



ASSOCIAÇÃO ENTRE DORES NAS COSTAS E BAIXA FORÇA/RESISTÊNCIA ABDOMINAL E POUCA FLEXIBILIDADE EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Aline C. Bortolini – Universidade Luterana do Brasil (ULBRA/RS)
Daniel C. Garlipp – Universidade Luterana do Brasil (ULBRA/RS)

Um dos problemas que a população brasileira mais demonstra em relação à saúde é a lombalgia, ou seja, a dor nas costas. Quando se pensa em dor nas costas em crianças e adolescentes, se questiona o fato de muitas delas terem sintomas de dor em uma idade tão baixa. Nesse sentido o presente estudo teve como objetivo verificar se existe associação estatisticamente significativa entre dores nas costas e baixa força/resistência abdominal e pouca flexibilidade. Para o presente estudo, descritivo e associativo, com análise de corte transversal, foram utilizados um total de 162 alunos (79 do sexo masculino e 83 do feminino), com idades entre os nove e os 15 anos de idade, de duas escolas da cidade de Canoas/RS. A força/resistência abdominal foi medida através do teste do sit up's (número de abdominais em um minuto) e a flexibilidade foi medida através do teste de sentar-e-alcançar (cm), seguindo as recomendações do Projeto Esporte Brasil (Proesp). Com o uso de pontos de corte específicos por sexo e idade, a flexibilidade e a força/resistência abdominal foram classificadas em zona de risco à saúde e zona saudável. A presença de dores nas costas foi medida através do relato dos alunos. Para a estatística descritiva, foi utilizada a média e o desvio padrão. Para a estatística inferencial, foi utilizado o teste do Qui-quadrado. Todas as análises foram realizadas no programa estatístico SPSS 20.0, sendo o nível de significância adotado de 5%. Como principais resultados, não foram identificadas, de forma isolada, associações estatisticamente significativas entre baixa força/resistência abdominal e dores nas costas (sexo masculino: $p=0,568$; sexo feminino: $p=0,070$), assim como baixa flexibilidade e dores nas costas (sexo masculino: $p=0,567$; sexo feminino: $p=0,195$). Também, ao serem analisados aqueles indivíduos que apresentavam conjuntamente baixa resistência/abdominal e baixa flexibilidade e relacionando à dores nas costas, também não foram identificadas associações estatisticamente significativas (sexo masculino: $p=0,739$; sexo feminino: $p=0,078$). Conclui-se, portanto, que o relato de dor nas costas não parece estar associado a uma baixa força/resistência abdominal e baixa flexibilidade.

Palavras-chave: Dor nas costas. Criança. Adolescente.