

PO48

Dor lombar e atividade física em desportistas de voleibol da zona norte de Portugal

João Maia¹, Simão Ferreira², João Martins^{1,3,4}, Tiago Coelho^{1,5}, Leonor Miranda^{1*}

¹ Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal

² RISE-Health, Center for Translational Health and Medical Biotechnology Research (TBIO), ESS, Polytechnic of Porto, Porto, Portugal

³ CEAUL – Centro de Estatística e Aplicações, Faculdade de Ciências, Universidade de Lisboa, Portugal

⁴ Center for Health Studies and Research, University of Coimbra, Portugal

⁵ LabRP/CIR, E2S, Polytechnic of Porto, Porto, Portugal

*Autor correspondente: ✉ lmiranda@ess.ipp.pt

DOI: 10.51126/xjeec679

Resumo

Introdução: A dor lombar, frequente em atletas de voleibol, compromete o desempenho desportivo e representa um importante desafio para a saúde. A literatura aponta uma relação complexa entre a prática de atividade física e a dor lombar, podendo esta prática atuar como fator protetor ou de risco. **Objetivos:** analisar a relação da atividade física (moderada e vigorosa) com a dor lombar não específica em atletas de voleibol. **Material e Métodos:** estudo observacional analítico transversal, com desportistas de voleibol de clubes da região norte de Portugal, e que inclui um questionário online com a versão curta do Questionário Internacional de Atividade Física e o Questionário Nórdico Musculoesquelético. A análise dos dados inclui a regressão logística binária. **Resultados:** Amostra (n=77) maioritariamente feminina (87,5%) com idade média de 19,56(± 2,40) anos, e com queixas de dor lombar (75,3%). A atividade física vigorosa (OR = 1,002; p = 0,009) e o tabagismo (OR = 5,260; p = 0,043) mostraram uma associação positiva significativa com a dor lombar. Enquanto, o tempo de prática de voleibol (OR=0,830; p=0,033) e a variável sexo masculino (OR = 0,096; p = 0,024) revelaram uma relação inversa com a dor lombar. **Conclusões:** Este trabalho sugere que a atividade física vigorosa e o tabagismo estão positivamente associados com a dor lombar nestes atletas. Apesar das limitações este estudo parece alertar para a necessidade de uma vigilância epidemiológica, no sentido da prevenção, e para uma abordagem multidisciplinar na gestão da dor lombar em desportistas de voleibol.

Palavras-chave: Dor lombar; Atividade física vigorosa; Atletas de voleibol.

Referências bibliográficas:

- [1] Fett D, Trompeter K, Platen P. Prevalence of back pain in a group of elite athletes exposed to repetitive overhead activity. *PLoS One* 14: e0210429, 2019.
- [2] Mesquita CC, Ribeiro JC, Moreira P. Portuguese version of the standardized Nordic musculoskeletal questionnaire: cross-cultural and reliability. *J Public Health* 18: 461–466, 2010.
- [3] Craig CL, Marshall AL, Sjöström M, Bauman AE, Booth ML, Ainsworth BE, et al. International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. *Med Sci Sports Exerc* 35: 1381–1395, 2003.

PO50

Dor lombar e qualidade de vida em enfermeiras da região norte de Portugal

Margarida Carreiras¹, Simão Ferreira², João Martins^{1,3,4}, Daniela Sá¹, Leonor Miranda^{1*}

¹ Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico do Porto, Porto, Portugal

² RISE-Health, Center for Translational Health and Medical Biotechnology Research (TBIO), ESS, Polytechnic of Porto, Porto, Portugal

³ CEAUL – Centro de Estatística e Aplicações, Faculdade de Ciências, Universidade de Lisboa, Portugal

⁴ Center for Health Studies and Research, University of Coimbra, Portugal

*Autor correspondente: ✉ lmiranda@ess.ipp.pt

DOI: 10.51126/3n4g8e44

Resumo

Introdução: A dor lombar é uma queixa frequente em profissionais de saúde, nomeadamente em profissionais de enfermagem, com impacto multidimensional no desempenho e na participação, e comprometimento da qualidade de vida. **Objetivos:** analisar a relação da dor lombar não específica com a qualidade de vida em enfermeiras. **Material e Métodos:** Estudo observacional analítico transversal, através de questionário online contendo o Questionário Nórdico