

AVALIAÇÃO DA ESTABILIDADE DE TRONCO EM INDIVÍDUOS COM DOR LOMBAR CRÔNICA INESPECÍFICA E ASSINTOMÁTICOS

Almeida, A. V. C.¹, Pereira, L.C.D.¹, Farias Neto, J.P.¹, Silva, M. E.¹ Silva Junior, W.M.¹



¹Universidade Federal de Sergipe, Aracaju, Brasil
e-mail: calmonverena@gmail.com

INTRODUÇÃO

Tanto a estabilidade quanto a capacidade de contração dos músculos do tronco estão relacionados a propriocepção e manutenção do centro de gravidade e zona de segurança para a coluna lombar.

A dor lombar crônica está associada a estabilidade de tronco por que estes indivíduos apresentam, déficit de controle motor dos músculos superficiais e profundos dessa região. Tais déficits têm impacto direto sobre a funcionalidade já que a lombar é responsável por integrar os segmentos proximais e distais culminando na produção e transmissão de forças para as atividades de vida diária.

Assim, o objetivo desse trabalho foi avaliar a estabilidade de tronco em superfícies estáveis e instáveis através do “Paradigma do assento estável” endurance muscular e força isométrica máxima em dor lombar crônica inespecífica e assintomáticos.

METODOLOGIA

Esta pesquisa foi aprovada pelo comitê de ética (CAAE: 2.704.321/2018). Foi coletada uma amostra total de 77 indivíduos entre 18 e 35 anos, de ambos os sexos e com IMC ≤ 30. O grupo dor lombar foi constituído por 35 indivíduos com dor a mais de 12 semanas, com intensidade de 3 a 7 na escala numérica da dor. O grupo saudável foi constituído de 42 indivíduos sem histórico de dor lombar há 1 ano.

Todos os sujeitos foram avaliados pela mesma pessoa, em ambiente controlado e no mesmo turno. Sendo avaliados através do paradigma da estabilidade², dinamometria de flexores e extensores do tronco e endurance do tronco.

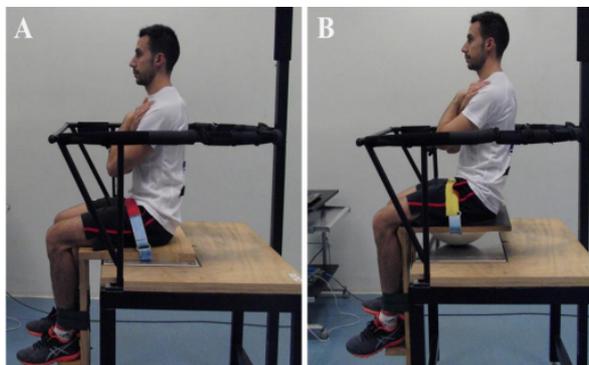


Figura 1 – Vista lateral num assento estável (a); Vista lateral num assento instável (b). Fonte: BARBADO (2016)

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tabela 1: Comparação entre os grupos com dor e sem dor quanto a estabilidade, força isométrica e endurance.

Variável	Com dor	Sem dor	P
EESF	0,20 ± 0,09	0,18 ± 0,10	0,347
EECF	0,18 ± 0,07	0,20 ± 0,09	0,49
EECCF	35,55 ± 8,06	31,36 ± 3,88	0,007
EISF	0,24 ± 0,11	0,24 ± 0,18	0,958
EICF	0,27 ± 0,13	0,23 ± 0,10	0,178
EICCF	33,48 ± 6,7	31,69 ± 7,20	0,267
FT	436,95 ± 187,02	430,92 ± 160,24	0,881
ET	440,63 ± 246,06	453,74 ± 158,96	0,781
FT	82,67 ± 59,65	199,62 ± 56,96	0,002
ET	74,73 ± 49,38	128,024 ± 75,38	0,001
FLT	89,79 ± 25,02	46,21 ± 13,94	0,05

Condições dinâmicas exigem maior controle motor e ajuste postural, o que justifica o resultado do ensaio estável. Este último se relaciona com o fato do assento poder influenciar na estabilidade.

Para endurance o grupo dor lombar teve menor desempenho corroborando com outros estudos.

CONCLUSÃO

A partir desses achados foi possível observar que a dor lombar crônica inespecífica está relacionada com o déficit de ajuste do centro de pressão a um alvo que exija maior controle neuromuscular e déficit de endurance de tronco.

REFERÊNCIAS

- CHO, K. H. et al. Trunk Muscles Strength as a Risk Factor for Nonspecific Low Back Pain: A Pilot Study. *Annals of Rehabilitation Medicine*, v. 38, n. 2, p. 234–240, abr. 2014.
- BARBADO, D. et al. Trunk Stability, Trunk Strength and Sport Performance Level in Judo. *PLOS ONE*, v. 11, n. 5, p. e0156267, 27 maio 2016.