

# PREVALÊNCIA E CARACTERIZAÇÃO DA DOR CRÔNICA ORTOPÉDICA EM IDOSOS QUE PRATICAM E NÃO PRATICAM EXERCÍCIO FÍSICO EM UMA ASSOCIAÇÃO NA CIDADE DE PELOTAS/RS

**MATTIOLI, Rafaela Ávila<sup>1</sup>; LESSA, Helena Thofehrn<sup>1</sup>; ZANCHET, Marcos Atrib<sup>1</sup>; BLOIS, Cleci Redin<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – rafinhavila@yahoo.com.br

<sup>2</sup>Universidade Católica de Pelotas – edblois@altemet.com.br

## 1. INTRODUÇÃO

O envelhecimento caracteriza-se por um declínio das funções dos diversos órgãos, tendendo a ser linear em função do tempo, sem definir um ponto exato de transição (GUIMARÃES et al, 2004; COSTA et al, 2008). Em relação aos países em desenvolvimento, idosos são indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos, e estudos demonstram que nos últimos anos essa população vem crescendo rapidamente (COSTA et al, 2008).

As dores e disfunções no sistema musculoesquelético constituem uma freqüente queixa na velhice, contribuindo para as incapacidades nesse grupo etário (ANDRADE et al, 2006; COSTA et al, 2008). A dor crônica é uma experiência subjetiva e pessoal, envolve aspectos sensitivos e culturais que podem ser alterados pelas variáveis socioculturais e psíquicas do indivíduo e do meio (CRUZ et al, 2006; GOMES et al, 2006; CABRERA et al, 2008). Possui início súbito ou lento, intensidade leve a intensa, constante ou recorrente, sem um término antecipado ou previsível e com duração de mais de seis meses (BACHION et al, 2005; CRUZ et al, 2006; CABRERA et al, 2008).

Apesar de não ser possível eliminar as doenças crônicas e incapacidades decorrentes, idosos podem ser beneficiados por meio de atividades que os ajudem a manter independência e alcançar um ótimo padrão de saúde (BACHION et al, 2005). Existem inúmeras evidências que indicam que programas de exercício físico são efetivos para deter algumas perdas decorrentes do desgaste do funcionamento do estado geral e aumentar a eficácia fisiológica, mesmo sendo iniciada em uma fase tardia da vida (BORGES et al, 2004; CAROMANO et al, 2006).

Dor é um sério problema de saúde pública, que necessita ser diagnosticado, mensurado, avaliado e devidamente tratado pelos profissionais de saúde, minimizando a morbidade e melhorando a qualidade de vida (CARVALHO et al, 2004). Dessa forma, acreditando na importância deste tema para os fisioterapeutas, foi realizado um estudo com o objetivo de verificar a prevalência de dor crônica ortopédica em idosos praticantes e não-praticantes de exercício físico regular, averiguando também as características dolorosas presentes.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizado um estudo transversal com uma amostra composta por todos (54) idosos praticantes de exercício físico regular (pertencentes aos grupos de ginástica e dança) e não-praticantes (pertencentes aos grupos de convivência e trabalhos manuais) da Associação Beneficente dos Aposentados e Pensionistas de Pelotas (ABAPP), na cidade de Pelotas, RS, Brasil. Foram incluídos idosos de

60 a 70 anos de idade, de ambos os sexos, sem história de doenças neurológicas e que demonstraram ter condições de responder às questões propostas.

Para a coleta dos dados foram utilizados os instrumentos: a) Questionário contendo os dados de identificação, condições pessoais e de saúde, com o objetivo de verificar aqueles que possuíam dor crônica ortopédica; b) Questionário McGill (MPQ), versão Brasileira (Br-MPQ), adaptados pelas autoras do estudo, com o objetivo de caracterizar a dor dos idosos.

Este estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Católica de Pelotas em novembro de 2008 sob o parecer de número 2008/97. Os dados foram coletados pelas próprias pesquisadoras.

Anteriormente a aplicação do questionário, os idosos foram informados a respeito dos objetivos, da importância da pesquisa, do sigilo de identificação, e assinaram um termo de consentimento que esclarecia a não obrigatoriedade em participar do estudo.

Após a coleta, os dados qualitativos foram organizados em categoria de análise e os quantitativos foram revisados, armazenados e tabulados por meio do programa de estatística SPSS versão 8.0.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÕES**

Foram entrevistados 54 idosos que responderam ao questionário para verificar a ocorrência de dor crônica ortopédica. Deste total, 31 relataram a presença de dor, sendo aplicado o questionário McGill em 27 idosos, devido às perdas que tivemos durante a pesquisa. Entre os entrevistados, 18 idosos eram praticantes de exercício físico, enquanto 9 eram sedentários; e 25 eram do sexo feminino e 2 do sexo masculino, com média de idade de 64,81 anos.

Dos entrevistados inicialmente através do primeiro questionário, verificamos que 44% dos praticantes de exercício físico possuem dor crônica, enquanto a prevalência de dor nos idosos não-praticantes de exercício físico regular é de 100%. É importante salientar a possível presença de um viés de seleção, visto que não foi controlado o início da prática de atividade física entre esses idosos, assim como sua rotina diária de trabalho, o que pode influenciar na ocorrência da dor crônica.

Em relação a localização da dor, a região mais acometida foi o joelho, sendo citada em 20% e 23% pelos idosos praticantes e não-praticantes de exercício físico regular, respectivamente.

Em relação à frequência e duração das crises de dor, 38% dos praticantes de exercício físico sentem dor diariamente e durante todo o dia, 17% sentem dor de acordo com as condições climáticas, 17% diariamente somente de manhã ou de noite e 6% sentem dor periodicamente, com intervalo de poucos dias entre as crises.

Dos idosos não praticantes de exercício físico, 45% sentem dor diariamente e durante todo o dia, 22% diariamente somente no turno da manhã ou da noite e 11% relataram sentir dor periódica, com intervalo de poucos dias entre as crises. Também verificamos que 22% dos idosos, tanto os praticantes quanto os não praticantes de exercício físico, relataram sentir dor somente quando fazem esforço físico em excesso.

Em relação a intensidade de dor presente, 33% dos idosos não-praticantes de exercício físico regular relataram a intensidade como insuportável, enquanto nos praticantes essa porcentagem foi de 11%.

Em comparação aos resultados apresentados neste estudo quanto à prevalência de dor crônica, uma pesquisa realizada em Goiânia verificou a ocorrência de dor crônica em idosos de uma comunidade atendida pelo PSF e mostrou que dos idosos avaliados, 62,5% apresentaram dor crônica (BACHION et al, 2005). Em outro estudo feito no Paraná, a prevalência de dor crônica em idosos foi de 51,4% (DELLAROZA et al, 2007).

Podemos observar que neste estudo todos os idosos não-praticantes de exercício físico relataram presença de dor crônica. Esse dado demonstra o impacto negativo que o sedentarismo causa a população idosa.

Pesquisas realizadas em Minas Gerais e São Paulo mostraram que as regiões anatômicas mais acometidas pela dor crônica ortopédica em idosos foram os membros inferiores seguidos da coluna vertebral (AGUIAR et al, 2006; GOMES et al, 2006). Segundo outros autores, as regiões que predominaram foram a região dorsal e os membros inferiores (BACHION et al, 2005; DELLAROZA et al, 2007). Esses dados são semelhantes ao nosso estudo, pois tanto os idosos praticantes quanto os não-praticantes de exercício físico relataram os membros inferiores como a região mais acometida, sendo o joelho a mais citada.

Estudo realizado na Universidade Estadual Paulista de Presidente Prudente visando verificar a prevalência de dor crônica em idosos, mostrou que a frequência da dor foi em maior proporção do tipo intermitente (GOMES et al, 2006). Já em nosso estudo a frequência da dor mais relatada foi diariamente e durante todo o dia, tanto pelos praticantes quanto pelos não-praticantes de exercício físico.

Quanto à intensidade da dor, a mais citada entre os idosos foi a moderada. Segundo estudo realizado em Goiânia, a dor foi indicada como insuportável em 36%, fraca em 28% dos idosos, moderada por 20% deles e intensa em 16% (ANDRADE et al, 2006). Já em estudo realizado na Clínica Escola de Fisioterapia do Unicentro Newton Paiva em Minas Gerais, a maioria dos idosos relatou que a intensidade da dor presente era fraca (47,36%) (AGUIAR et al, 2006). Possivelmente nesse último estudo a intensidade relatada foi menor devido aos participantes já estarem em tratamento fisioterápico.

Em outro estudo realizado em Santa Catarina para avaliar a qualidade de vida de idosos participantes de um grupo de convivência também mostrou dados semelhantes ao último, pois a maioria (56%) dos indivíduos relatou a dor como leve a muito leve (BORTOLI et al, 2009).

#### **4. CONCLUSÕES**

Através desse estudo podemos observar que a prevalência de dor crônica ortopédica em idosos é alta, principalmente nos não-praticantes de exercício físico. Esse dado demonstra a importância de um programa direcionado a essa população, tendo a fisioterapia um papel fundamental tanto na prevenção quanto na reabilitação da dor crônica ortopédica.

A pesquisa evidencia, a partir dos dados apurados, a necessidade de ampliar estudos relacionando a intervenção da fisioterapia com a dor crônica em idosos no sentido de promover estratégias contínuas nesta área que possibilitem uma abordagem mais eficaz e uma redução no consumo de analgésicos e antiinflamatórios, já que a dor é um sintoma que compromete a qualidade de vida dos idosos.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, V; MAGNO, F; PEREIRA, L; RESENDE, M; SANTOS, C. Aplicação da versão brasileira do questionário de dor McGill em idosos com dor crônica. **Acta Fisiatr.**, v.13, n.2, 2006.

ANDRADE, F; PEREIRA, L; SOUZA, F. Mensuração da dor no idoso: uma revisão. **Rev. Latino-am Enfermagem**, v.14, n.2, 2006.

BACHION, M; COBIANCHI, M; GODOY, L; LACERDA, P. Estudo da ocorrência de “dor crônica” em idosos de uma comunidade atendida pelo programa saúde da família em Goiânia. **Rev. Eletrônica de Enfermagem**, v.7, n.1, 2005.

BORGES, S; RAUCHBACH, R. Tendência a estados depressivos em idosos que não tem o hábito da prática da atividade física: um estudo piloto no município de Curitiba. **Revista Digital**, v.10, n.70, 2004.

BORTOLI, A; DANIELI, E; FERRETI, F; HOFF, D; POLESE, C; SILVA, M. Qualidade de vida de idosos freqüentadores de grupos de convivência: uma reflexão dialógica. **Rev. FisioBrasil**, v.12, n.94, 2009.

CABRERA, M; DELLAROZA, M; FURUYA, R; MATSUO, T; PACOLA, L; TRELHA, C et al. Caracterização da dor crônica e métodos analgésicos utilizados por idosos na comunidade. **Rev. Assoc. Med. Bras**, v.54, n.1, 2008.

CAROMANO, F; IDE, M; KERBANY, R. Manutenção na prática de exercícios por idosos. **Rev. do Departamento de Psicologia**, v.18, n.2, 2006.

CARVALHO, J; MATOS, M; MOTA, J; RIBEIRO, J. Atividade física e qualidade de vida associada à saúde em idosos participantes e não participantes em programas regulares de atividade física. **Rev. Bras. Educ. Fís. Esp.**, v. 20, n.3, 2006.

COSTA, A; LESSA, R; MASCARENHAS, C; OLIVEIRA, T; REIS, L; SAMPAIO, L. Saúde dos idosos da clínica-escola de fisioterapia da Universidade Estadual do sudoeste da Bahia. **Cienc. Cuid. Saúde**, v.7, n.8, 2008.

CRUZ, D; KRELING, M; PIMENTA, C. Prevalência de dor crônica em adultos. **Rev. Bras. Enferm.**, v. 59, n.4, 2006.

DELLAROZA, M; MATSUO, T; PIMENTA, C. Prevalência e caracterização da dor crônica em idosos não institucionalizados. **Cad. Saúde Pública**, v.23, n.5, 2007.

GOMES, J; LEITE, F. Dor crônica em um ambulatório universitário de fisioterapia. **Rev. Ciênc. Méd.**, v.15, n.3, 2006.

GUIMARÃES, L; GALDINO, D; MARTINS, F; VITORINO, D; PEREIRA, K; CARVALHO, E. Comparação da propensão de quedas entre idosos que praticam atividade física e idosos sedentários. **Rev. Neurociências**, v.12, n.2, 2004.