

PROJETO DE INTERVENÇÃO COMUNITÁRIA NA PREVENÇÃO DE LOMBALGIAS: UM CONTRIBUTO PARA A INVESTIGAÇÃO EM ENFERMAGEM DO TRABALHO

Inês Santos Frazão¹; Alcinda Reis^{2,3,4,5}; Maria do Carmo Figueiredo⁴; Dina Pascoal⁶; Catarina Alves⁷; Mariana Jorge⁸

¹ACES Médio Tejo, ARSLVT, IP.; ²Cintesis - UP, Porto; ³ CEMRI - Universidade Aberta; ⁴Centro de Investigação em Qualidade de Vida, Santarém; ⁵UMIS - ESSS/IPSantarém, Santarém; ⁶ACES Pinhal Litoral, ARSCentro; ⁷Unidade de Cuidados Continuados da Chamusca; ⁸Santa Casa da Misericórdia do Entroncamento.

Introdução



- ✓ Nos últimos anos tem-se verificado um **aumento significativo na incidência e prevalência das lombalgias a nível mundial**, sendo considerado um **problema de saúde pública**.
- ✓ As **lombalgias nos enfermeiros** são das doenças que mais **preocupação geram aos enfermeiros do trabalho**, devido à complexidade do impacto desta patologia na qualidade de vida dos enfermeiros e no absentismo destes profissionais.
- ✓ Foi **implementado um Projeto de Intervenção Comunitária**, numa unidade de saúde, no sentido de prevenir situações futuras de lombalgias nos enfermeiros.

Objetivos

- ❖ Analisar a prevalência de lombalgias nos últimos 12 meses na equipa de enfermagem de uma unidade;
- ❖ Avaliar a implementação do Projeto de Intervenção Comunitária “Prevenir para melhor cuidar”, na prevenção de lombalgias nessa equipa de enfermagem.

Metodologia

- ❖ O enfermeiro comunitário desenvolveu o projeto durante **quatro meses**.
- ❖ Foi aplicado um **questionário**, realizado pelo enfermeiro, para **caracterização sociodemográfica dos enfermeiros da unidade e verificação da prevalência de lombalgias nos últimos 12 meses**.
- ❖ Realizada **sessão de Educação para a Saúde**, enquanto **estratégia de Promoção da Saúde**, que incluiu as causas, fatores de risco e prevenção de lombalgias. A sessão foi replicada sete vezes perspetivando abranger todos os enfermeiros.
- ❖ Os participantes preencheram, depois da sessão, um **questionário de avaliação do projeto**.

Resultados e Discussão

Participaram no projeto todos os enfermeiros da unidade (37 enfermeiros, com idades compreendidas entre os 22 e 47 anos).

Gráfico 1: Distribuição da população por sexo

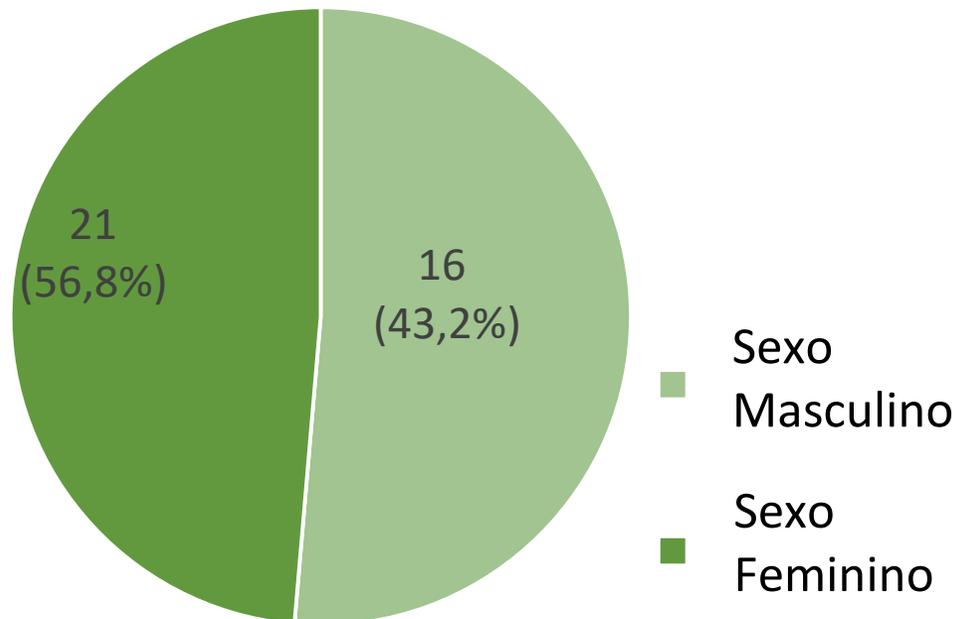
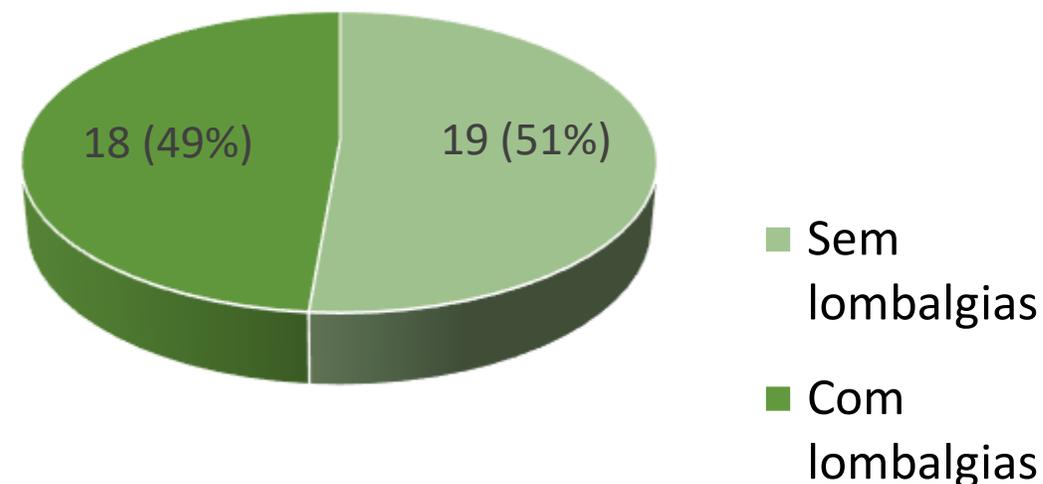


Gráfico 2: Distribuição da população sobre a prevalência de lombalgias nos últimos 12 meses



Resultados e Discussão

- A **presença de lombalgias** foi associada a algumas **variáveis sociodemográficas** (sexo e idade), **profissionais** (tempo de profissão) e **organizacionais** (ausência de equipamentos e carga de trabalho).
- Após a sessão, os enfermeiros **comprometeram-se a adotar as medidas preventivas de lombalgias**.
- Todos responderam que **a temática do Projeto foi pertinente**.
- A sua opinião global foi **100% muito satisfeitos**, demonstrando **o impacto positivo do Projeto**.

Conclusões

- ✓ Conclui-se, neste estudo, que as **lombalgias** assumem especial relevância na **profissão de enfermagem**.
- ✓ Recomenda-se a **continuação do programa educacional** e a **implementação de medidas de melhoria das condições de trabalho**, visando evitar a evolução desfavorável das lombalgias e prevenir o aparecimento de novos casos.
- ✓ Serão importantes **estudos futuros** sobre a temática, de forma a **verificar os ganhos em saúde, a longo prazo, nos enfermeiros da unidade**.
- ✓ O projeto contribuiu para que atualmente haja um **enfermeiro do trabalho na unidade**.

Referências Bibliográficas

- Cargnin ZA, Schneider DG, S. I. (2020). Prevalência e fatores associados à lombalgia inespecífica em trabalhadores de enfermagem. *Texto Contexto Enferm*, 3(2), 1806-1810.
- Ribeiro, C. R., Meneguci, J., & Garcia-Meneguci, C. A. (2019). Prevalência de lombalgia e fatores associados em profissionais de enfermagem. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde No Contexto Social*, 7(2), 158. <https://doi.org/10.18554/refacs.v7i2.3518>
- Silva, L. L. da, Neta, A. A. P., Prates, C. F., Soares, J. S., Araújo, T. A., Costa, A. M. A., Cardoso, T. V., & Moura, R. C. (2021). Análise Da Prevalência De Dor Lombar Associada À Atividades Ocupacionais: Uma Revisão Integrativa De Literatura/ Analysis of the Prevalence of Lower Back Pain Associated With Occupational Activities: an Integrative Literature Review. *Brazilian Journal of Development*, 7(2), 11729–11743. <https://doi.org/10.34117/bjdv7n2-004>
- Melo, P. (2020). *Enfermagem de saúde comunitária e de saúde pública*. Lidel-Edições Técnicas.