

## AVALIAÇÃO DA INCAPACIDADE FUNCIONAL EM PRATICANTES DE MUSCULAÇÃO COM LOMBALGIA

*T. N. C. Souza, R. A. Xavier, B. P. Costa, J. A. Pimentel, A. J. Casa Junior*

**Introdução:** A musculação pode ter duas faces, por um lado a prevenção e combate de possíveis alterações musculoesqueléticas, por outro, a sobrecarga física e instalação de agravos à saúde. **Objetivo:** Verificar a incapacidade funcional ocasionada pela lombalgia em praticantes de musculação de academias da cidade de Bela Vista de Goiás. **Métodos:** Trata-se de um estudo transversal e analítico, em que participaram 100 praticantes de musculação de academias da cidade de Bela Vista de Goiás, Estado de Goiás. Os mesmos foram submetidos ao Questionário de Incapacidade de Roland Morris (RMDQ) aplicado com a finalidade de avaliar a incapacidade funcional de pessoas com lombalgia na realização de suas atividades. **Resultados:** A prevalência de lombalgia nos praticantes de musculação nos 7 dias que antecederam a coleta dos dados foi elevada, uma vez que dos 100 participantes, 34 apresentaram essa manifestação (34%) e estando intimamente ligada a prática da musculação. Não foi encontrada elevada incapacidade funcional nos participantes, haja vista que dos 34 que referiram lombalgia, apenas 4 apresentaram alguma incapacidade funcional lombar (11,8%). Não se constatou diferença significativa entre os grupos com e sem lombalgia, em relação ao Índice de Massa Corporal (IMC) ( $p=0,17$ ), sexo ( $p=0,58$ ), tempo de musculação ( $p=0,91$ ), frequência semanal ( $p=0,74$ ), horas diárias de musculação ( $p=0,83$ ) e realização de outro tipo de atividade física ( $p=0,50$ ). **Conclusão:** É necessário que profissionais atuantes na supervisão e orientação da musculação estejam atentos a correta execução dos movimentos e à sobrecarga imposta aos praticantes, visto que a dor lombar revela-se muito comum nessa população.