



**Código do trabalho :** 171

**Título:**

ASSOCIAÇÃO ENTRE O NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA E DOR EM ADULTOS

**Autores:**

DÉBORA EWELYN SCHEIDT; CLÓVIS ARLINDO DE SOUSA; ERNANI TIARAJU DE SANTA HELENA; MARCELO ANDERSON BRACHT. UNIVERSIDADE REGIONAL DE BLUMENAU - FURB, UNIVERSIDADE REGIONAL DE BLUMENAU - FURB BLUMENAU - SC - BRASIL.

**Apresentador:** MARCELO ANDERSON BRACHT

**Forma de envio:** APRESENTAÇÃO ORAL

**Forma apresentação:** PÔSTER

**Tema:** FISIOTERAPIA EM TRAUMATO-ORTOPEDIA

**Resumo:**

A dor é uma condição de saúde multifatorial e pode promover incapacidade e limitações funcionais, bem como interferir no sono, no nível de atividade física, no humor, entre outros aspectos da qualidade de vida. A atividade física regular apresenta diversos benefícios à saúde, além de possuir um papel importante no manejo da dor. O objetivo do estudo foi identificar a possível associação entre o nível de atividade física e a presença de dor em adultos moradores da cidade de Pomerode, Santa Catarina. Trata-se de um estudo quantitativo transversal, de base populacional (CAAE 42900921.7.0000.5370), com dados provenientes do estudo “Vida e Saúde em Pomerode – SHIP-Brazil” (CAAE 99559118.0.0000.5370). Foi utilizado o questionário de dor adaptado (Epifloripa Idoso, 2009) para a obtenção dos dados referentes a presença de dor. Por sua vez, com o objetivo de quantificar o nível de atividade física moderada e vigorosa (AFMV) com caminhada, empregou-se o Questionário Internacional de Atividade Física – IPAQ, versão curta. Participaram do estudo 1755 adultos, com idade entre 20 e 59 anos, de ambos os sexos. Em virtude das perdas e recusas do estudo, foi realizada a ponderação dos casos, a fim de evitar um potencial viés de seleção para o sexo masculino. Os dados foram analisados por meio de estatísticas descritivas e inferenciais ( $p < 0,05$ ). O sexo feminino apresentou-se mais insuficientemente ativo (19,5%) em relação ao sexo masculino. A maioria dos participantes relatou presença de dor nos últimos 30 dias anteriores a entrevista (63,5%), por mais de 3 horas (62,3%) e de intensidade moderada (68,5%). A dor crônica foi prevalente em 64,5% dos participantes, sendo que 43,7% apresentavam dor há dois anos ou mais e 20,8% há pelo menos seis meses. Além disso, a dor gerou dificuldade para trabalhar em 23,6% dos participantes. Houve associação estatisticamente significativa entre a presença de dor e o nível de AVMV com caminhada ( $p < 0,001$ ). Constatou-se que a prevalência de dor na amostra foi alta, em sua maioria crônica, sendo a maior prevalência no sexo feminino. A maior parte da amostra apresentou-se suficientemente ativa, porém, as mulheres apresentam-se mais insuficientemente ativas do que os homens. Dessa forma, conclui-se que pessoas que realizavam maiores níveis de atividade física apresentavam menos dor. Embora não tenha sido estabelecida uma relação causal entre as variáveis, é razoável inferir que a prática de atividade física possa desempenhar um papel protetor contra o desenvolvimento de dor crônica.

**Palavra-chave 1:** Dor **Palavra-chave 2:** Atividade Física **Palavra-chave 3:** Epidemiologia