

RESUMO

- **Tipo de comunicação** – comunicação livre
- **Eixo temático** – Enfermagem na Prática Clínica
- **Autores** – Maria João Matos, Catarina Barreiras, Constança Festas, Sofia Almeida, Ricardo Luís

- **Título – máximo de 20 palavras**

Dor nas Costas nos Pré-adolescentes de uma Comunidade Escolar do Alto Minho: Um estudo de Prevalência

- **Introdução - máximo de 80 palavras;**

O período de crescimento inerente à infância e à adolescência é uma etapa importante para o desenvolvimento músculo-esquelético, pois é marcado por diversas transformações físicas.

Durante esta fase, a aquisição de hábitos posturais incorretos, principalmente em ambiente escolar e a ocorrência de alterações posturais, poderá originar lesões músculo-esqueléticas (LME), onde se destaca a dor, principalmente localizada na coluna vertebral, decorrente de diversos fatores de risco (Sedrez, Rosa, Noll, Medeiros, & Candotti, 2015).

- **Objetivos – máximo de 80 palavras;**

Geral: Caracterizar a dor nas costas nos pré-adolescentes, de uma comunidade escolar (CE) do Alto Minho (AM).

Específicos:

1. Identificar a prevalência de dor nas costas, nos últimos 3 meses, nos pré-adolescentes de uma CE do AM;
2. Identificar a frequência de dor nas costas, nos pré-adolescentes de uma CE do AM;
3. Quantificar a intensidade da dor nas costas, nos últimos 3 meses, nos pré-adolescentes de uma CE do AM.

- **Metodologia - máximo de 180 palavras;**

Uma grande percentagem de LME são desenvolvidas na fase escolar, devido aos hábitos posturais inadequados, decorrentes do transporte da mochila, da posição sentada, do mobiliário e da atividade física desajustada, podendo desencadear dor, principalmente localizada na coluna vertebral das crianças e adolescentes (Portugal, 2015).

Investigar a prevalência da dor nas costas é fundamental, pois a prevenção e o diagnóstico precoce promovem a aquisição de padrões posturais adequados na vida adulta, através da implementação de Programas de Educação Postural e/ou encaminhamento para tratamento atempado (Preto, Santos, Rodrigues, Quitério, & Pimentel, 2015).

Este estudo quantitativo do tipo observacional, transversal desenvolveu-se numa CE do AM.

A população abrangida foram os pré-adolescentes (10-13 anos), recorrendo-se a uma amostra não probabilística por conveniência.

Foi aplicado o Back Pain and Body Posture Evaluation Instrument (BackPEI) (Noll M. , Candotti, Vieira, & Loss, 2013). Os dados foram analisados no programa SPSS.

Os aspetos éticos foram assegurados pela obtenção da autorização dos autores do BackPEI; da aprovação pela Comissão de Ética da ULSAM, EPE e pela Direção da CE; e pelo consentimento informado dos encarregados de educação.

- **Resultados e Discussão – Máximo de 180 palavras;**

Integraram a amostra 137 pré-adolescentes de uma CE do AM.

46,3% dos pré-adolescentes do sexo masculino (n=67) referiram sentir dor nas costas. Destes 48,4% sentiram dor “apenas uma vez”, 16,1% “duas a três vezes por semana” e 12,9% “uma vez por mês”, nos últimos 3 meses. Em média, a intensidade de dor nas costas, nos indivíduos do sexo masculino, foi moderada ($\bar{x}=3,6$; $s=1,7$).

38% dos pré-adolescentes do sexo feminino (n=70) referiram sentir dor nas costas (não associada ao ciclo menstrual), sendo que 28,9% sentiram dor “apenas uma vez”, 21,1% “duas a três vezes por semana” e 21,1% “uma vez por mês”, nos últimos 3 meses. Em média, a intensidade de dor nas costas, nos indivíduos do sexo feminino, foi moderada ($\bar{x}=3,5$; $s=1,7$).

Estes resultados diferem do estudo de Noll, Candotti, Bruna, & Loss (2016), onde foi utilizado o BackPEI, pois a prevalência da dor nas costas das crianças e adolescentes, nos últimos 3 meses, foi superior à verificada, concluindo existir diferenças significativas entre sexos, havendo maior intensidade nos participantes femininos, o que não se verificou no presente estudo.

- **Conclusões - máximo de 80 palavras;**

Perante a complexidade, a dimensão crescente desta problemática e os resultados evidenciados neste estudo, conclui-se que o conhecimento da prevalência da dor nas costas das crianças, adolescentes e jovens em idade escolar é essencial para planear o desenvolvimento de estratégias de intervenção, tanto no plano preventivo como educacional, tornando-se necessária e emergente uma intervenção sistemática, no âmbito da “Educação Postural”, que possibilite a promoção de hábitos posturais corretos nas crianças e jovens em contexto escolar, por equipas de Saúde Escolar.

- **Palavras-chave – de 1 a 5 de acordo com a taxonomia MeSH;**
 - Enfermagem
 - Serviços de Saúde Escolar
 - Adolescência
 - Dor nas Costas
 - Prevalência

- **Referências bibliográficas - máximo 5 - Norma APA 7th edition.**

Noll, M., Candotti, C. T., Bruna, N. d., & Loss, J. F. (2016). Dor nas costas e fatores associados em crianças e adolescentes: um estudo epidemiológico populacional. *Revista de Saúde Pública, 50*(31), pp. 1-8. doi:10.1590/S1518-8787.2016050006175

Noll, M., Candotti, C. T., Vieira, A., & Loss, J. F. (2013). Back Pain and Body Posture Evaluation Instrument (BackPEI): development, content validation and reproducibility. *Int J Public Health, 58*, pp. 565–572. doi:10.1007/s00038-012-0434-1

Portugal. (2015). *Programa Nacional de Saúde Escolar*. Ministério da Saúde. Lisboa: Direção-Geral da Saúde.

Preto, L. S., Santos, A. R., Rodrigues, V. M., Quitério, N. F., & Pimentel, M. H. (out./nov./dez de 2015). Análise por Fotogrametria da Postura e Fatores de Risco Associados em Crianças e Adolescentes Escolarizados. *Revista de Enfermagem Referência, IV(7) - out./nov./dez. 2015*, pp. 31-40. doi:10.12707/RIV14051

Sedrez, J. A., Rosa, M. Z., Noll, M., Medeiros, F. d., & Candotti, C. T. (2015). Fatores de risco associados a alterações posturais estruturais da coluna vertebral em crianças e adolescentes. *Revista Paulista de Pediatria, 33(1)*, pp. 72-81. doi:10.1016/j.rpped.2014.11.012