

Universidade do Estado do Amazonas (UEA)  
Escola Superior de Ciências da Saúde (ESA)  
Universidade Aberta do SUS - UNA-SUS  
Curso de Especialização em Medicina de Família e Comunidade

**PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DOS CASOS DE  
LOMBOCIATALGIA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE COLÔNIA SÃO  
SEBASTIÃO NA CIDADE DE SÃO PAULO DE OLIVENÇA**

Nome do Aluno(a): SAYMON MENDES BRILHANTE

Orientador(a):

Área temática: Saúde do Trabalhador

**Manaus - AM**

**2020**

## SUMÁRIO

|  |    |
|--|----|
| 1. RESUMO.....                             | 03 |
| 2. APRESENTAÇÃO .....                      | 04 |
| 3. CARACTERIZAÇÃO DA UNIDADE DE SAÚDE..... | 04 |
| 4. DIAGNÓSTICO SITUACIONAL .....           | 05 |
| 5. CASO CLÍNICO .....                      | 05 |

Durante o decorrer do curso, foram desenvolvidas diversas atividades em diferentes módulos, direcionados para a prática do profissional de saúde no seu dia a dia na atenção primária em saúde (APS), o que nos ajudou a conhecer, respeitar e desenvolver o conhecimento que foi desde o modo operacional do sistema único de saúde, até emergências da atenção primária, passando por vários subgrupos, que muitas vezes são negligenciados na atenção primária por falta de conhecimento específico, como a crianças, mulheres, idosos, comunidade LGBT, indígenas e ribeirinhos, também fomos introduzidos ao manejo da saúde mental, com o tratamento multidisciplinar e a práticas Integrativas na saúde.

Cada grupo tem suas peculiaridades, a saúde da criança tem como principal objetivo o acompanhamento de crescimento e desenvolvimento sempre com enfoque de prevenção que é alcançado com as consultas de puericultura em intervalos estratégicos onde são tomados parâmetros antropométricos, se realiza a conferência e oferta das vacinas conforme o programa nacional de imunizações (PNI).

A saúde da mulher no contexto da APS, tem suas peculiaridades, já que a mulher tem necessidades especiais que necessitam de abordagem específica por parte do profissional de saúde, que vai desde a menarca que causa uma série de dúvidas e inseguranças, a saúde reprodutiva e prevenção de neoplasias próprias da mulher através do rastreamento.

Os idosos inspiram cuidados, já que por causa da idade, e muitas vezes uma vida sem os devidos cuidados, muitos chegam nessa fase da vida com muitas comorbidades e temos de ter o conhecimento adequado para manejar essas condições, bem como prevenir o excesso de tratamento e intervenções muitas vezes desnecessárias praticando a prevenção quaternária.

Outro grupo importante, principalmente no Amazonas, onde existem diversas etnias indígenas que convivem em comunidades e algumas delas próximas a cidades, esse grupo merece uma atenção especial, já que possuem costumes e cultura muitas vezes diferentes dos profissionais de saúde, e esses

precisam ter capacidade cultural para entender e respeitar a autonomia do indígena.

## **1. APRESENTAÇÃO**

Me chamo Saymon Mendes Brilhante, formado na Bolívia, na cidade de Cochabamba, na universidade técnica privada cosmos – UNITEPC, após o término da faculdade participei de diversos cursos preparatórios para revalidação de diploma (Medcurso 2016, Medcel 2018 e 2019, Sanar 2020), o programa mais médicos é meu primeiro trabalho na área da medicina após a faculdade, o que me motiva é a vontade de ajudar ao próximo, de poder contribuir com a sociedade e poder cada dia melhorar como profissional na área que escolhi.

## **2. CARACTERIZAÇÃO DA UNIDADE DE SAÚDE**

Estou alocado no estado do Amazonas, cidade de São Paulo de Olivença, na Unidade básica de saúde (UBS) colônia São Sebastião, localizada no perímetro urbano.

Apesar da UBS estar localizada em perímetro urbano, a maioria dos pacientes atendidos são da área rural dada a proximidade com a zona rural da cidade e de comunidades ribeirinhas e indígenas. Por esse motivo todas as áreas de abrangência e cobertura da UBS são compartilhadas com o polo base do DSEI. Os dados da UBS estão em atualização porém oficialmente temos cadastradas aproximadamente 918 famílias, porém segundo a secretaria de saúde após a conclusão do cadastro teremos aproximadamente 2000 famílias cadastradas.

### 3. DIAGNÓSTICO SITUACIONAL

Durante o trabalho foram encontradas algumas dificuldades, tendo em vista que a maioria da população é rural ou indígena, eles tem suas crenças próprias o que dificulta a pratica medica, já que muitos usuários apresentam resistências quanto ao uso de algumas medicações, principalmente as de uso contínuo para doenças crônicas. Também encontramos dificuldades em relação a mudanças nas indicações de mudanças de hábitos de vidas bem como na rotina alimentar. Atendemos uma população variada e de todas as faixas etárias, então as doenças mais prevalentes são doenças osteoarticulares e doenças de transmissão sexuais, também temos muitos usuários de drogas, e doenças crônicas como diabetes e hipertensão, além de doenças sazonais.

Tendo em vista que a maioria da população atendida na unidade de saúde são de agricultores e as doenças osteoarticulares são muito prevalentes no dia a dia, o tema escolhido para o desenvolvimento do tema para o portfólio foi **lombociatalgia na unidade básica de saúde colônia são Sebastião na cidade de são Paulo de Olivença.**

### 4. CASO CLÍNICO

O caso clínico que constará neste tópico deve ser do mesmo tema que obtive sinalização (maior descrição) no tópico anterior. Este será **um dos casos** desenvolvidos nos componentes curriculares da Unidade II da Grade Curricular.

Paciente sexo masculino, 45 anos, agricultor vem a consulta na unidade básica de saúde colônia são Sebastião, com quadro álgico que se iniciou há mais 6 meses e se apresenta de forma intermitente principalmente após esforço físico (“quando pega no pesado na roça”), de moderada a alta intensidade que se inicia na região lombar, e que acompanha o trajeto do nervo ciático. Em algumas oportunidades é acompanhada de formigamento, choques e até perda de força

na perna ou no pé direito. A movimentação da coluna exacerba o quadro doloroso, e melhora com repouso e anti-inflamatórios.

Rx. de coluna lombar evidencia estreitamento do espaço entre as vértebras L5 e S1;

TC demonstra a protrusão do disco intervertebral ao interior do canal vertebral a nível da L5 e S1;

Diagnostico: Hérnia de disco lombar:

Tratamento: inicialmente optou-se por um tratamento conservador, com analgésicos, anti-inflamatórios e repouso. Também foi realizada consulta e sessões com a fisioterapeuta do NASF.

Com o passar do tempo o paciente apresentou recidiva da dor, além de informar que não conseguiu realizar o repouso por precisar trabalhar.

Foi iniciado no tratamento da dor neuropática a pregabalina 75mg 12/12h. que resultou em remissão do quadro.

O paciente foi orientado a continuar as sessões de fisioterapia além do repouso até remissão completa.

Universidade do Estado do Amazonas (UEA)  
Escola Superior de Ciências da Saúde (ESA)  
Universidade Aberta do SUS - UNA-SUS  
Curso de Especialização em Medicina de Família e Comunidade

**PROJETO DE INTERVENÇÃO PARA REDUÇÃO DOS CASOS DE  
LOMBOCIATALGIA NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE COLÔNIA SÃO  
SEBASTIÃO NA CIDADE DE SÃO PAULO DE OLIVENÇA**

Trabalho realizado para conclusão do curso de Especialização em Medicina de Família e Comunidade. Visa elaborar um Projeto de Intervenção em Medicina de Família e Comunidade.

Orientador(a):

Nome do Aluno(a): SAYMON MENDES BRILHANTE

**Manaus - AM**

**2020**

## RESUMO

A lombociatalgia é uma patologia comum principalmente em pacientes que são trabalhadores braçais, ganham a vida no campo, a dor intensa faz com que os pacientes sejam afastados do trabalho. O objetivo do presente projeto de intervenção é Desenvolver projeto de intervenção para redução das lombociatalgias nos pacientes da UBS colônia São Sebastião em São Paulo do Olivença - AM. A metodologia do estudo é composta por intervenção e base de dados como Scielo, Bireme e livros científicas. Com a proposta de intervenção com a junção ESF e NASF para redução da lombociatalgia nos pacientes.

**Palavras-chave:** Prevenção. Tratamento. Lombociatalgia.

## Introdução e Justificativa

Atualmente a dor lombar – Lombociatalgia- é vista como grande problema de saúde pública, muitas vezes está unificado com perda de produtividade no trabalho, geralmente altas taxas de absenteísmo (MORETTO, 2009).

A lombociatalgia, é caracterizada pela dor lombar irradiando para os membros inferiores, é predominante nas clínicas de fisioterapia, geralmente as dores tem como fonte de início, forças feitas internas ou externas no dia-a-dia da pessoa, são consideradas como força excessivas, atividades de repetição, extensão, flexão e/ou rotação excessiva de um segmento lombar, podemos chamá-las de perturbadoras da função neuromusculo- esquelético, que podem levar a fadiga, falta de atenção, ansiedade, falta de treinamento e distração, além do estresse (NISHI, 2008).

Lombociatalgia significa dor lombar e ao longo do nervo ciático e de seus ramos; e, combina os termos latinos *lumbus* (lombo) e *sciatica* que se refere ao ísquio, à anca ou ao quadril; e, o termo grego *álgos* (dor). Ciatagia se refere às dores que poupam a região lombar (JÚNIOR; LAGES, 2012p. 262).

A grande característica da lombociatalgia é a algia irradiada para os membros inferiores, dependendo dos casos chega até os dedos dos pés, quando há desconforto localizado abaixo do joelho é alta a probabilidade de ser a ciatagia. A origem da dor pode ser mecânica ou inflamatória, a dor inflamatória em geral aparece à noite no momento de repouso e provoca rigidez matinal, entretanto a dor de predomínio mecânico piora no passar do dia e não provoca a rigidez matinal.

As lombociatalgias são caracterizadas pela compressão nervosa da hérnia de disco, estenose do canal medular, síndrome do piriforme entre outras causas, quando em seu diagnóstico se associa com hérnia discal, há pioras em quaisquer situações que aumente a pressão local, como espirrar, tossir ou defecar (ALONSO, 2007).

Os medicamentos para o tratamento são centrados no controle da dor e da inflamação para que propicie a recuperação funcional mais rápido (PIRES et al, 2011).

O paracetamol deverá ser administrado na dose de 500 mg, de 4 a 6 vezes ao dia, dependendo da dor que é de moderada a discreta, o risco desse medicamento é baixo, todavia deverá ter cautela a usar em pacientes hepatopatas e quando estiver associado a um antiinflamatório. Os relaxantes musculares também poderão ser usados, entre eles estão cariprodol, ciclobenzaprina, onde demonstram eficácia em tratamento a curto prazo na lombociatalgia aguda, porem podem demonstrar algumas complicações que são: sonolência, tontura e constipação intestinal (PIRES et al,2011).

Na UBS colônia São Sebastião em São Paulo do Olivença – AM, zona rural da cidade, muitos trabalhadores fazem serviços braçais em roças, com plantações ou com criações, deste modo, identificamos muitos casos de Lombociatalgia, dor intensa na lombar que os pacientes referem, e para muitas vezes não consultarem fazem o uso indiscriminado de relaxantes musculares, antiinflamatórios e analgésicos.

## **Objetivos**

Objetivo geral:

- Desenvolver projeto de intervenção para redução das lombociatalgias nos pacientes da UBS Colônia São Sebastião em São Paulo do Olivença.

Objetivos específicos:

- Realizar palestras na comunidade acerca das lombociatalgias.
- Encaminhar os pacientes com queixa ao fisioterapeuta.
- Implantar sessão de fisioterapia para os pacientes na UBS.
- Implantar grupo de dor crônica com o educador físico e fisioterapeuta para reduzir a lombociatalgia e aumentar o tônus muscular dos pacientes.

## **Metodologia da Intervenção**

Trata-se de um projeto de intervenção que foi elaborado a fim de nortear as atividades dos profissionais da UBS Colônia São Sebastião em São Paulo do Olivença.

Os principais problemas selecionados foram: à lombociatalgia, hipertensão arterial, diabetes mellitus, saúde mental, enfrentados pela comunidade no ano de 2019 foram identificados e descritos em reuniões de planejamento no período de janeiro a março de 2019.

Para descrever esses problemas utilizou-se a percepção dos trabalhadores rurais quanto a lombociatalgia da comunidade. A proposta metodológica possibilitou ampliar a compreensão da rede causal que permeiam essa questão.

## Recursos Necessários Para Intervenção

Os recursos necessários para a intervenção na UBS Colônia São Sebastião em São Paulo do Olivença, são de âmbito profissional materiais que serão necessárias as aquisições para o bom desenvolvimento do trabalho.

| <b>Operação/Ação</b>   | <b>Item Necessário</b>                              | <b>Quantidade</b> | <b>Profissional Responsável</b> |
|--|---|-------------------|---------------------------------|
| Realizar palestras na comunidade acerca das lombociatalgias.   | Convite Profissional médico e fisioterapeuta        | 100 panfletos     | Médico e fisioterapeuta         |
| Encaminhar os pacientes com queixa ao fisioterapeuta.  | Guias especializadas para fisioterapeuta            | 30 por mês        | Médico                          |
| Implantar sessão de fisioterapia para os pacientes na UBS.   | Sala de fisioterapia                                | 1                 | fisioterapeuta                  |
| Implantar grupo de dor crônica com o educador físico e fisioterapeuta para reduzir a lombociatalgia e aumentar o tônus muscular dos pacientes. | Convites (impressão) Fisioterapeuta Educador físico | 200 convites      | Fisioterapeuta, educador físico |

**Proposta de avaliação:**

A avaliação do projeto ocorrerá quinzenalmente na UBS a partir dos dados da redução de atendimento conforme CID do programa ESUS, onde a redução dos casos da lombociatalgia, mostrará o caminho a ser percorrido, caso contrário as ações e intervenções serão adequadas para tal afim de melhorar os casos das lombociatalgia, principalmente no que diz respeito a melhora da qualidade de vida destes pacientes a serem atendidos.

## CRONOGRAMA

As atividades tiveram início em janeiro de 2020, com a realização do diagnóstico situacional, seguido do planejamento das atividades que seriam realizadas, no mês de fevereiro realizamos uma sala de espera no qual abordamos a Lombociatalgia como tema principal, contudo, todas as outras fases, que seriam de março em diante foram suspensas, pois, com a pandemia COVID-19, todas as ações foram encerradas por tempo indeterminado até a regularização da Pandemia e abertura do atendimento em grupo.

| Plano  | ANO: 2020 |        |        |        |        |        |        |
|--|-----------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|  | Jan/20    | Fev/20 | Mar/20 | Mai/20 | Jun/20 | Jul/20 | Ago/20 |
| Diagnóstico situacional  | X         |        |        |        |        |        |        |
| Planejamento das atividades  |           | X      |        |        |        |        |        |
| Realizar palestras na comunidade acerca das lombociatalgias.   |           | X      |        |        |        |        |        |
| Encaminhar os pacientes com queixa ao fisioterapeuta.  |           |        | X      | X      | X      | X      | X      |
| Implantar grupo de dor crônica com o educador físico e fisioterapeuta para reduzir a lombociatalgia e aumentar o tônus |           |        | X      | X      | X      |        |        |



## Referências

ALONSO AJC, JOYA CM, HIDALGO PS. Prospectivo e randomizado em pacientes com dor lombar ou dor ciática com tratamento de ozonioterapia.

**Patologia do Aparelho Locomotor.** 2007;5(1):46-54.

DE OLIVEIRA JUNIOR, José Oswaldo; LAGES, Gustavo Veloso. **Ozonioterapia em lombociatalgia.** Rev Dor. São Paulo, 2012 jul-set;13(3):261-70. 2012.

NISHI M. **Perfil epidemiológico dos usuários assistidos no Centro de Reabilitação e Readaptação e Dr. Henrique Santillo (CRER)** [dissertação]. Goiânia: Pontifícia Universidade Católica de Goiás; 2008.

OLIVEIRA AC, BRAGA DL. **Perfil epidemiológico dos pacientes atendidos na clínica de ortopedia da Universidade Paulista.** J Health Sci Inst. 2010; 28(4): 356-8.

PIRES AC, SILVA DC, MONTEIRO FSS, LICURCI MGB. **Análise epidemiológica no setor de ortopedia da faculdade de ciências da saúde – Universidade do Vale do Paraíba.** XIV Encontro Latino Americano de Iniciação Científica – Universidade do Vale do Paraíba; 24-25 out 2011; São José dos Campos, Brasil