



**32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO**

**15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios**

**8º Prêmio
David
Capistrano**

**"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"**

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

IMPACTO DE UM PROGRAMA FISIOTERAPÊUTICO COM ENFOQUE EDUCATIVO NA REINCIDÊNCIA DA DOR NA COLUNA

Raquel Zaicaner, Adalberto Gama, Alexandra Pitol, Patricia Paterno, Jéssica Campos
1 Prefeitura Municipal De Taboao Da Serra - Prefeitura Municipal De Taboao Da Serra
Taboão da Serra

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Para a melhora da qualidade de vida das populações, a educação em saúde é uma das estratégias que vem sendo incentivadas nas políticas públicas. O programa de treinamento de cunho preventivo e educacional denominado "Back School" (Escola de Coluna) tem como objetivo reduzir a dor na coluna e prevenir sua recorrência. Consiste de informações sobre a biomecânica da coluna, postura, ergonomia e exercícios supervisionados aplicados a grupos de seis a oito pacientes. Há evidências moderadas que as Escolas de Postura têm melhores efeitos a curto e médio prazo sobre dor e estado funcional do que outros tratamentos para pacientes com dor lombar recorrente e crônica. O SER em paridade à alta prevalência de dor na coluna inespecífica encontrada na literatura, recebe mensalmente uma quantidade expressiva de pacientes com este diagnóstico. A problemática da reincidência da dor na coluna, também já relatada na literatura¹, é uma realidade deste serviço, que acaba tendo que lidar com constantes retornos de pacientes à unidade mesmo após o término de uma bateria de sessões de fisioterapia. Sendo assim, um manejo terapêutico que vise promover uma melhora na qualidade de vida e uma diminuição da intensidade da dor a longo prazo torna-se uma necessidade eminente.

OBJETIVOS

Avaliar a efetividade de um programa de reabilitação com enfoque educativo, associado a exercícios terapêuticos, no controle da reincidência da dor na coluna em pacientes atendidos em um serviço de saúde da rede pública.

METODOLOGIA

Pacientes foram previamente selecionados e avaliados por um fisioterapeuta do Serviço Especializado em Reabilitação de Taboão da Serra, SER, com base nos seguintes critérios de inclusão: dor na coluna não específica a mais de três meses, com idade entre 35 e 75 anos e sem comorbidades graves. Subdividiu-se os pacientes elegíveis em grupos de acordo com sua faixa etária: de 18 a 45 anos e de 46 a 75 anos, para a realização do programa de cinesioterapia, por dez sessões, no qual aplicou-se um protocolo de exercícios, previamente elaborado pelos fisioterapeutas do setor, de acordo com a faixa etária dos pacientes. Durante o decorrer destas sessões, os pacientes, independentemente da idade, participaram de uma mesma palestra de orientações ministradas por um fisioterapeuta, que se utilizou de recurso audiovisual para explanação das seguintes informações: anatomia e biomecânica da coluna, postura, ergonomia, modificação de hábitos viciosos, importância da prática de atividade física adequada e



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

“30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!”

relevância da manutenção disciplinada dos exercícios aprendidos durante as sessões de fisioterapia em longo prazo. Foram cuidadosamente planejados e elaborados dois tipos de folders a serem entregues aos pacientes: um de orientações apresentadas na palestra e outro, com a seqüência dos exercícios aplicados durante o programa de cinesioterapia, objetivando-se que o paciente pudesse dar continuidade ao tratamento em seu domicílio em longo prazo. Após seis meses do término da aplicação do programa, utilizou-se a o SisSaúde- Sistema de Gerenciamento de Saúde de Taboão da Serra, para verificar se os pacientes haviam retornado ao SER. Sobre os que haviam retornado, pesquisou-se por qual motivo o tinham feito. Registrou-se apenas os pacientes que haviam retornado por motivos relacionados exclusivamente à dor na coluna. Também se aplicou um questionário a setenta pacientes aleatórios, com diagnósticos relativos à coluna, que ainda não haviam completado o programa fisioterapêutico educacional, para a pesquisa de reincidência de pacientes ao SER para tratamento fisioterapêutico para o mesmo diagnóstico, porém sem um período determinado.

RESULTADOS

Foram atendidos cento e sessenta e um pacientes no plano de reabilitação fisioterapêutica educativo no período de 17. 08. 2016 a 17. 12. 2017. Ao todo foram ministradas 14 palestras e 14 grupos de grupos de cinesioterapia. Destes cento e sessenta e um pacientes, apenas 14 pacientes retornam ao SER por diagnóstico relativo à coluna, num período de seis meses após o término do programa, o que representa uma reincidência de 8, 69%. Dos questionários aplicados aleatoriamente a 70 pacientes com diagnósticos relativos de coluna, que ainda não haviam realizado o programa fisioterapêutico, 29 pacientes (41, 43%) estavam realizando fisioterapia pela primeira vez e 41 pacientes (58, 57%) já haviam realizado anteriormente fisioterapia, porém o período destes retornos não foi contabilizado. Destes 41 pacientes, 18 (44%) já haviam realizado a fisioterapia duas vezes, 13 (32%) realizaram três vezes e 10 (24%) realizaram quatro vezes ou mais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante o alto índice de retorno ao setor, coletado através dos dados internos e empiricamente relatado por todos os fisioterapeutas, o programa educativo parece ter sido satisfatório no controle da dor na coluna a médio prazo, denotado pelo controle da reincidência destes pacientes ao SER. Faz-se necessário que a pesquisa tenha continuidade para a reavaliação a longo prazo do retorno destes pacientes ao setor.