATITUDES DE ENFRENTAMENTO E SINAIS DE ALARME DA LOMBALGIA POR ESTUDANTES DE PRIMEIRO E SÉTIMO SEMESTRES DOS CURSOS DA ÁREA DA SAÚDE

Gabriel Bezerra Pereira
Universidade Estadual do Ceará
gabrielbezerra.medicina@gmail.com

Lierlly Leitão de Oliveira
Universidade Estadual do Ceará
lierllyl@gmail.com

Ruan Diego do Carmo Abreu
Universidade Estadual do Ceará
ruan.abreu@aluno.uece.br

Eduardo Pereira Ilário Gonçalves
Universidade Estadual do Ceará
eduardo.ilario@aluno.uece.br

Midian Constantino Teixeira
Universidade Estadual do Ceará
midian.constantino@aluno.uece.br

Francisco José Maia Pinto
Universidade Estadual do Ceará
francisco.pinto@uece.br

Resumo

A lombalgia é uma queixa frequente na população mundial. Os estudantes da área da saúde são suscetíveis em decorrência de rotina com elevada carga horária de estudos. **Objetivo:** analisar a compreensão dos estudantes da área da saúde sobre as atitudes de enfrentamento e os sinais de alarme da lombalgia. **Materiais e métodos:** Estudo transversal, descritivo e analítico, realizado em uma universidade pública do nordeste brasileiro, entre outubro de 2022 a junho de 2023, foi elaborado questionário on-line, por meio da ferramenta *Google Forms*, no formato de pré-teste e pós-teste, contendo seis seções de perguntas, interpostas por uma capacitação acerca do tema. As variáveis investigadas foram referentes a dados sociodemográficos, prevalência de lombalgia, atitudes de enfrentamento e sinais de alarmes. **Resultados:** 260 acadêmicos participaram da pesquisa, dos quais, a maioria era do primeiro semestre, idade igual ou superior a 21 anos, sexo feminino, cor parda e renda igual ou superior a 1,5 salários-mínimos, não teve conhecimento sobre as atitudes de enfrentamento e os sinais de alarme da lombalgia no pré-teste e passou a tê-lo no pós-teste. O teste inferencial de MacNemar evidenciou que a abordagem sobre o tema influenciou a conduta adequada exigida no pós-teste ($p < 0,001$). **Conclusão:** a compreensão de atitudes de enfrentamento e sinais de alarme da lombalgia contribuiu para a educação dos estudantes e otimizou condutas de avaliação de pacientes com dor lombar.

Palavras-chave: Lombalgia. Estudantes. Saúde Ocupacional. Educação em Saúde. Saúde Coletiva.

Abstract

Low back pain is a common complaint among the world's population. Students in the health sector are susceptible to it due to their routines with a heavy study load. **Objective:** To analyze health students' understanding of coping attitudes and the warning signs of low back pain. **Materials and methods:** This was a cross-sectional, descriptive and analytical study carried out at a public university in northeastern Brazil, between October 2022 and June 2023. An online questionnaire was prepared using the Google Forms tool, in a pre-test and post-test format, containing six sections of questions, interposed by training on the subject. The variables investigated were sociodemographic data,

prevalence of low back pain, coping attitudes and warning signs. Results: 260 academics took part in the study, the majority of whom were in their first semester, aged 21 or over, female, brown, with an income of 1.5 minimum wages or more, and who had no knowledge of coping attitudes and the warning signs of low back pain in the pre-test and became aware of them in the post-test. MacNemar's inferential test showed that the approach to the subject influenced the appropriate behavior required in the post-test ($p < 0.001$). Conclusion: Understanding coping attitudes and warning signs of low back pain contributed to the education of students and optimized assessment procedures for patients with low back pain.

Key words: Low back pain. Students. Occupational Health. Health Education. Collective Health.

1. INTRODUÇÃO

A lombalgia é um termo comumente empregado para relatar dor entre a borda inferior das costelas e acima da linha inferior dos glúteos, com sintomas de dor ou desconforto que pode ou não irradiar para os membros inferiores (MASIERO et al, 2021). A dor na região lombar está estreitamente ligada a elementos psicossociais e pode flutuar com base nos padrões de vida, como carga intensa de estudos e falta de exercícios físicos (INMAN, 2022). É classificada em três tipos: aguda até duas semanas; subaguda entre seis semanas e três meses; e crônica compreendida em período superior a três meses (ARAUJO; BASTOS e BONVINO, 2022).

As ações de enfrentamento da lombalgia pelos estudantes da área da saúde contribuem para que haja o manejo adequado da condição e a consequente redução do quadro de dor (TAHA YA et al, 2023). A integração dessa temática no ambiente acadêmico promove mudanças positivas acerca das habilidades de enfrentamento da dor por estudantes da área da saúde, desde que haja o treinamento adequado acerca do tema (CHRISTIE et al, 2021). Isso contribui para que haja mudanças significativas nas crenças errôneas acerca da identificação, do

manejo e da prevenção da lombalgia pelos estudantes, levando-os a repassar informações adequadas acerca dos mitos dessa condição (CARVAJAL-PARODI et al, 2023).

Os sinais de alarme, ou “Red Flags”, são indicadores de patologias graves e, no caso das queixas lombares, são promissores para a suspeita dos acometimentos críticos da coluna vertebral, que, em associação com o histórico e o exame físico do paciente, demandam abordagens mais incisivas (LAURA et al, 2020).

A lombalgia está entre os 10 principais motivos de procura médica de emergência, condição cada vez mais recorrente na vivência da população global, em especial no grupo de estudantes. Cerca de 70 a 80% das pessoas terão algum tipo de dor lombar na vida (SANY et al, 2022). No cenário nacional, essa enfermidade possui 42% de taxa de prevalência entre os pacientes com dor crônica, enquanto em um grupo com 757 estudantes, 18,9% foi a encontrada (AGUIAR, 2021; DE VITTA et al, 2021). No Ceará, um estudo mostrou que 16 (53,3%) entre um grupo de 30 cirurgiões-dentistas da região do Cariri foram afetados por tal condição (OLIVEIRA et al, 2018). Em Paranaguá, Paraná, em um estudo relacionado ao uso de serviços de reabilitação

públicos, 91 (6,2%) eram acompanhados por lombalgia (MELO et al, 2017).

A dor lombar crônica, responsável por impactar negativamente as atividades laborais, principalmente, de caráter repetitivo, favorece a persistência da sensação dolorosa e consequente diminuição da produtividade, o que traz custos socioeconômicos e amplia o absenteísmo no ambiente acadêmico (MALTA et al, 2022). Ao longo dos anos, os gastos relacionados à dor lombar para o sistema público de saúde crescem de forma acelerada, com valores próximos a 30 milhões de reais, entre 2013 e 2018, provavelmente incrementados pelo elevado número de procedimentos cirúrgicos, com custo médio de 3290 reais, que indica maior gravidade da abordagem à lombalgia (MENDONÇA et al, 2021). As repercussões socioeconômicas coletivas se associam aos custos pessoais voltados a reabilitação e compra de analgésicos, o que agrava a situação das pessoas acometidas (BENTO et al, 2020).

A justificativa do presente estudo se deve ao fato da temática ser pouco abordada no ambiente acadêmico e da necessidade de um treinamento adequado sobre atitudes de enfrentamento e sinais de alarme da lombalgia (SOTO, 2019). O conhecimento acerca dessa condição pode suscitar mudanças positivas na percepção dos acadêmicos acerca da lombalgia, o que resulta no manejo adequado da dor lombar (INMAN et al, 2022) e na redução dos impactos desse quadro álgico na rotina acadêmica (BOSZCZOWSKI et al, 2021). A lombalgia é um potencial agravante no desempenho acadêmico dos estudantes e, por isso, as intervenções educativas devem ser fortalecidas, ao passo que a Liga do Trauma e Medicina Intensiva da Universidade

Estadual do Ceará (UECE) venha a oportunizar a ampliação do debate acadêmico acerca da dor lombar.

Esta pesquisa teve como objetivo analisar a compreensão sobre atitudes de enfrentamento e sinais de alarme da lombalgia por estudantes de primeiro e sétimo semestres dos cursos da área da saúde.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um estudo transversal, descritivo e analítico, realizado em uma universidade pública do nordeste brasileiro, no período de outubro de 2022 a junho de 2023.

A Universidade Estadual do Ceará foi escolhida como local de estudo por representar a maior instituição pública do estado, o que propiciou um maior potencial quanto ao número de estudantes a participarem do estudo, além de ser o ambiente de estudo dos pesquisadores. A universidade se encontra na posição 800 do ranking mundial de pesquisa em Ciências da Saúde (Times Higher Education, 2022), com a presente pesquisa sendo uma aliada importante para o crescimento desse número.

A população do estudo foi composta por 2061 estudantes efetivamente matriculados nos cursos de graduação que compõem o Centro de Ciências da Saúde: Medicina (359), Enfermagem (391), Nutrição (309), Terapia Ocupacional (139), Ciências Biológicas (504) e Educação Física (359); localizados no campus Itaperi, de Fortaleza, Ceará.

A escolha dessa população deveu-se aos elevados riscos ocupacionais, em virtude de carga horária exaustiva associado ao estresse da rotina de estudos conciliado com estágios e aulas na faculdade, que ocorre principalmente nos

semestres finais do curso (AMELOT et al, 2019; BOSZCZOWSKI et al, 2021; ELOI et al, 2023).

Nesse grupo, ações de educação em saúde são importantes para ampliar a atenção em saúde dos pacientes, através de atendimento humanizado, com a criação de vínculo, condições propiciadas pelo protagonismo adotado por estudantes da área da saúde (TIRRONI; ISOBE e POLIDORO, 2023). Além da pesquisa, a escolha foi baseada na possibilidade de reverberar os conhecimentos compartilhados durante a prática acadêmica e profissional dos estudantes.

A composição da amostra incluiu alunos do primeiro e sétimo semestre selecionados pelo viés de que os discentes de semestre mais avançados possuem menores atividades acadêmicas dentro do campus. Isso propiciou a investigação sobre prevalência e conhecimentos acerca de atitudes de enfrentamento e sinais de alarme da lombalgia, tendo em vista que o avanço do semestre é fator de exposição à dor lombar. Foram excluídos aqueles com histórico de trauma na região lombar, devido a possível ocorrência de viés ao incluir acadêmicos cuja dor tenha origem do trauma e não dos condicionantes pertinentes à pesquisa. No cálculo amostral utilizou-se a prevalência de 42%, erro amostral de 5% e nível de significância de 5%, obtendo-se 328 estudantes.

A perda de coleta, correspondente a 68 estudantes (20,7%), deveu-se a ter sido considerado nesta pesquisa apenas o primeiro e sétimo semestres, pois o objetivo foi comparar o conhecimento do graduando ao entrar na universidade com o do semestre mais avançado, equivalente ao sétimo semestre. Isso se justifica, pois os estudantes dos últimos semestres, a partir do oitavo, fazem estágios obrigatórios em hospitais

da cidade e não comparecem presencialmente à universidade.

2.1 Variáveis de estudo

As variáveis incluídas na pesquisa foram referentes a dados sociodemográficos, prevalência de lombalgia, atitudes de enfrentamento e sinais de alarme. Para efeito de análise estatística, as variáveis foram dispostas também como dados dicotômicos, definidas em exposto (0) e não exposto (1), seguindo a literatura:

Idade (menor que 21 anos: 0; igual ou maior que 21 anos: 1), sexo (masculino:0; feminino:1), raça (pardo ou preto: 0; branco: 1), semestre (7º: 0; 1º: 1), renda (menor que 1,5 salário mínimo: 0; 1,5 ou mais salário mínimo: 1), possuir outra ocupação (Sim: 0; Não: 1), Altura e peso relacionados pelo cálculo de IMC (maior que 25: 0; menor que 25: 1) Sabe o que é lombalgia (Não: 0; Sim: 1).

As variáveis referentes ao conhecimento sobre atitudes de enfrentamento da lombalgia pré e pós-teste foram dicotomizadas em exposto e não exposto, de acordo com as respostas da seção correspondente.

O escore é calculado pela inversão dos valores individuais da escala Likert (1,2,3,4,5) computados das perguntas: 1, 2, 3, 6, 8, 10, 12, 13 e 14 e, em seguida, somam-se as nove afirmações. As demais perguntas não são computadas, o que segue a metodologia proposta para esse questionário. A pontuação total varia de 9 a 45 pontos, de modo que a pontuação mais alta indica maior conhecimento e menores crenças equivocadas sobre lombalgia. A critério de dicotomização, foi escolhido o termo mediano, 27, para representar o corte entre expostos e não expostos. Escore abaixo de 27: 0; e acima de 27: 1.

Na seção correspondente ao conhecimento sobre sinais de alarme, para processo de

dicotomização, os participantes considerados expostos (0: que acertaram menos que 3 sinais de alarme ou marcaram mais que 1 distrator) e não expostos (1: que assinalaram três ou quatro dos sinais de alarme verdadeiros e marcaram no máximo um dos distratores, foram assim considerados proficientes nesse âmbito) foram catalogados.

Considera-se, como desfechos da pesquisa, I) a correta percepção sobre atitudes de enfrentamento da lombalgia dicotomizado em não (0) e sim (1); II) a correta marcação da maioria dos sinais de alarme para dor lombar dicotomizado em não (0) e sim (1).

2.2 Coleta de dados

A aproximação para a coleta de dados foi realizada pelos estudantes responsáveis, mediante identificação e explicação sobre os aspectos gerais da pesquisa, desde o preenchimento do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (TCLE) a intervenções e a potenciais dúvidas que surgiram no processo.

Como instrumento de coleta de dados, aplicou-se um formulário semiestruturado, padronizado, pré-testado e impresso, antes e após cada aula, no campus Itaperi.

O formulário foi configurado em pré-teste e pós-teste. O pré-teste foi composto por quatro seções relativas aos dados: sociodemográficos (com nove questões), prevalência de lombalgia (quatro questões); atitudes de enfrentamento (14 questões) e sinais de alarme (uma questão).

A seção sobre sociodemográficos foi elencada para identificar os estudantes conforme os questionamentos sobre curso, semestre, idade, altura, peso, renda familiar, estado civil, cor de pele e ocupação - se possui ou não, além de estudante. O conhecimento das variáveis e sua relação com a

lombalgia é essencial na elaboração de trabalhos preventivos com o público universitário (JANUZZI, 2018).

Acerca da prevalência sobre lombalgia, utilizou-se o questionário já validado na literatura, Oswestry Disability Questionnaire (ODI), composto por 10 sessões de perguntas, respondidas na escala Likert (LEE et al, 2017). Para o formulário, foram alocadas questões de múltipla seleção, para que o estudante respondesse, em sequência, se: sabe o que é lombalgia; se possui dor nas costas; e em qual situação essa dor ocorria, conforme o questionário ODI: cuidados pessoais, ao levantar cargas, ao caminhar, ao sentar-se, ao ficar em pé, durante o sono, vida social, vida sexual e viagens.

Na seção sobre atitudes de enfrentamento, foi utilizado o questionário Modified Back Beliefs Questionnaire (MBBQ), na íntegra, adaptado e traduzido para a versão em português, para avaliar os mitos sobre as atitudes de enfrentamento à lombalgia (TEIXEIRA et al, 2020).

A seção correspondente ao conhecimento sobre sinais de alarme, elaborada conforme disposto na literatura científica, indica que fratura, infecção, câncer e síndrome da cauda equina são as quatro causas graves cujos sinais e sintomas, chamados de “red flags” ou sinais de alarme, urgem ser identificados na abordagem da dor lombar (FINUCANE et al, 2020; HENSCHKE, N. et al.). Em virtude do termo “cauda equina” ser de conhecimento mais específico, optou-se pela substituição do termo para “hérnia de disco”, que é mais difundido e representa igualmente uma radiculopatia lombar. Foram elencados três distratores: distensão muscular, fadiga e má postura.

Entre o preenchimento do pré-teste e do pós-teste, houve um breve período de capacitação e educação em saúde promovida pelos pesquisadores a respeito de atitudes de enfrentamento e sinais de alarme para dor lombar, embasados na literatura científica.

O pós-teste foi composto por duas sessões, idênticas a de atitudes de enfrentamento e de sinais de alarme, para analisar o impacto da capacitação no aprendizado sobre ambos os desfechos do estudo.

2.3 Análise de dados

Os dados coletados foram armazenados em Google Sheets para facilitar o preenchimento dos pesquisadores e posteriormente exportado para o software Microsoft Office Excel 2019. Para perfazer a análise estatística, os dados foram transmitidos para o programa informático Análise Estatística de Dados para as Ciências Sociais ou Statistical Package for the Social Science (SPSS) versão 24.0.

Para descrição das variáveis categóricas utilizou-se de frequências absolutas e percentuais. Em seguida, as possíveis associações entre os desfechos (conhecimento sobre atitudes de enfrentamento e sinais de alarme) e as variáveis categóricas foram analisadas de forma inferencial, considerando-se o modelo não-ajustado, por meio

do teste de Qui-quadrado de Wald, considerando-se o nível descritivo $p < 0,20$. No modelo ajustado, foram consideradas apenas as variáveis significativas ($p < 0,05$) e o ajuste do modelo realizado por meio do Teste de Omnibus. Características medidas antes (pré-teste) e depois (pós-teste) foram comparadas pelo teste de McNemar.

2.4 Aspectos éticos

Esta pesquisa segue a resolução 466/2012 e todos aqueles que se recusaram a participar da pesquisa ou não assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido foram excluídos e não contabilizaram na amostra. Os participantes em sua integralidade tinham acesso ao Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), cujas definições e condições foram esclarecidas pelos investigadores, a fim de garantir que as pessoas compreendessem que era necessário assinar o documento para participar. Após uma breve introdução e leitura do TCLE, perguntava-se aos candidatos se estavam interessados em colaborar com a pesquisa; caso resposta afirmativa, o TCLE era assinado e a entrevista iniciada. O projeto recebeu a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual do Ceará, Campus Itaperi, com base no parecer de número 5.626.162.

3. RESULTADOS

A pesquisa foi realizada com 260 acadêmicos dos cursos da área de saúde, sendo predominante o curso de Enfermagem 59 (22,7%), seguido pelos cursos Educação Física 53 (20,4%), Medicina 47 (18,1%), Nutrição 40 (15,4%), Ciências Biológicas 33 (12,7%) e Terapia Ocupacional 28 (10,8%). No momento da realização do pré-teste, verificou-se que a maioria: não teve conhecimento de atitudes de enfrentamento 190 (73,1%) e não teve conhecimento de sinais de alarme de lombalgia 245 (94,2%). Na pós-abordagem, a maior parte: passou a ter conhecimento de atitudes de enfrentamento 239 (91,9%) e também conhecimento de sinais de alarme de lombalgia 204 (78,5%) (Tabela 1).

Tabela 1 - Número e percentual de acadêmicos do primeiro e do sétimo semestres, por curso e por desempenho no pré-teste e pós-teste, realizado em Fortaleza-CE, no período de outubro de 2022 a junho de 2023.

Variável	n	%
Curso		
Ciências Biológicas	33	12,7
Educação Física	53	20,4
Enfermagem	59	22,7
Medicina	47	18,1
Nutrição	40	15,4
Terapia Ocupacional	28	10,8
Conhecimento atitudes enfrentamento pré-teste		
Não	190	73,1
Sim	70	26,9
Conhecimento atitudes enfrentamento pós-teste		
Não	21	8,1
Sim	239	91,9
Conhecimento sinais alarme lombalgia pré-teste		
Não	245	94,2
Sim	13	5,0
Conhecimento sinais alarme lombalgia pós-teste		
Não	56	21,5
Sim	204	78,5

Fonte: Os autores

As características socioeconômicas mostraram que a maioria dos estudantes era: do primeiro semestre 160 (61,5%), de idade igual ou maior de 21 anos 133 (51,2%), do sexo feminino 159 (61,2%), de cor parda 177 (68,1%) e de renda igual ou maior de 1,5 s.m. 150 (57,7%) (Tabela 2).

Tabela 2 - Número e percentual de acadêmicos do primeiro e do sétimo semestres dos cursos da área de saúde por características sociodemográficas, realizado em Fortaleza-CE, no período de outubro de 2022 a junho de 2023.

Variável	n	%
Semestre		
7º	100	38,5
1º	160	61,5
Idade		
<21	127	48,8
=> 21	133	51,2
Sexo		
Masculino	101	38,8
Feminino	159	61,2
Cor		
Pardo	177	68,1
Não Pardo	83	31,9

Renda

<1,5	110	42,3
=>1,5	150	57,7

Fonte: Os autores

O teste de MacNemar revelou que as abordagens sobre lombalgia influenciaram as opiniões sobre o conhecimento de “Atitudes de enfrentamento da lombalgia” e de “sinais de alarme da lombalgia” ($p<0,001$). Antes das abordagens (Pré-teste), 26,9% tinham conhecimento sobre “Atitudes de enfrentamento da lombalgia” e 5,1% tinham conhecimento de “Sinais de alarme da lombalgia”. Após as abordagens, o conhecimento sobre “Atitudes de enfrentamento da lombalgia” passou para 91,9% (25,0%+66,9%) e de “Sinais de alarme da lombalgia” passou para 78,3% (4,3%+74,0%) (Tabela 3).

Tabela 3 - Número e percentual de acadêmicos por conhecimento de atitudes de enfrentamento, esquerda, por conhecimento de sinais de alarme da lombalgia, direita, e pré-teste e pós-teste, realizado em Fortaleza-CE, no período de outubro de 2022 a junho de 2023.

	Pós-teste			
	Sim		Não	
	n	%	n	%
Pré-test				
Sim	65	25	5	1,9
Não	174	66,9	16	6,2

	Pós-teste			
	Sim		Não	
	n	%	n	%
Pré-teste				
Sim	11	4,3	2	0,8
Não	191	74,0	54	20,9

Fonte: Os autores

Na verificação de associação entre as características sociodemográficas e o conhecimento de atitudes de enfrentamento da lombalgia pré-teste tiveram associação significativa, com $p<0,20$, as características: curso($p<0,001$), semestre($p=0,157$), idade($p=0,029$) e cor($p=0,022$) (Tabela 4).

Tabela 4 - Número e percentual de acadêmicos por variáveis socioeconômicas e por conhecimento de atitudes de enfrentamento pré-teste, realizado em Fortaleza-CE, no período de outubro de 2022 a junho de 2023.

	Conhecimento de atitudes de enfrentamento da lombalgia pré-teste				RP	IC 95%	p		
	Sim		Não						
	n	%	n	%					
Curso								<0,001	a
Ciências Biológicas	32	97,0	1	3,0	1,01	0,92	1,10		
Educação Física	41	77,4	12	22,6	0,80	0,68	0,94		
Enfermagem	29	49,2	30	50,8	0,51	0,39	0,67		
Medicina	26	55,3	21	44,7	0,57	0,44	0,75		
Nutrição	35	87,5	5	12,5	0,91	0,79	1,04		
Terapia Ocupacional	27	96,4	1	3,6	1,00				
Semestre								0,157	a
7º	78	78,0	22	22,0	1,1	1,0	1,3		
1º	112	70,0	48	30,0					
Idade								0,029	a
<21	85	66,9	42	33,1	0,8	0,7	0,9		
=> 21	105	78,9	28	21,1					
Sexo								0,275	a

Masculino	70	69,3	31	30,7	0,9	0,8	1,1	
Feminino	120	75,5	39	24,5				
Cor								0,022 a
Pardo	137	77,4	40	22,6	1,21	1,01	1,45	
Não Pardo	53	63,9	30	36,1				
Renda								0,459 a
<1,5	83	75,5	27	24,5	1,1	0,9	1,2	
=>1,5	107	71,3	43	28,7				

a - Teste do Qui-quadrado de Wald

Fonte: Os autores

Na verificação de associação entre as características sociodemográficas e o conhecimento de sinais de alarme de lombalgia pré-teste, observou-se que apenas a característica sexo ($p=0,09$) teve associação significativa com $p<0,20$ (Tabela 5).

Tabela 5 - Número e percentual de acadêmicos por variáveis socioeconômicas e por conhecimento de atitudes de enfrentamento da lombalgia pós-teste

Conhecimento de atitudes de enfrentamento da lombalgia pós-teste								
	Sim		Não		RP	IC 95%	p	
	n	%	n	%			0,004	b
Curso								
Ciências Biológicas	32	97,0	1	3,0	0,97	0,91	1,03	
Educação Física	51	96,2	2	3,8	0,96	0,91	1,01	
Enfermagem	53	93,0	4	7,0	0,93	0,87	1,00	
Medicina	42	89,4	5	10,6	0,89	0,81	0,99	
Nutrição	39	97,5	1	2,5	0,98	0,93	1,03	
Terapia Ocupacional	28	100,0	0	0,0	1,00			
Semestre								0,538 b
7º	92	93,9	6	6,1	0,98	0,92	1,04	
1º	153	95,6	7	4,4				
Idade								0,732 a
<21	120	94,5	7	5,5	0,99	0,94	1,05	
=> 21	125	95,4	6	4,6				
Sexo								0,090 a
Masculino	93	92,1	8	7,9	0,95	0,89	1,01	
Feminino	152	96,8	5	3,2				
Cor								0,580 b
Pardo	169	95,5	8	4,5	1,02	0,95	1,09	
Não Pardo	76	93,8	5	6,2				
Renda								0,390 a
<1,5	105	96,3	4	3,7	1,03	0,97	1,08	
=>1,5	140	94,0	9	6,0				

4. DISCUSSÃO

A lombalgia é uma doença crônica prevalente na população brasileira, que possui crenças quanto ao seu enfrentamento. Ademais, tal dor tem relevância do estilo de vida do acometido como: movimentos repetitivos, inatividade física, psicossociais e outros. Perante a isso foram definidos subtemas para elaboração da discussão: aspectos sociodemográficos; conhecimento prévio e atitudes de enfrentamento; e sinais de alarmes e interferência do pós-teste.

4.1 Aspectos sociodemográficos

Algumas variáveis sociodemográficas refletem nos achados desta pesquisa. Os aspectos sociais são determinantes para a instalação da lombalgia, visto que os discentes do curso da área da saúde possuem exaustivos períodos de estudo e de atividades extracurriculares. Além disso, semestres mais avançados possuem maiores queixas de dores lombares, perante o descuido à saúde com sobrecarga física, e a postura inadequada, gerando incapacidade para o trabalho (SAÇALA et al, 2017). Também, não descarta que a renda contribui para prolongamento das dores, pois na maioria dificulta o acesso à procura de especialistas e de métodos de alívio à dor. (SANTANA et al, 2022 e ILIC et al. 2021). Assim, os discentes devem ter maior discernimento do autocuidado para cuidar do próximo, em virtude de que a qualificação profissional não está apenas no viés acadêmico, mas também e, principalmente, relacionado com saúde mental e física. Sob o viés do poder econômico, os gestores criarem

metodologias de alívio à dor lombar relacionada com maior capacitação dos profissionais atendentes nas unidades básicas de saúde para sinais de alerta da lombalgia e buscar melhor terapêutica ao paciente.

4.2 Conhecimento prévio e atitudes de enfrentamento

Neste estudo, analisou que a maioria dos discentes tinha conhecimento prévio da temática, no entanto, não agiriam corretamente perante o quadro de dor. Posto isso, muitos têm a crença da limitação física causada pela lombalgia, na qual não poderão praticar exercícios, contudo, a melhor terapêutica para essa dor crônica é a prática regular de atividade física, mais relevante do que fisioterapia sem exercício e uso de fármacos de alívio. Não obstante, quando o profissional da área da saúde procura a etiologia da doença somente vinculada ao físico do paciente, prejudica a iniciação da terapêutica, o viés psicossocial é uma das causas da doença (HAUDEN, J. et al. 2021 e LEWIS, K. et al. 2019). Esse fato ilustra a relevância dos profissionais de saúde em atenderem os pacientes com questionamentos psicossociais e humanizados, saindo do modelo biomédico. Concomitantemente, promoção à saúde vinculada ao conhecimento e à atitude de enfrentamento da lombalgia, fará com que as crenças sejam dissolvidas e melhora a adesão ao tratamento.

4.3 Sinais de alarmes da lombalgia e a interferência do pós-teste

Os resultados deste estudo evidenciaram que a maioria dos pesquisados obteve acertos na questão relacionada aos sinais de alarme, após participarem

da capacitação educativa sobre as principais etiologias graves que podem originar a lombalgia. Paralelamente, um estudo que incluiu médicos de Jazan, na Arábia Saudita, referiu que a maioria foi capaz de reconhecer os principais sinais de alarme, o que propiciou um melhor envio para avaliação especializada dos pacientes identificados com tais sintomas (ARISHY et al, 2022). Em outro estudo no país árabe, desta vez na região de Riad, 85% sabiam reconhecer as “red flags”, porém apenas 30% dos participantes perguntavam ativamente sobre os sinais de alarme da lombalgia para seus pacientes nas consultas (AL SALEH et al, 2016). Assim, ter o conhecimento acerca desses sinais e realizar o diagnóstico precoce direciona ativamente a utilização de recursos especializados do serviço de saúde, como consultas com especialistas e exames de imagem, essencial para uma melhor conduta profissional e gestão de recursos do sistema de saúde. Nesse sentido, é imprescindível que durante a graduação, futuros profissionais da saúde tenham conhecimento sobre sinais de alarme da lombalgia, pois, com a adequada avaliação das “red flags” por parte dos estudantes das diversas áreas da saúde, é possível manejar essa queixa tão prevalente no País.

5. CONTRIBUIÇÕES

Esta pesquisa obteve êxito em atingir a população acadêmica com o apoio da capacitação realizada por integrantes da Liga do Trauma e Medicina Intensiva da UECE. Percebeu-se que a maioria dos estudantes pesquisados não tinha conhecimento sobre atitudes de enfrentamento nem sinais de

alarme da lombalgia antes da realização da intervenção. Isso sinaliza a efetividade dessa atividade educativa como método de prevenção e de promoção de saúde, para melhor qualificação profissional dos estudantes das áreas da saúde. Ademais, não havia trabalhos na literatura, conforme as bases de dados visitadas, que incluísse a capacitação associada à pesquisa acadêmica, o que possibilita ampliar a educação em saúde sobre o tema.

6. LIMITAÇÕES

Este estudo apresenta algumas limitações, como o processo de amostragem não probabilístico, obtido por conveniência, adicionado ao fornecimento de dados antropométricos, como peso e altura, que foram relatados pelos estudantes e não aferidos, sob o risco de subestimação dos dados. Além disso, não foi realizada amostragem estratificada por curso e por semestre, consequentemente, existe a possibilidade dos cursos apresentados divergirem quanto à compressão de atitudes de enfrentamento e sinais de alarme.

7. CONCLUSÃO

A compreensão de atitudes de enfrentamento e sinais de alarme da lombalgia por estudantes de primeiro e sétimo semestres dos cursos da área da saúde foi relevante para contribuição educacional dos estudantes consultados, na medida em que a realização da capacitação e da avaliação dos conhecimentos aferidos no pós-teste favoreceu condutas indispensáveis para adequada avaliação dos pacientes com dor lombar.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Débora Pinheiro et al. Prevalência de dor crônica no Brasil: revisão sistemática. **BrJP**, v. 4, p. 257-267, 2021.

ARAÚJO, William; BASTOS, Matheus; BONVINO, Marco. Ativação dos músculos estabilizadores da coluna lombar em pessoas com dor lombar crônica: uma revisão sistemática. **Coluna/Coluna**, v. 21, 2022.

BOSZCZOWSKI, Natassja; PINTO, Ruan; ARAÚJO JÚNIOR, Francisco. Lombalgia em estudantes de medicina: prevalência e fatores relacionados. **Coluna/Coluna**, v. 197-200, 2021.

CERVANTES-SOTO, Araceli et al. Diagnóstico de lombalgia en estudiantes universitarios del área de salud en Tepic, Nayarit. **Medicina Legal de Costa Rica**, v. 36, n. 1, p. 43-53, 2019.

DE OLIVEIRA, Augusto Henrique Alves et al. Sintomas Osteomusculares em Cirurgiões-Dentistas: Um Estudo Piloto. **Journal of Health Sciences** (2447-8938), v. 20, n. 2, 2018.

FERNANDES, Daysiane et al. O Questionário Modificado de Crenças nas Costas como ferramenta para rastrear crenças incorretas em relação à dor nas costas: Adaptação transcultural e propriedades de medição. **Revista Internacional de Medicina Osteopática**, v. 44, p. 9-15, 2022.

HAYDEN, Jill A. et al. Terapia por exercício para dor lombar crônica. **Banco de Dados Cochrane de Revisões Sistemáticas**, n. 9, 2021.

ILIC, Irena et al. Prevalência e correlatos de dor lombar entre estudantes de graduação em medicina na Sérvia, um estudo transversal. **PeerJ**, v. 9, p. e11055, 2021.

INMAN, John. O que influencia as crenças dos estudantes de medicina sobre dor lombar? Um estudo transversal de métodos mistos. **BMC Educação Médica** 22, 633, ago 2022.

LEWIS, Kelsey L.; BATTAGLIA, Patrick J. Conhecimento de fatores psicossociais associados à dor lombar entre estudantes de ciências da saúde: uma revisão de escopo. **Quiropraxia e terapias manuais**, v. 27, n. 1, pág. 1-15, 2019.

MALTA, Deborah. Dor crônica na coluna entre adultos brasileiros: dados da Pesquisa Nacional de Saúde 2019. **Revista Brasileira de Epidemiologia [online]**. v. 25, set. 2022.

MELO, Tainá et al. Perfil dos usuários de serviços de reabilitação no Sistema Único de Saúde. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 15, n. 2, p. 65-77, 2017.

MENDONÇA, Alysson Geraldo. Dor lombar em hospitais financiados pelo Sistema Único de Saúde brasileiro entre 2013 e 2018: custos diretos, prevalência e perfil dos pacientes notificados. **Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri**, 2020.

SAÇALA, Rogério et al. Distúrbios Osteomusculares relacionados ao processo de trabalho no atendimento

pré-hospitalar. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 15, n. 2, p. 751-758, 2018.

SANT'ANNA, Patrícia Cilene Freitas et al. Fatores preditivos de risco de lombalgia crônica em mulheres: estudo de base populacional. **BrJP**, v. 3, p. 228-233, 2020.

SANT'ANNA, Patrícia Cilene Freitas et al. Dor lombar em estudantes universitários: qual o impacto da pandemia de COVID-19. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 29, p. 284-290, 2022.

VALADARES, Jessyka Viana et al. Prevalência da lombalgia e sua repercussão anatomofuncional em adultos e idosos: Revisão sistemática. **Amazônia: Science and Health**, v. 8, n. 3, p. 106-117, 2020.