

**Prevalencia de lumbago y factores asociados en profesionales de enfermería**  
**Prevalência de lombalgia e fatores associados em profissionais de enfermagem**  
**Prevalence of low back pain and associated factors in nursing professionals**

**Recibido: 13/01/2019**  
**Aprobado: 22/04/2019**  
**Publicado: 13/05/2019**

**Camilla Rivera Ribeiro<sup>1</sup>**  
**Joilson Meneguci<sup>2</sup>**  
**Cíntia Aparecida Garcia-Meneguci<sup>3</sup>**

El objetivo del estudio fue verificar la prevalencia de lumbago y factores asociados en profesionales de enfermería. Estudio transversal, involucrando 81 profesionales del equipo de enfermería del Hospital Regional Antônio Dias, Patos de Minas, MG, Brasil, evaluados a través de cuestionario sociodemográfico, de condiciones de trabajo y de salud, Cuestionario Nórdico de Síntomas Osteomusculares, Cuestionario de Incapacidad Roland Morris y Cuestionario Internacional de Actividad Física (versión corta). Se utilizó test de Chi cuadrado de Pearson,  $p \leq 0,05$ . El promedio de edad de los profesionales fue de  $39,8 \pm 8,8$  años, siendo encontrada prevalencia de lumbago en el 71,6%. Cuando analizada la unión de las condiciones de salud y trabajo en relación a la lumbalgia, no fueron encontradas diferencias significativas. De los profesionales con lumbalgia, 62,1% eran suficientemente activos ( $p < 0,001$ ) y el 34,5% dependían  $\geq 445,00$  min/día en comportamiento sedentario. Se sugiere crear estrategias para aumentar el nivel de actividad física y disminuir el comportamiento sedentario en esta población.

**Descriptor:** Dolor de la región lumbar; Salud laboral; Estilo de vida.

O objetivo do estudo foi verificar a prevalência de lombalgia e fatores associados em profissionais de enfermagem. Estudo transversal, envolvendo 81 profissionais da equipe de enfermagem do Hospital Regional Antônio Dias, Patos de Minas-MG, de maio a agosto de 2017, avaliados por meio de questionários sociodemográfico, de condições de trabalho e de saúde, Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares, Questionário de Incapacidade Roland Morris e Questionário Internacional de Atividade Física (versão curta). Utilizou-se teste de Qui-quadrado de Pearson,  $p \leq 0,05$ . A idade média dos profissionais foi de  $39,8 \pm 8,8$  anos, sendo encontrada prevalência de lombalgia em 71,6%. Quando analisada a associação das condições de saúde e trabalho em relação a lombalgia, não foram encontradas diferenças significativas. Dos profissionais com lombalgia, 62,1% eram insuficientemente ativos ( $p < 0,001$ ) e 34,5% despendiam  $\geq 445,00$  min/dia em comportamento sedentário. Sugere-se criar estratégias para aumentar o nível de atividade física e diminuir o comportamento sedentário nesta população.

**Descritores:** Dor lombar; Saúde do trabalhador; Estilo de vida.

The aim of the study was to determine the prevalence of low back pain and associated factors in nursing professionals. cross-sectional study involving 81 professionals from the nursing staff of the Regional Antônio Dias Hospital, Patos de Minas, MG, Brazil, from May to August 2017, evaluated by sociodemographic questionnaire, working conditions and health, Nordic Musculoskeletal Questionnaire, Disability questionnaire Roland Morris and International Physical Activity questionnaire (short version). It was used Chi-squared Pearson test,  $p \leq 0.05$ . The average age of professionals was  $39.8 \pm 8.8$  years, found prevalence of low back pain in 71.6%. When analyzed the association of health and working conditions in relation to low back pain, no significant differences were found. Professionals with low back pain, 62 1% were insufficiently active ( $p < 0.001$ ) and 34.5% expended  $\geq 445,00$  min / day in sedentary behavior. It is suggested to create strategies to increase physical activity and decrease sedentary behavior in this population.

**Descriptors:** Low Back Pain; Occupational health; Life style.

1. Fisioterapeuta. Patos de Minas, MG, Brasil. ORCID:0000-0002-2714-195X E-mail: kmillarivera2@hotmail.com

2. Profissional de Educação Física. Máster en Educación Física. Doctor en Atención a la Salud. Tecnólogo en Investigación en la Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, MG, Brasil. ORCID: 0000-0003-2268-3589 E-mail: joilsonmeneguci@yahoo.com

3. Fisioterapeuta. Experta en Formación Pedagógica para Profesionales de Salud. Máster en Educación Física. Doctora en Atención a la Salud, Uberaba, MG, Brasil. ORCID: 0000-0002-5305-4024 E-mail: cintiaagar@hotmail.com

## INTRODUCCIÓN

La lumbalgia es una condición que, se ha convertido cada vez más constante en el mundo industrializado, generando impactos a la salud física e interfiriendo en la funcionalidad y calidad de vida de las personas<sup>1</sup>. Ese cambio ha sido una de las quejas más comunes y es definido como una sensación de dolor o dureza en la extremidad lumbar de la columna vertebral, ubicada por encima de las nalgas<sup>2</sup>.

Actúa en ambos sexos, pudiendo variar de un dolor súbito hacia un dolor intenso y largo, siendo que la principal queja involucrada es el dolor presente en la región lumbar, caracterizado por experiencia sensorial y emocional provocado por una lesión tisular, real o potencial. Es clasificado de acuerdo con su período de permanencia en: agudo, subagudo o crónico. La lumbalgia aguda es definida como aquella que presenta inicio súbito y duración inferior a las 6 semanas. El subagudo es el dolor con duración de 6 hasta 12 semanas y el crónico aquél que presenta duración superior a las semanas<sup>2,3</sup>.

Además, las lumbalgias también pueden ser clasificadas como específicas e inespecíficas. Las inespecíficas son aquellas lumbalgias en que la causa anatómica o neurofisiológica no es identificable. Ya en las específicas son las identificables, resultantes de mecanismos fisiopatológicos específicos, como las hernias discales espondilolistesis, estenosis del canal raquídeo, inestabilidad definida, fracturas vertebrales, tumores, infecciones y enfermedades inflamatorias de la columna lumbar<sup>3</sup>.

La etiología de la lumbalgia no es claramente definida, proviene de diversas causas. Sin embargo, algunos factores de riesgo pueden ser nombrados, como trabajo que genere sobrecarga elevada, movimiento excesivo y repetitivo flexor y rotador de la columna, inactividad física o sedentarismo, cigarrillo, obesidad y posturas incorrectas<sup>4,5</sup>.

Existen varias causas y factores de riesgo que están asociados con la lumbalgia. En este sentido, se ha enseñado que la lumbalgia está íntimamente involucrada al trabajo y la inactividad física, El sedentarismo

y/o inactividad física están íntimamente involucrados con dolores en la columna, lo que puede ser enseñado por la combinación de la aptitud musculoesquelética deficiente y una ocupación que sobrecargue esa región<sup>6</sup>.

En el origen de la lumbalgia están involucrados factores de riesgo individuales más comunes son sexo, edad, índice de masa corporal, el desequilibrio muscular, la capacidad de fuerza muscular, las condiciones socioeconómicas y la presencia de otras enfermedades. Los factores profesionales involucran los movimientos y las posturas incorrectas provenientes de las inadecuaciones del ambiente de trabajo, de las condiciones de funcionamiento de los equipos disponibles y de las formas de organización y de ejecución del trabajo<sup>7,8</sup>.

Algunas situaciones de trabajo, como el mantenimiento de postura, sentado o en pie por largos períodos, movimientos repetitivos, exagerados y forzados, levantamiento de peso, trabajo físico suave y pesado, movimiento de flexión, torsión e inclinación de la columna también pueden agredir las estructuras musculoesqueléticas estabilizadoras de la columna lumbar, llevando dolor en esa región<sup>9</sup>.

Los trabajadores del equipo de enfermería realizan durante el período de trabajo el levantamiento de peso excesivo cargando pacientes, levantamiento y manejo de cargos incorrectamente y repetitivamente, mantenimiento de una postura por largo tiempo y mantenimiento de posturas inadecuadas<sup>10</sup>.

El trabajo del equipo de enfermería se caracteriza por una serie de actividades y tareas discontinuadas, que involucran diversos grados de responsabilidad y complejidad en relación al tipo de función ejercida. Las actividades de planificación y/o de asistencia que puedan variar desde tareas sencillas hasta las más complejas, exigen distintos niveles de conocimientos y habilidades a la realización de las actividades por el equipo de enfermería<sup>11</sup>.

Además, es necesario considerar que el trabajo en ambiente hospitalario posee una serie de riesgos, debido a factores físicos, químicos, psicosociales y ergonómicos, que

pueden resultar en daños a la salud de esos profesionales<sup>12</sup>. Entre los factores, se destaca disturbios musculoesqueléticos y trastornos mentales y comportamentales, siendo que el dolor intenso en la columna lumbar es uno de los síntomas más relatados que el dolor se vuelve tan fuerte, que lleva a la interrupción de sus actividades de trabajo<sup>13</sup>.

En este sentido, el presente estudio tuvo el objetivo de verificar la prevalencia de lumbalgia y factores asociados en profesionales de enfermería.

## MÉTODO

Se refirió a un estudio del tipo observacional, con alineamiento transversal y de carácter cuantitativo. Fu realizado tras recibir aprobación del Comité de Ética e Investigación del Centro Universitario de Patos de Minas, Minas Gerais, Brasil, bajo número de aprobación 1.956.489. La recolección fue realizada en el período entre mayo y agosto de 2017.

La muestra fue establecida por conveniencia y constituida por los profesionales del equipo de enfermería (enfermeros, técnicos y auxiliares) que trabajaban en el Hospital Regional Antonio Dias/FHEMIG, de la ciudad de Patos de Minas, MG, Brasil. Todos los profesionales que participaron del estudio, recibieron orientaciones acerca del mismo y tras aceptaren, firmaron un Término de Consentimiento Libre y Esclarecido,

La muestra fue establecida por conveniencia y constituida por los profesionales del equipo de enfermería (enfermeros, técnicos y auxiliares) que trabajaban en el Hospital regional Antônio Dias/FHEMIG, de la ciudad de Patos de Minas-MG, Brasil. Todos los profesionales que participaron del estudio, recibieron orientaciones acerca del mismo y tras aceptarse un Término Consentimiento Libre y Esclarecido, en lo cual estaban descriptas todas las informaciones necesarias de la investigación.

Los criterios de inclusión consistieron en que fuera trabajador del equipo de enfermería y estar en el sitio de trabajo en el día de la recolección. Fueron excluidos del

estudio los trabajadores que estaban de licencia de salud u otro tipo de alejamiento durante el período de recolección de datos.

Como instrumentos, fueron utilizados para caracterizar la muestra los cuestionarios sociodemográficos, de condiciones de trabajo y condiciones de salud. Además de eso, fueron utilizados el Cuestionario Nórdico de Síntomas Osteomusculares que analizó los síntomas musculoesqueléticos en un contexto de salud ocupacional o ergonómico<sup>14</sup> y el Cuestionario de Incapacidad Funcional de Roland Morris que fue utilizado para evaluar la incapacidad de los individuos portadores de dolor lumbar, adaptado y validado a Brasil<sup>15</sup>. Para evaluación a nivel de actividad física y comportamiento sedentario fue utilizado el Cuestionario Internacional de Actividad Física (versión corta)<sup>16</sup>.

El cuestionario sociodemográfico fue compuesto por preguntas que añadían fecha de nacimiento, edad, sexo y estado civil. El cuestionario (encuesta de condiciones de trabajo fue constituido por preguntas acerca de la categoría profesional, tiempo de profesión, tiempo en el servicio actual, ocupación o función, tipo de horario, cuestionamiento acerca de otras ocupaciones del profesional y disponibilidad y realización de gimnasia laboral durante el trabajo. Las cuestiones involucradas a las condiciones de salud versaron acerca de estatura, masa corporal, consumo de tabaco y bebidas alcohólicas y hábitos de sueño.

El Cuestionario Nórdico se constituye de preguntas acerca de la ocurrencia de síntomas en determinadas regiones anatómicas, además de preguntas acerca de la ocurrencia de alejamiento de actividades de rutina acerca de la necesidad de consultar a algún profesional de salud debido a alguna de esas condiciones. Para los trabajadores que contestaron el cuestionario fueron considerados los últimos 12 meses y siete días precedentes a la encuesta para contestar las preguntas<sup>14</sup>.

Los trabajadores relataron la frecuencia (no, raramente, a menudo, siempre) con que tenían sentido los síntomas (dolor, adormecimiento o incomodidad). Sin embargo, para el análisis de los datos, la escala

hecha por dicotomía en solamente presencia o no de los síntomas osteomusculares en la región lumbar en los últimos 12 meses.

Cuando los trabajadores presentaban dolor lumbar, eran invitados a contestar el cuestionario Rolland-Morris que consistía de 24 ítems acerca de la interferencia de los dolores en la columna en las actividades de vida diaria y de la vida práctica, que son señalados caso sean presentes en el cotidiano del individuo. Ese cuestionario, desarrollado y validado por Roland y Morris en 1983, fue adaptado para la población brasileña<sup>15</sup>. En el puntaje del cuestionario fue analizado de forma continuada, con colores de 0 hasta 24, siendo que escores menores que 14 sugieren incapacidad suave y escores iguales o mayores que 14 sugieren incapacidad moderada hasta severa.

El Cuestionario Internacional de Actividad Física (versión corta)<sup>16</sup> evaluó el nivel de actividad física, de acuerdo con el tiempo gasto en actividades físicas realizadas en una semana habitual. Los trabajadores fueron clasificados en insuficientemente activos (<150 min/sem) y suficientemente activos ( $\geq 150$  min/sem)<sup>17</sup>. También a través de este cuestionario, fue evaluado el comportamiento sedentario<sup>18</sup> en que los trabajadores reportaron el tiempo gastado en la posición sentada en día habitual de semana y en un día habitual de final de semana. A partir del tiempo sentado total, los trabajadores fueron divididos en dos grupos de acuerdo con el percentil 75: 1)  $\geq$  percentil 75; 2) < percentil 75.

El análisis estadístico se llevó a cabo con la utilización del *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)* software, versión 24.0, utilizando un nivel de significancia de p-valor  $\leq 0,05$ . Las variables nominales y/u ordinales fueron descriptas en frecuencia y porcentaje, ya las variables numéricas fueron descriptas en promedio y desviación estándar (patrón). Para análisis de los datos categóricos, se utilizó el test Chi cuadrado de Pearson.

## RESULTADOS

Participaron del estudio 81 profesionales del equipo de enfermería, con promedio de edad de  $39,8 \pm 8,8$  años, siendo el 82,7% del sexo femenino y el 17,3% del sexo masculino.

Los profesionales presentaban un promedio de  $12,91 \pm 8,90$  años de profesión (enfermero, técnico o auxiliar) y un promedio de  $7,33 \pm 7,27$  años en el servicio actual (Hospital Regional Antônio Dias). En relación a la función actual en el trabajo, 66,7% actuaban en la prestación de cuidados, el 2,5% en la gestión y el 30,9% en ambas las funciones (n=58). De los profesionales con lumbalgia, el 98,3% (n=57) presentaron incapacidad moderada, de acuerdo con el cuestionario de Roland-Morris.

Cuando analizada la asociación de las condiciones de salud y trabajo acerca de la lumbalgia, no fueron encontradas diferencias significativas (Tabla 1 e 2). Acerca de las condiciones de trabajo de los profesionales evaluados, el 86,4% eran técnicos o auxiliares, el 74,1 poseían tipo de horario fijo y el 16% poseían otra ocupación además del trabajo en el hospital. Acerca de la oferta de gimnasia laboral, 69,1% firmaron la presencia de la gimnasia laboral, sólo el 35,7% participaron (Tabla1).

Acerca de las condiciones de salud de los profesionales evaluados, 8,6% afirmaron consumir tabaco, 39,5% utilizaban bebida alcohólica, 64,2% presentaban exceso de peso y 58,1 dormían menos que 8 horas al día (Tabla2).

Acerca del nivel de actividad física, fue verificado que 62,1% de los profesionales que presentaban lumbalgia eran insuficientemente activos, siendo verificada diferencia significativa ( $p < 0,001$ ) en comparación a los que no presentaban lumbalgia (Figura 1).

Además, fue verificada asociación entre lumbalgia y comportamiento sedentario ( $p = 0,005$ ), siendo que 34,5% de los profesionales que presentaban lumbalgia despendían  $\geq 445,00$  min/día en comportamiento sedentario (Figura 2).

**Tabla 1.** Condiciones de trabajo de los profesionales de enfermería, Patos de Minas, 2017.

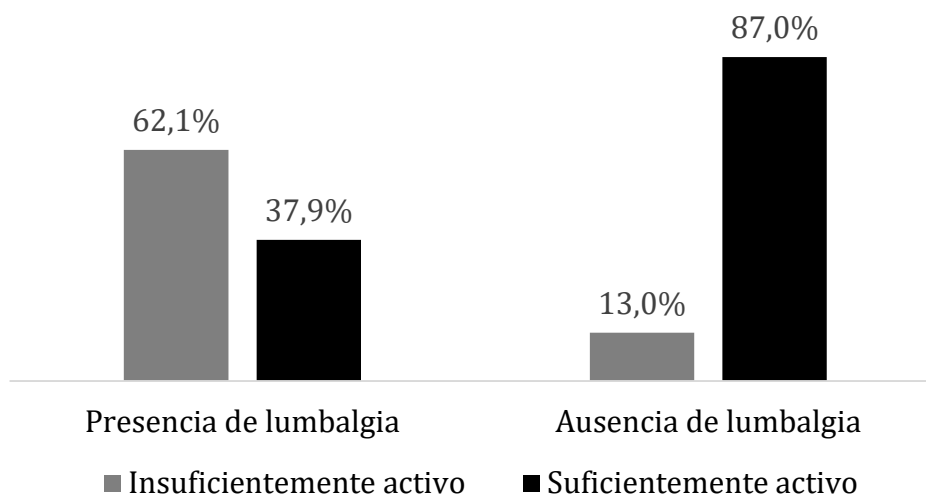
Condiciones de Trabajo	Total		Lumbalgia				p
			Ausencia		Presencia		
	N	%	N	%	N	%	
<b>Sexo</b>							0,504
Masculino	14	17,3	5	21,7	9	15,5	
Femenino	67	82,7	18	78,3	49	54,5	
<b>Categoría profesional</b>							0,929
Técnico/auxiliar	70	86,4	20	87,0	50	86,4	
Enfermero responsable	11	13,6	3	13,0	8	13,8	
<b>Tipo de horario</b>							0,590
Fijo	60	74,1	17	73,9	43	74,1	
Semifijo	14	17,3	5	21,7	9	15,5	
Rotativo	7	8,6	1	4,3	6	10,3	
<b>Otra ocupación</b>							0,380
No	68	84,0	18	78,3	50	86,2	
Sí	13	16,0	5	21,7	8	13,8	
<b>Oferta de gimnasia laboral</b>							0,122
No	25	30,9	10	43,5	15	25,9	
Sí	56	69,1	13	56,5	43	74,1	
<b>Práctica de gimnasia laboral**</b>							0,119
No	36	64,3	6	46,2	30	69,8	
Sí	20	35,7	7	53,8	13	30,2	

Test chi cuadrado de Person - \*p ≤ 0,05; \*\* acerca de la oferta de gimnasia laboral

**Tabla 2.** Condiciones de salud de los profesionales de enfermería, Patos de Minas, 2017.

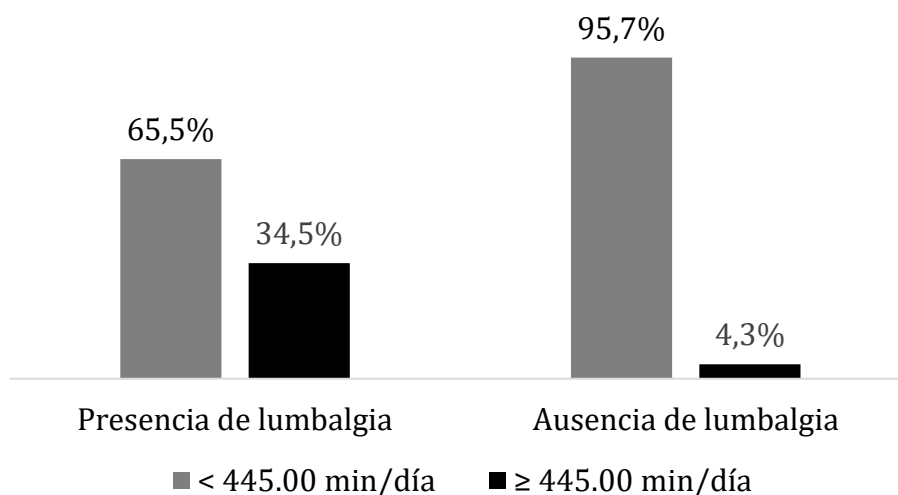
Condiciones de salud	Total		Lumbalgia				p
			Ausencia		Presencia		
	N	%	N	%	N	%	
<b>Tabaco</b>							0,375
No	74	91,4	20	87,0	54	93,1	
Sí	7	8,6	3	13,0	4	6,9	
<b>Bebida alcohólica</b>							0,965
No	49	60,5	14	60,9	35	60,3	
Sí	32	39,5	9	39,1	23	39,7	
<b>Índice de masa corporal</b>							0,904
Eutrófico	29	35,8	8	34,8	21	36,2	
Exceso de peso	52	64,2	15	65,2	37	63,8	
<b>Sueño</b>							0,686
≥ 8 horas	31	41,9	10	45,5%	21	40,4%	
< 8 horas	43	58,1	12	54,5%	31	59,6%	

Teste chi cuadrado de Person - \*p ≤ 0,05.



\* Teste chi cuadrado de Person -  $p < 0,001$

**Figura 1.** Nivel de actividad física de los profesionales de enfermería, Patos de Minas, 2017.



\* Teste chi cuadrado de Person -  $p = 0,005$ .

**Figura 2.** Tiempo utilizado en comportamiento sedentario de los profesionales de enfermería. Patos de Minas, 2017.

## DISCUSIÓN

En el presente estudio, fue encontrado un alta prevalencia de lumbalgia referida por 71,6% en profesionales del equipo de enfermería.

Un estudio realizado en un hospital en Túnez, evaluó 203 enfermeros, con promedio de edad de 39,8 años y se verificó prevalencia de lumbalgia en 58,1%. Los factores de riesgo asociados a la lumbalgia fueron: elevado índice de masa corporal, frecuencia diaria en postura inadecuada a la actividad que estaba

realizando y el layout de los materiales del sitio de trabajo<sup>12</sup>.

En otro estudio, también realizado con trabajadores de un equipo de enfermería, de un hospital universitario de Rio Grande do Sul, Brasil, se enseñó que la prevalencia de dolor lumbar llegó al 71,5% en el último año<sup>19</sup>.

En el grupo de profesionales del área hospitalaria, el dolor lumbar es nítidamente elevado en el equipo de enfermería. Esa situación ocurre, por el hecho que, estos profesionales realizan tareas que incluyen

flexión de tronco, posturas estáticas y manoseos de objetos pesados, lo que puede favorecer al apareamiento de la lumbalgia<sup>20</sup>.

Las condiciones de trabajo del equipo de enfermería no son satisfactorias en casi todos los países del mundo, lo que también puede ser un riesgo que contribuye al surgimiento de patologías, generando dolor. Esas condiciones pueden tener influencia de la remuneración inadecuada, la carga horaria muy larga sin período del descanso, plantones, tipo de horario, categoría profesional y la casi imposibilidad de ascensión en carrera profesional<sup>21,22</sup>.

Acercas de las condiciones de trabajo de los profesionales que fueron evaluados 86,4% son técnicos o auxiliares, 74,1% poseen tipo de horario fijo y 16% poseen otra ocupación además del trabajo en el hospital. En el presente estudio, no hubo relación significativa entre las condiciones de trabajo y lumbalgia crónica. Tal resultado puede haber sido al tamaño de muestra.

El opuesto fue enseñado en un estudio realizado con enfermeros registrados en la Orden de los Enfermeros en Portugal. Su trabajo señaló que la lumbalgia está asociada a la categoría profesional, lo que puede estar relacionado con el tipo de actividades reales de trabajo desempeñadas por los profesionales en cada una de las categorías. Las categorías más acometidas por la lumbalgia fueron aquellas que tienen cercanía con la prestación de cuidados clínicos y en consecuencia mayores exigencias físicas. Además, el estudio enseñó que el tipo de horario reveló haber un efecto estadísticamente significativo, siendo que el trabajo por turnos aumenta la probabilidad de lumbalgias, cuando comparado al trabajo en horario regular<sup>23</sup>.

La gimnasia laboral en el ambiente de trabajo, es un importante factor de promoción de salud, generando beneficios orgánicos, emocionales y sociales<sup>24</sup>. En el presente estudio, acerca de la oferta de gimnasia laboral, 69,1% afirmaron que el hospital ofrece, pero de estos sólo 35,7% participan.

Fue realizado un estudio con un equipo de enfermería de la Red de Urgencia y Emergencia, en Sobral (CE), Brasil, en lo cual

eran realizados ejercicios de gimnasia laboral con los trabajadores, como estiramiento y fortalecimiento muscular. Los resultados enseñaron que la gimnasia laboral contribuyó al trabajo, visto que mejoró el desempeño de los profesionales en sus actividades, tanto en la rutina de trabajo cuanto en su vida cotidiana<sup>25</sup>.

Por otro lado, se debe considerar la inactividad física y sedentarismo, que ha sido señalado como importantes contribuyentes a la lumbalgia. En este estudio, fue verificado que 62,1% de los profesionales que presentaron lumbalgia, eran insuficientemente activos. Esta asociación también fue verificada en un estudio con profesionales de enfermería que trabajan en la Central de Materiales y Esterilización de la Asociación Benéfica de Campo Grande (MS), – Hospital Santa Casa, en Campo Grande (MS), Brasil e identificó que la ocurrencia de dolor lumbar fue mayor en el grupo considerado insuficientemente activo<sup>26</sup>.

En el presente estudio, fue verificado que 34,5% de los profesionales que presenten lumbalgia pasan  $\geq 445,00$  min/día en comportamiento sedentario.

En Brasil alrededor de 60% de los brasileños no practican ningún tipo de actividad física<sup>4</sup>. Esto puede ser enseñado por una investigación de campo desarrollada en las UBS (Unidad Básica de Salud) en la ciudad de Floriano, Piauí, Brasil, que verificó la prevalencia del comportamiento sedentario en los enfermeros, técnicos de enfermería y agentes comunitarios de salud. Fue identificado que 55,6% de los profesionales que participaron de la investigación son considerados sedentarios<sup>27</sup>.

Al verificarse la comparación de la calidad de vida de mujeres sedentarias y practicantes de actividad física. Los resultados enseñaron que la capacidad funcional fue de 16% mayor en las activas, la limitación por aspectos físicos y dolor fue mayor en las sedentarias (19% y 33% respectivamente), el estado general de salud 24% mejor en las activas, la limitación por aspectos emocionales 39% mayor en las sedentarias y la salud mental 27% mejor en las activas<sup>6</sup>.

Siendo así, los profesionales del equipo de enfermería deben ser motivados en realizar actividad física regular<sup>12</sup>. Una revisión sistemática investigó la eficacia de intervenciones a la prevención y tratamiento de lumbalgia en enfermeros y verificó que un programa de ejercicios de estiramiento parece ser mejor que la realización de actividades habituales y que una alianza de entrenamiento de manipulación manual y “escuela de la columna” fue mejor que la fisioterapia pasiva<sup>28</sup>.

## CONCLUSIÓN

Hubo prevalencia de lumbalgia de 71,6% en los profesionales de enfermería, siendo que de estos, 98,3% presentaron incapacidad suave y 1,7% presentó incapacidad moderada. Además, 62,1% de los profesionales que presentaron lumbalgia eran insuficientemente activos y 34,5% pasan  $\geq 445,00$  min/día en comportamiento sedentario.

La principal limitación del estudio proviene de la utilización de una muestra por conveniencia. Además, no fue posible identificar a través de los cuestionarios aplicados el régimen de contratación de los investigados.

Luego, se concluye a través de los resultados obtenidos, que hubo alta prevalencia de lumbalgia crónica en profesionales de enfermería, y que esta fue involucrada a la inactividad física y al comportamiento sedentario. En este sentido, se hace necesario crear estrategias para aumentar el nivel de actividad física y disminuir el comportamiento sedentario en la población.

## REFERENCIAS

1. Maher C, Underwood M, Buchbinder R. Non-specific low back pain. *The Lancet*. 2017;389:736-47.
2. Brazil AV, Ximenes AC, Radu AS, Fernandes AR, Appel C, Maçaneiro CH, et al. Diagnóstico e tratamento das lombalgias e lombocitálgias. *Revista Brasileira de Reumatologia*. 2004;44:419-25.
3. Imamura ST, Kaziyama HHS, Imamura M. Lumbalgia. 1. 2001;80:375-90.
4. Toscano JJO, Egypto EP. A influência do sedentarismo na prevalência de lombalgia. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*. 2001;7:132-7.
5. Polito MD, Neto GAM, Lira VA. Componentes da aptidão física e sua influência sobre a prevalência de lombalgia. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. 2008;11:35-40.
6. Mancin GB, Bonvicine C, Gonçalves C, Barboza MAI. Análise da influência do sedentarismo sobre a qualidade de vida de pacientes portadores de dor lombar crônica. *ConScientiaeSaúde*. 2008;7:441-8.
7. Ganesan S, Acharya AS, Chauhan R, Acharya S. Prevalence and risk factors for low back pain in 1355 young adults: across-sectional study. *Asian Spine J*. 2017; 11:610-7.
8. Helfenstein Junior M, Goldenfum MA, Siena C. Occupational low back pain. *Revista da Associação Médica Brasileira* 2010; 56:583-9.
9. Iguti AM, Hoehne EL. Occupational low back pain. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. 2003;28:73-89.
10. Nunes AMS, Chequer LO, Lacerda L. Riscos ocupacionais relacionados à enfermagem no ambiente hospitalar. *Occupational risks related to nursing*. *Revista Educação, Meio Ambiente e Saúde*. 2018; 8:18-38.
11. Damasceno DD, Santos AAA, Rocha ÂF, Rocha DD. Fatores que predispõem a equipe de enfermagem às lesões osteomusculares no exercício das atividades laborais. *HOLOS*. 2011; 1:208-15.
12. Boughattas W, Maalel OE, Maoua M, Bougmiza I, Kalboussi H, Brahem A, et al. Low back pain among nurses: prevalence, and occupational risk factors. *Occupational Diseases and Environmental Medicine*. 2017; 5:26.
13. Carneiro VSM, Adjuto RNP. Fatores relacionados ao absenteísmo na equipe de enfermagem: uma revisão integrativa. *Revista de Administração em Saúde*. 2017;17(69):1-12.
14. Pinheiro FA, Tróccoli BT, Carvalho CV. Validação do Questionário Nórdico de Sintomas Osteomusculares como medida de morbidade. *Revista de Saúde Pública*. 2002; 36:307-12.
15. Nusbaum L, Natour J, Ferraz MB, Goldenberg J. Translation, adaptation and validation of the Roland-Morris questionnaire - Brazil Roland-Morris. *Brazilian Journal of Medical and Biological Research*. 2001; 34:203-10.
16. Matsudo S, Araújo T, Matsudo V, Andrade D, Andrade E, Oliveira LC, et al. Questionário internacional de atividade física (IPAQ): estudo de validade e reprodutibilidade no Brasil. *Revista*



- Brasileira de Atividade Física & Saúde. 2001; 6:5-18.
17. Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2018.
18. Rosenberg DE, Bull FC, Marshall AL, Sallis JF, Bauman AE. Assessment of sedentary behavior with the International Physical Activity Questionnaire. *J Phys Act Health*. 2008; 5 Suppl 1:S30-44.
19. Magnago TSBS, Lisboa MTL, Griep RH, Kirchoff ALC, Guido LA. Psychosocial aspects of work and musculoskeletal disorders in nursing workers. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*. 2010;18:429-35.
20. Dias EC, Godoy SCB, Almeida V. Desafio da abordagem multidisciplinar da lombalgia ocupacional. *Revista Mineira de Enfermagem*. 2003; 7:67-72.
21. Scholze AR, Martins JT, Robazzi MLCC, Haddad MCFL, Galdino MJQ, Ribeiro RP. Estresse ocupacional e fatores associados entre enfermeiros de hospitais públicos. *Cogitare Enfermagem*. [Internet]. 2017 [citado en 16 feb 2018]; 22(3):e50238. Disponible en: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/50238/pdf>
22. Silva SM, Borges E, Abreu M, Queirós C, Baptista PCP, Felli VEA. Relação entre resiliência e burnout: promoção da saúde mental e ocupacional dos enfermeiros. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*. 2016; 41-8.
23. Serranheira F, Sousa-Uva M, Sousa-Uva A. Lombalgias e trabalho hospitalar em

- enfermeiro(a)s. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*. 2012;10:80-7.
24. Lackstet L, Gonçalves ACBF, Soares SFC. Análise dos benefícios da cinesioterapia laboral a curto, médio e longo prazo: uma revisão de literatura. *Arch Health Invest*. 2018;7(5):168-73.
25. Araújo LC, Oliveira MRF, Pereira RCC, Félix TA, Dias RA, Dias MSA. Ginástica laboral em ambiente de emergência: relato de experiência no pet-saúde "Redes de Atenção". *SANARE - Revista de Políticas Públicas*. 2015;14(1):87-92.
26. Massuda KC, Muzili NA, Lima DF, Taciro C, Oliveira Júnior SA, Martinez PF, et al. Incidence of low back pain according to physical activity level in hospital workers. *Revista Dor*. 2017; 18:8-11.
27. Sousa PTM, Sousa ARR, Pacheco ES, Sousa GTM. Comportamento sedentário entre profissionais da Estratégia de Saúde da Família. *Rev enferm UFPI*. 2017; 6:24-9.
28. Van Hoof W, O'Sullivan K, O'Keeffe M, Verschueren S, O'Sullivan P, Dankaerts W. The efficacy of interventions for low back pain in nurses: a systematic review. *International Journal of Nursing Studies*. 2018;77:222-31.

### CONTRIBUIÇÕES

**Camilla Rivera Ribeiro** participou da concepção e alinhamento do projeto de investigação e coleta de dados. **Joilson Meneguci** contribuiu com a análise de dados e a revisão. **Cíntia Aparecida Garcia Meneguci** atuou na concepção e alinhamento do projeto, na análise de dados e na revisão.

### Como citar este artigo (Vancouver)

Ribeiro CR, Meneguci J, Meneguci CAG. Prevalência de lumbago e fatores associados em profissionais de enfermagem. *REFACS* [Internet]. 2019 [citado em *insertar dia, mes e ano de acesso*]; 7(2):158-166. Disponível em: *insertar link de acesso*. DOI: *insertar link del DOI*.

### Como citar este artigo (ABNT)

RIBEIRO, C.R.; MENEGUCI, J.; MENEGUCI, C.A.G. Prevalência de lumbago e fatores associados em profissionais de enfermagem. *REFACS*, Uberaba, MG, v. 7, n. 2, p. 158-166, 2019. Disponível em: *<insertar link de acesso>*. Acesso em: *insertar dia, mes e ano de acesso*. DOI: *insertar link del DOI*.

### Como citar este artigo (APA)

Ribeiro, C.R., Meneguci, J. & Meneguci, C.A.G (2019). Prevalência de lumbago e fatores associados em profissionais de enfermagem. *REFACS*, 7(2), 158-166. Recuperado em *insertar dia, mes e ano de acesso* de *insertar link de acesso*. DOI: *insertar link del DOI*.