

UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - UNIRIO

Mestrado
PPgenf
Programa de Pós-graduação em Enfermagem UNIRIO

Revista de Pesquisa:
CUIDADO É FUNDAMENTAL Online
ISSN 2175-5361

ESCOLA DE ENFERMAGEM
ALFREDO PINTO
E E A P
UNIRIO

Ministério da Educação

PESQUISA

LUMBAR PAIN DURING PREGNANCY: IMPACT IN DAILY LIFE ACTIVITIES

LOMBALGIA NA GRAVIDEZ: IMPACTO NAS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIAS

LUMBALGIA DURANTE EL EMBARAZO: IMPACTO EN LAS ACTIVIDADES DE LA VIDA DIARIA

Wilma Ferreira Guedes Rodrigues¹, Tania Santos Giani², Nélia Maria Almeida de Figueiredo³, Fernando Porto⁴, Estélio Henrique Martin Dantas⁵

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to analyze the impact on daily life activities (DLAs) of pregnant women with lumbar pain complaints, enrolled in the Family Health Strategy. **Methods:** To collect the data it was used an epidemiological questionnaire, adapted from the *Quebec Back Pain Disability Scale* (QBPDs), giving emphasis to questions about lumbar pain and Daily Life Activities (AVDs). To the data analysis it was applied the SPSS 16.0, for descriptive statistics of percentage and *cross tabs*. It was calculated the Prevalence ratio (RP) and the Kruskal-Wallis test, $p < 0.05$ in order to verify the differences between the lumbar pain variable and gestational age. **Results:** 69.4% of the pregnant women had some activities harmed, especially those who reported feeling lumbar pain daily. All needed assistance to perform the tasks at home. **Conclusion:** The prevalence of lumbar pain during pregnancy interferes significantly in some daily life activities. **Descriptors:** Pregnancy, Lumbar pain, Women's health nursing.

RESUMO

Objetivo: Analisar o impacto nas atividades de vida diária de gestantes com queixa de dor lombar, cadastradas na Estratégia de Saúde da Família. **Métodos:** Para a coleta dos dados foi utilizado um questionário epidemiológico, adaptado do *Quebec Back Pain Disability Scale* (QBPDs), dando-se ênfase às perguntas sobre dor lombar e Atividades de Vida Diária (AVDs). À análise dos dados aplicou-se o SPSS 16.0, para a estatística descritiva de percentual relativo e *cross tabs*. Calculou-se a razão de Prevalência (RP) e o teste de *Kruskal-Wallis*, $p < 0,05$ com o objetivo de verificar as diferenças entre a variável dor lombar e idade gestacional. **Resultados:** Das gestantes pesquisadas, 69,4% tiveram algumas atividades prejudicadas, principalmente as que referiram sentir dor lombar, diariamente. Todas necessitaram de ajuda para cumprir as tarefas de casa. **Conclusão:** A prevalência da dor lombar durante a gravidez interfere, de forma significativa, em algumas atividades de vida diária. **Descritores:** Gestação, Dor lombar, Enfermagem em saúde da mulher.

RESUMEN

Objetivo: Analizar el impacto sobre las actividades de la vida cotidiana de las mujeres embarazadas que padecen de dolores lumbares, inscritas en la Estrategia de Salud de la Familia. **Métodos:** Para recoger los datos se utilizó un cuestionario epidemiológico, adaptado del *Quebec Back Pain Disability Scale* (QBPDs), dando énfasis a las preguntas sobre el dolor lumbar y Actividades de la Vida Diaria (AVDs). Para el análisis de los datos se aplicó el programa SPSS 16.0, para las estadísticas descriptivas sobre el porcentaje y *cross tabs*. Se calculó la razón de Prevalencia (RP) y la prueba de *Kruskal-Wallis*, $p < 0,05$ con el fin de 5 las diferencias entre la variable dolor lumbar y la edad gestacional. **Resultados:** De las mujeres embarazadas, 69,4% tuvieron algunas de las actividades afectadas, especialmente aquellas que dijeron sentir dolor lumbar diariamente. Todas necesitaron ayuda para realizar las tareas en casa. **Conclusión:** La prevalencia del dolor lumbar durante el embarazo interfiere significativamente en algunas actividades de la vida diaria. **Descritores:** Embarazo, Dolor lumbar, Enfermería de salud para mujeres.

¹ Mestre em Ciências da Motricidade Humana. Professora de Enfermagem Obstétrica do Departamento Saúde da Mulher do Centro Universitário de João Pessoa/PA. E-mail: wilma_fgr@msn.com. ² Doutora em Ciências da Saúde. Laboratório de Biociências da Motricidade Humana/UNIRIO. E-mail: taniagiani@gmail.com ³ Doutora em Enfermagem. Professora Titular/DEF/EEAP/UNIRIO. E-mail: nebia@unirio.br. ⁴ Pós-doutor em Enfermagem/USP. Professor Adjunto/DEMI/EEAP/UNIRIO. ⁵ Doutor em Educação Física. Professor titular do Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Enfermagem e Biociências/UNIRIO. E-mail: estelio.dantas@unirio.br

INTRODUÇÃO

A fase gestacional é considerada um período em que ocorrem inúmeras mudanças hormonais e biomecânicas no corpo da mulher¹. Essas mudanças contribuem para o deslocamento do centro da gravidade para cima e para frente, e está ligado ao crescimento do útero dentro da cavidade abdominal, além do aumento de peso e das mamas², podendo resultar em desconforto de dor e, em consequência, limitar a realização das atividades de vida diária e profissional³.

Essas mudanças na fase gestacional acarretam uma mobilidade articular aumentada, facilitando a predisposição às lesões na pelve e na coluna que podem levar à dor lombar¹. As lombalgias em grávidas são uma das principais causas de incapacidade física durante a gestação, dificultando diversas atividades da vida diária, como trabalhos ocupacionais e atividades domésticas (sentar, levantar, deambular, curvar-se), podendo interferir até no sono^{4, 5}.

A lombalgia atinge mais de 50% das mulheres grávidas e é considerada um problema que interfere nas atividades da vida diária, prejudicando, de modo significativo, a capacidade laboral⁶.

Diante o exposto, a proposta deste estudo é analisar o impacto nas atividades de vida diária de gestantes com queixa de dor lombar, cadastradas na Estratégia de Saúde da Família (ESF) do município de Cuitegí, PB.

METODOLOGIA

A pesquisa é de natureza descritiva, transversal, e utilizou uma amostra de 66 gestantes, selecionadas aleatoriamente, todas voluntárias, com idade média de 25,03 anos. O estudo atendeu estritamente ao prescrito pela Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde⁷ e pela Convenção de Helsink⁸, para o qual foi solicitado a todas as participantes que assinassem

o Termo de Participação Livre e Esclarecido. O projeto de pesquisa foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Santa Emília de RODAT da cidade de João Pessoa, no Estado da Paraíba, sob o número de protocolo 1022.0.000.125-09.

Para a seleção da amostra foi considerado um erro de proporção de 20% e estimação de 4%, de um total de 84 grávidas, levando em conta o erro tipo I, fixado em 5%, com nível de confiança de 95%. Os critérios de inclusão estabelecidos foram: estar grávida, ser cadastrada na ESF, e morar na comunidade.

As gestantes foram abordadas nas salas de espera, no dia da consulta pré-natal, nas unidades da (ESF) dos Conjuntos Roberto Paulino e Santo Antônio, e na Unidade do Centro (ESF I) na cidade de Cuitegí, Estado da Paraíba, o que correspondeu a 79% das pacientes que preencheram os requisitos compondo a amostra estudada.

A coleta de dados ocorreu nas Unidades de Saúde, em uma sala individual e confortável, visando à privacidade da gestante. Todas tiveram a mesma oportunidade de participar da pesquisa. As que concordaram, procediam com as assinaturas do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Utilizou-se para a coleta de dados um questionário epidemiológico, validado e adaptado da *Quebec Back Pain Disability Scale (QBPD)*⁹, dando-se ênfase às perguntas sobre dor lombar no período gestacional, e também acerca de outras informações como idade, sexo, estado civil e atividades de vida diária.

No tratamento dos dados foi utilizado um *software* SPSS versão 16.0 para a estatística descritiva de percentual relativo e *cross tabs*. Calculou-se a razão de Prevalência (RP), bem como o teste de *Kruskal-Wallis*, média e desvio-padrão, para verificar diferenças entre as variáveis, dor lombar e idade gestacional, adotando-se $p < 0,05$. A distribuição deu-se em tabelas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

O grupo amostral apresentou idade gestacional em torno de dois a oito meses, e prevalência da dor de 74,2%. Quanto ao grau de instrução, 72,2% das gestantes não haviam concluído o primeiro grau, porém, quanto à satisfação, 90,9% afirmaram estar satisfeitas com a gravidez. As atividades diárias referidas pelas mulheres foram: espanar, varrer, passar pano, limpar a casa, lavar pratos, limpar as janelas, carregar crianças no colo, lavar banheiro, lavar roupas, ir à feira, fazer almoço, cuidar das plantas, cuidar das crianças.

A tabela 1 mostra a disposição esquemática das gestantes por idade gestacional, acometidas por dor lombar. A razão de prevalência (RP) indicou que a dor lombar é 2,88 vezes maior na idade gestacional entre quatro e sete meses, e que nesse período elas tiveram 5,5 (IC = 95% 0,76 - 9,28) mais chances de desenvolver a lombalgia que as outras gestantes.

Tabela 1- Prevalência da dor lombar por idade gestacional (n = 66).

IG	Presença da dor		
	Sim (%)	Não (%)	Total (%)
Mais de 2 meses	05(10,2)	04(23,5)	09(13,6)
Entre 2 e 4 meses	09(18,3)	05(29,4)	14(21,2)
Entre 4 e 7 meses	26(53,0)	06(35,2)	32(48,8)
Mais de 7 meses	09(18,3)	02(11,7)	11(16,6)
Total	49(75,0)	17(25,0)	66(100)

Fonte: Quebec Back Pain Disability Scale.

A presença da dor, por faixa de idade gestacional, também foi comparada com o teste de *Kruskal-Wallis*, média e desvio-padrão, que mostrou diferença significativa ($p < 0,01$) entre essas variáveis. O grupo mais afetado foi o das gestantes, que estavam entre quatro e sete meses de gravidez. Como mostra a tabela 2.

Tabela 2. Teste de *Kruskal-Wallis* para verificar diferenças entre as variáveis por idade gestacional e a dor lombar (n = 66).

IG	Presença da dor		<i>Kruskal-Wallis</i>
	Média	DP	
Mais de 2 meses	1,68	,346	< 0,01
Entre 2 e 4 meses	1,79	,412	< 0,01
Entre 4 e 7 meses	1,52	504	< 0,01
Mais de 7 meses	1,83	,376	< 0,01

Fonte: Quebec Back Pain Disability Scale.

Legenda: DP (desvio-padrão); IG (idade gestacional)

De todas as participantes do estudo, 74,2% queixaram-se de dor lombar, dessas, 55% foram acometidas nos últimos sete dias, 69,4% queixaram-se de dor diariamente, e 30,5%, semanalmente. A dor foi mencionada de acordo com os dias da semana, conforme consta na tabela 3.

Tabela 3. Frequência da dor e a dor lombar nos últimos sete dias (n = 49).

	Presença da dor		
	Sim (%)	Não (%)	Total
Dor diária	25(69,4)	02 (6,6)	27 (55,1)
Dor semanal	11(55,1)	09(30)	20(40,8)
Dor mensal	-	02(6,6)	02(4,0)
Total	36(55)	13(26,5)	4(100)

Fonte: Quebec Back Pain Disability Scale

Observou-se na tabela 4, que as gestantes (69,4%) que sentiram dores diárias nos últimos sete dias (36%) ficaram impossibilitadas de realizar suas atividades, (44%) relataram essa dificuldade por um período de oito a quinze dias, e (20%) por mais de quinze dias. As gestantes se queixaram de dores, semanalmente, (30,5%) alegaram a mesma dificuldade.

Tabela 4. Frequência da dor lombar e os dias parados para as atividades diárias (n = 36).

	Presença da dor		
	Sim (%)	Não (%)	Total
De 1 a 7 dias	09(36)	08(72,7)	17(47,2)
De 8 a 15 dias	11(44)	02(18)	13(36,1)
Mais de 15 dias	05(20)	01(09)	06(16,6)
Total	25(69,4)	11(30,5)	36(100)

Fonte: Quebec Back Pain Disability Scale.

Todas as gestantes que se queixaram de dor lombar necessitaram de ajuda para cumprir as tarefas domésticas, 61,2% tiveram que reduzir o ritmo das atividades diárias em virtude da dor. As gestantes com queixas de dores diárias foram as mais prejudicadas em suas atividades quando comparadas com as que mencionaram sentir esse sintoma semanalmente.

Os resultados encontrados neste estudo possibilitaram constatar o impacto nas atividades de vida diária de gestantes, com queixas de dor lombar, acompanhadas pela Estratégia de Saúde da Família, na cidade Cuitegí-PB. A prevalência de dor lombar nas gestantes foi de aproximadamente 75%. Esses dados corroboram com outros estudos realizados em vários países, inclusive no Brasil, os quais mostram taxas de 75% a 85%^{10,11}.

Relacionando a prevalência da dor lombar entre as idades gestacionais, encontrou-se uma taxa de 53% na faixa entre quatro e sete meses contra 46,9% da soma de todas as outras faixas de idade gestacional. O cálculo da RP também indicou maior predisposição à dor lombar nas gestantes na faixa etária de quatro a sete meses. Achados semelhantes observam-se em outro estudo no qual 51% das gestantes até sete meses apresentaram dor que interferia significativamente em suas habilidades físicas e qualidade de vida.⁹ Entretanto, em outro estudo realizado com 203 gestantes observou-se que a prevalência de dor não aumentou com o avanço da gravidez¹².

A dor lombar na gravidez provocou algumas limitações na vida das gestantes, participantes do estudo, comprometendo de modo significativo as suas atividades diárias. Verificou-se que o grupo mais acometido foi o de mulheres que sofriam desse desconforto diariamente,

mantendo a gestante afastada de sua rotina por um período de sete a quinze dias. Esses dados são semelhantes a outros encontrados na literatura que mostraram que a lombalgia na gravidez pode causar afastamento do trabalho, inabilidade motora, interferindo em suas rotinas¹².

Um estudo analisou a interferência da lombalgia após o parto nas atividades cotidianas das mulheres, o mesmo verificou quais eram as atividades em que estavam limitadas, devido à dor nas costas. Esse estudo concluiu que a lombalgia causava muitas limitações nas atividades diárias dessas mulheres¹⁴.

Algumas atividades como lavar roupas, passar pano na casa, carregar sacolas de feira e caminhar foram apontadas pelas mulheres como as de maior dificuldade de executar na presença da dor, sendo necessária a ajuda de terceiros para cumprir suas obrigações e rotinas. Apesar da dor, algumas gestantes não precisaram trocar suas atividades, apenas tiveram que reduzir o ritmo. Outros estudos de prevalência mostram que a lombalgia durante a gestação provoca desconforto, bem como influencia de modo negativo na qualidade do sono, desempenho físico, dificuldade no trabalho, vida social, atividades domésticas e lazer¹⁵.

Em estudo realizado em uma Unidade Básica de Saúde, observou-se que 51% das mulheres apresentaram dor que interferia de modo considerável, em suas habilidades físicas e qualidade de vida.¹⁶ A limitação funcional nas atividades da vida diária e prática também pode ser prejudicada durante a gestação e após o parto, principalmente se a gestante tiver apresentado este sintoma de dor lombar antes de engravidar, podendo interferir na sua rotina e, conseqüentemente, na sua qualidade de vida¹⁵.

CONCLUSÃO

A prevalência de dor lombar durante a gravidez interfere, de forma expressiva, em algumas atividades de vida diária e trazem limitações ao cotidiano de vida das mulheres.

As gestantes com dor lombar apresentaram redução no ritmo de trabalho e dificuldades em realizar algumas tarefas, necessitando de ajuda de terceiros. Portanto, o estudo revelou que as Atividades de Vida Diárias (AVDs), das gestantes portadoras de lombalgia, são limitadas interferindo de forma expressiva na rotina dessas mulheres.

Nesse sentido se fazem necessários outros estudos, sobre a dor lombar no período gestacional e a ocorrência de agravos para as atividades de vida diárias, a fim de promover medidas preventivas com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dessas pessoas.

REFERÊNCIAS

- Birch K, Fowler NE, Rodacki AL, Rodacki CL. Stature loss and recovery in pregnant women with and without low back pain. *Arch Phys Med Rehabil.* 2003; 84(4): 507-512.
- Martins RF, Silva JLP. Tratamento da lombalgia e dor pélvica posterior na gestação por um método de exercícios. *Rev Bras Ginecol Obstet.* 2005; 27(5):275-282.
- Jewell DG. Interventions for preventing and treating pelvic and back pain in pregnancy. *Cochrane Database Syst Rev.* 2002; (1): CD001139.
- Wedenberg K, Moen B, Norling A. A prospective randomized study comparing acupuncture with physiotherapy for low-back and pelvic pain in pregnancy. *Acta Obstet Gynecol Scand.* 2000; 79: 331-5.
- Ferreira CHJ, Nakano AMS. Reflexões sobre as bases conceituais que fundamentam a construção do conhecimento acerca da lombalgia na gestação. *Rev Latino-Am Enfer.* 2001 mai. 9 (3): 95-100.
- Johansson G, Norén L, Östgaard HC, Östgaard S. Lumbar back and posterior pelvic pain during pregnancy: a 3-year follow-up. *Eur Spine J.* 2002; 11: 267-71.
- Brasil. Normas para a realização de Pesquisa em Seres Humanos. CND. *Saúde Resolução 196/96.*
- World Medical Association. Declaration Helsinki. Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects. 59th WMA General Assembly, Seoul, October 2008.
- Kopec, JA, Esdaile JM, Abrahamowicz M, Wood-Dauphinee S, Lamping DL, et al. The Quebec Back Pain Disability Scale. Measurement Properties. 1995. Disponível em: <<http://www.pubmed.com.br/oamis>>. Acesso em: 23 jun. 2009.
- To WW, Wong MW. Factors associated with back pain symptoms in pregnancy and the persistence of pain 2 years after pregnancy. *Acta Obstet Gynecol Scand.* 2003; 82:1086-91.
- Olsson C, Nilson-Wikmar L. Health: related quality of life and physical ability among pregnant women with and without back pain in late pregnancy. *Acta Obstet Gynecol Scand.* 2004; 83: 351-7.
- Martins RF, Silva JLP. (2005). Prevalência de dores nas costas na gestação. *Rev Assoc Med Bras.* mai./jun. 2005; 51(3): 144-7.
- Batista DC, Chiara VL, Gugelmin SA, Martins PD. Atividade física e gestação: saúde da gestante não atleta e crescimento fetal. *Rev Bras Saude Mater Infant.* 2003. Disponível em: <<http://www.scielo.br/scielo.php>>. Acesso em: 2 de maio de 2009.
- Pahlbäck M, Pilo C, Ringdahl KH, Wikmar LN. Perceived pain and self-estimated activity limitations in women with back pain post-partum. *Physiother Res Int.* 2003; 8(1): 23-35.

Rodrigues WFG, Giani TS, Figueiredo NMA *et al.*

15. Nales S, Pagano K, Rasnake MS, Stone A. Not another pain in pregnancy. *Obstet Gynecol Surv.* 2005; 60 (1): 1-2.
16. Novaes FS; Shimo AKK; Lopes MHBM. Lombalgia na gestação. *Rev. Latino-Am Enferm.* 2006 ago. 14(4): 620-624. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php>. Acesso em: 26 de agosto de 2009.

Recebido em: 11/10/2011

Aprovado em: 27/02/2012