



**Tipo de trabalho:** RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS)

## **LOMBALGIA: O PAPEL DO FARMACÊUTICO NA IDENTIFICAÇÃO, ACOMPANHAMENTO, MANEJO E PREVENÇÃO<sup>1</sup>**

**Michele Possebom<sup>2</sup>, Diogo Luiz Bernardi<sup>3</sup>, Andressa Rodrigues Pagno<sup>4</sup>,  
Izabel Almeida Alves<sup>5</sup>**

<sup>1</sup> Trabalho realizado no 5° semestre de farmácia referente interdisciplinaridade das disciplinas

<sup>2</sup> Acadêmica do curso de Farmácia da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões ? Campus de Santo Ângelo, email: luisfpossebom@yahoo.com.br

<sup>3</sup> Acadêmico do curso de Farmácia da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões ? Campus de Santo Ângelo. email:diogo-bernardi@yahoo.com.br

<sup>4</sup> Mestre em gerontologia, docente do curso de Farmácia da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões ? Campus de Santo Ângelo, email:andipagno@hotmail.com

<sup>5</sup> Mestre em gerontologia, docente do curso de Farmácia da Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões ? Campus de Santo Ângelo, email:izabelalmeidaalves@gmail.com

Dores lombares são alterações álgicas na musculatura esquelética na região lombosacral, atualmente é um problema de saúde decorrente ao esforço realizado para suportar longos períodos de trabalho, sedentarismo e má postura. No Brasil, aproximadamente 10 milhões de brasileiros ficam incapacitados em razão da lombalgia, dor lombar, e pelo menos 70% da população sofrerão uma ocorrência desta dor durante a vida. Diante ao exposto e devido a relevância o conhecimento do profissional farmacêutico sobre a prevenção, tratamento e manejo desta condição auxiliam na promoção da saúde desses pacientes. Logo, este estudo objetivou elucidar as principais causas, o diagnóstico e as formas de tratamento da lombalgia, com o enfoque multiprofissional. Trata-se de um artigo de revisão narrativa, a qual a metodologia baseou-se na busca de material disponível no banco de dados *SciELO*, *Google Acadêmico* e *PubMed*. Os resultados mostram que o tratamento multidisciplinar possui evidências científicas de que é eficaz na melhora da dor lombar crônica, mesmo aquela de longa data ou fortemente relacionada a fatores psicossociais. O tratamento para a lombalgia pode ser dividido entre medidas de prevenção, que incluem cuidados para evitar a dor, e medidas farmacológicas, as quais buscam a cura dos sintomas, empregando fármacos mais adequados para cada tipo de lombalgia. O tratamento medicamentoso, em primeira etapa, deve ser centrado no controle sintomático da dor para propiciar a recuperação funcional, o mais rapidamente possível. A sua eficácia se restringe às causas mecânico degenerativas, e, mesmo assim, em fase inicial. Em segunda etapa, são mandatórios que sejam procuradas causas específicas, como neoplasias, fraturas, doenças metabólicas, doenças infecciosas,



**Tipo de trabalho:** RESUMO SIMPLES (MÁXIMO 2 PÁGINAS)

inflamatórias e outras. Os Anti-inflamatórios não estereoidais (AINES) são a classe de medicamentos isentos de prescrição (MIPs) mais utilizados para o tratamento das lombalgias, dentre essa classe o cetoprofeno, ibuprofeno, naproxeno e diclofenaco. Dentre as técnicas não farmacológicas de intervenção para a dor se destacam a estimulação cutânea (estimulação elétrica, massagem/pressão, vibração, uso do frio/calor) e as técnicas comportamentais cognitivas (distração e relaxamento). Os métodos físicos de controle da dor incluem a Estimulação Nervosa Elétrica Transcutânea (TENS) e a manipulação de calor e frio. Os métodos mecânicos para o controle da dor incluem a massagem e as atividades físicas. Os métodos cognitivos existentes para o controle da dor são o relaxamento e distração dirigida, técnicas que têm como objetivo a atenuação da ansiedade e da tensão muscular. A prevenção da dor lombar envolve medidas físicas, organizacionais e cognitivas, que devem abordar aspectos do próprio ambiente de trabalho, da organização de tarefas como também dos processos psicológicos do trabalho. Concluiu-se que o farmacêutico pode auxiliar na prevenção e no tratamento da lombalgia, com educação em saúde e prescrição de MIPs. Além disso o tratamento multidisciplinar, como exercício físico, correção postural e fisioterapia, possui evidências científicas de que é eficaz na melhora da dor lombar crônica e na redução da incapacidade.

**Palavras-chave:** Dores musculoesqueléticas; Lombalgia; Antinflamatórios.