

CONSTRUÇÃO DE PROJETO TERAPÊUTICO SINGULAR PARA IMPLEMENTAÇÃO DE CUIDADOS VOLTADOS PARA IDOSO COM LOMBALGIA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

CONSTRUCTION OF A UNIQUE THERAPEUTIC PROJECT FOR IMPLEMENTATION OF
CARE TAILORED TO ELDERLY PEOPLE WITH LIMBAGIA: AN EXPERIENCE REPORT

CONSTRUCCIÓN DE UN PROYECTO TERAPÉUTICO ÚNICO PARA LA
IMPLEMENTACIÓN DE CUIDADOS A LA MEDIDA DE PERSONAS MAYORES CON
LIMBAGIA: UN REPORTE DE EXPERIENCIA

Joais Alexandre da Silva Filho¹
Moisés de Sousa Veloso²
Luís Davi Noleto da Silva³
Ludmila Silva Pereira⁴
Fernanda Graziella Egypto⁵
Eduardo Santos Pereira⁶

RESUMO: A lombalgia é uma dor localizada na região inferior da coluna vertebral que pode ou não ser associada à dor nos membros inferiores, a qual tem etiologia multifatorial. Tal dor gera acometimento sistêmico, uma vez que impacta na qualidade de vida, bem como na saúde emocional dos pacientes. No tocante à população idosa, sabe-se que a lombalgia é prevalente e altamente incapacitante. Neste relato de experiência, objetivou-se descrever a importância do Projeto Terapêutico Singular (PTS) para propor medidas terapêuticas, a fim de trazer melhora na qualidade de vida. Assim, fez-se um estudo descritivo com abordagem qualitativa do tipo relato de experiência, em que descreveu a construção de um PTS, advindo de uma anamnese direcionada pelas escalas clínicas da avaliação geriátrica ampla (AGA). Dessa forma, interpretou-se todos os resultados das escalas obtidas, gerando direcionamento para o diagnóstico do que mais impacta a saúde do idoso em questão. A partir disso, foram propostas intervenções terapêuticas visando atenuar as queixas que interferem na qualidade de vida do paciente. Portanto, a experiência foi positiva, porque foi possível propor ações básicas, mas eficazes para atenuar as queixas do nosso paciente.

968

Palavras-chave: Lombalgia. Idoso. Projeto Terapêutico Singular.

¹ Graduando em Medicina pela Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida – FESAR.

² Graduando em Medicina pela Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida – FESAR.

³ Graduando em Medicina pela Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida – FESAR.

⁴ Graduanda em Medicina pela Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida – FESAR.

⁵ Graduanda em Medicina pela Faculdade de Ensino Superior da Amazônia Reunida – FESAR.

⁶ Preceptor no curso de Medicina da FESAR. Enfermeiro pela Universidade Salgado de Oliveira – UNIVERSO.

ABSTRACT: Low back pain is pain located in the lower region of the spine that may or may not be associated with pain in the lower limbs, which has a multifactorial etiology. Such pain generates systemic involvement, as it impacts the quality of life, as well as the emotional health of patients. Regarding the elderly population, it is known that low back pain is prevalent and highly disabling. In this experience report, the objective was to describe the importance of the Singular Therapeutic Project (PTS) to propose therapeutic measures, in order to improve quality of life. Thus, a descriptive study was carried out with a qualitative approach of the experience report type, in which the construction of a PTS was described, arising from an anamnesis guided by the clinical scales of the comprehensive geriatric assessment (AGA). In this way, all the results of the scales obtained were interpreted, thus generating guidance for the diagnosis of what most impacts the health of the elderly person in question. From this, therapeutic interventions were proposed to alleviate complaints that interfere with the patient's quality of life. Therefore, the experience was positive, because it was possible to propose basic but effective actions to alleviate our patient's complaints.

Keywords: Low Back Pain. Elderly. Unique Therapeutic Project.

RESUMEN: La lumbalgia es un dolor localizado en la región inferior de la columna vertebral que puede o no estar asociado a dolor en los miembros inferiores, el cual tiene una etiología multifactorial. Dicho dolor genera afectación sistémica, ya que impacta la calidad de vida, así como la salud emocional de los pacientes. En cuanto a la población anciana, se sabe que la lumbalgia es prevalente y altamente incapacitante. En este relato de experiencia, el objetivo fue describir la importancia del Proyecto Terapéutico Singular (PTS) para proponer medidas terapéuticas, con el fin de mejorar la calidad de vida. Así, se realizó un estudio descriptivo con enfoque cualitativo del tipo relato de experiencia, en el que se describió la construcción de un PTS, surgido de una anamnesis guiada por las escalas clínicas de la evaluación geriátrica integral (AGA). De esta manera se interpretaron todos los resultados de las escalas obtenidas, generando así una guía para el diagnóstico de lo que más impacta en la salud de la persona mayor en cuestión. A partir de esto se propusieron intervenciones terapéuticas para aliviar dolencias que interfieren en la calidad de vida del paciente. Por tanto, la experiencia fue positiva, porque fue posible proponer acciones básicas pero efectivas para aliviar las quejas de nuestros pacientes.

Palabras clave: Lombalgia. Adulto Mayor. Proyecto Terapéutico Único.

INTRODUÇÃO

A lombalgia é uma forma de dor que se caracteriza por alta intensidade e tem uma localização específica: região inferior da coluna vertebral que pode ser associada ou não a dor nos membros inferiores (Silva *et al.*, 2020).

A respeito da etiologia dessa dor lombar, em torno de 85% dela advém de causas idiopáticas (Sakai *et al.* 2022). Entretanto, a manifestação clínica lombálgica tem interferência de causalidade multifatorial, tendo influência da obesidade, hábitos posturais, atividades laborais e síndromes neuropsiquiátricas (Sakamoto *et al.*, 2020).

Nesse sentido, os fatores de risco ergonômicos relacionados ao recrudescimento do IMC (Índice de Massa Muscular) são relevantes, pois conseguem corroborar com o aumento mais expressivo do DALY (anos de vida perdidos por incapacidade ou morte) dentre os distúrbios musculoesqueléticos, o que engloba a lombalgia (Wolf, 2021).

Nesse contexto, sabe-se que essa dor lombar impacta na vida de muitas pessoas, uma vez que tem acometimento global ascendente com variação de 7,5%, e tem uma prevalência variável entre 59,9% e 62,6% no Brasil (Kaminski *et al.*, 2023).

Diante desses impactos, o grupo populacional que está em aumento e que é mais susceptível a ter prognósticos ruins é o dos idosos, uma vez que podem progredir para incapacidade acentuada e aumento de custos elevados com a manutenção da saúde (Leopoldino *et al.*, 2016).

Além disso, a lombalgia impacta negatividade nas atividades de vida diária dos idosos, já que limita a execução delas, bem como existe o prejuízo cognitivo, devido a processos neurodegenerativos associados a comorbidades, diminuindo a independência do indivíduo idoso (Felício, 2015).

Dessa forma, o Projeto Terapêutico Singular (PTS) é importante, uma vez que resulta da integração de diversas propostas para obter medidas terapêuticas articuladas para uma pessoa (Brasil, 2020). Além disso, é uma ferramenta que resulta do compartilhamento de saberes entre uma equipe com múltiplos profissionais (Brasil, 2007).

Diante desse contexto de acometimento musculoesquelético, dos consequentes prejuízos no cotidiano e na qualidade de vida do indivíduo com lombalgia, bem como da escassez de dados sobre o impacto das terapêuticas individualizadas mediante um PTS, tornam este relato de experiência de grande valia. Assim, em face desses conhecimentos, será possível direcionar novos estudos locais e estratégias para atenuação dos prejuízos com base em evidências científicas. Isso pode, então, contribuir para a mitigação dos impactos que a lombalgia pode trazer para os idosos.

Portanto, o objetivo deste relato de experiência é descrever os cuidados que podem ser direcionados para um idoso com lombalgia por meio da construção de um PTS individualizado.

MÉTODOS

3.1 Tipos de estudo

Este artigo trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa do tipo relato de experiência realizado por acadêmicos de Medicina da Faculdade de Ensino Superior da

Amazônia Reunida (FESAR/AFYA), durante a disciplina de Integração Ensino-Serviço-Comunidade V (IESC V), ao realizarem uma atividade que descreve uma modalidade de ação em saúde intitulado “Projeto Terapêutico Singular” (PTS), que foi desenvolvido para um único usuário cadastrado da Unidade Básica de Saúde (UBS), em Redenção-PA.

Com isso, iniciou-se, através de uma abordagem de fácil compreensão, a anamnese do paciente adentrando sobre suas queixas e histórico de doenças. Além disso, conseguimos definir o que mais impacta como um fator limitante na qualidade de vida do paciente, que é a lombalgia. A partir disso, iniciamos a construção do PTS que é um projeto baseado em desenvolver um conjunto de propostas e condutas terapêuticas articuladas para o paciente, buscando a singularidade como elemento central através do conhecimento acerca da patologia que lhe acomete e, conseqüentemente, a melhora da queixa e qualidade de vida do paciente.

3.2 Metodologia

Para tal finalidade, foram aplicadas algumas escalas clínicas, as quais são eficientes para rastreio de declínio cognitivo, como a do Mini Exame do estado mental; para analisar equilíbrio e marcha, foi usado o teste Timed Up and Go; para verificar a acuidade visual, o teste de Snellen, a auditiva, Whisper/ teste do sussurro; visando analisar a execução de atividades de vida diária, usou-se a Escala de Kato- Katz e para as atividades instrumentais de vida diária, foi usado a de Lawton; já no âmbito do aspecto nutricional, fez-se o cálculo do IMC direcionando para a Mini avaliação nutricional e, sendo guiado pela queixa principal do paciente -lombalgia-, foi aplicada a Escala de Faces e numérica para quantificar, de forma subjetiva, a dor do paciente.

RESULTADOS

A partir da aplicabilidade metodológica com as escalas de análises clínicas da Avaliação Geriátrica Ampla (AGA), conseguiu-se rastrear a condição de saúde do idoso em questão. Por meio disso, percebeu-se potencialidades senescentes, mas também se identificou vulnerabilidades senis.

Desse modo, foi obtido de cada escala geriátrica aplicada os seguintes resultados:

- Mini Exame do Estado Mental: 20 pontos. Como foi o resultado de um paciente analfabeto, considere-se tal valor como normal, isto é, não há quadros demenciais instalados.
- *Teste Timed Up and Go*: 15 segundos. Indicando independência em transferências básicas e com baixo risco de quedas.

- Teste de *Snellen*: conseguiu-se manter nitidez visual até a linha 20/50, indicando, possivelmente, um processo de presbiopia, comum com o envelhecimento. Necessitando de avaliação com o especialista.
- Teste de *Whisper/ Sussuro*: conseguiu escutar o sussurro em distância de 33cm, mostrando normalidade auditiva.
- Escala de *Kato- Katz*: o pontos. Indica independência em todas as 6 funções básicas de vida diária.
- Escala de *Lawton*: 21 pontos. Representando um processo de dependência moderada em relação as suas atividades instrumentais de vida diária.
- IMC: 27,7, representando sobrepeso, o que cabe orientações dietéticas e estímulo para mudança do estilo de vida visando prevenir a obesidade que é um fator de risco para lombalgias e outras comorbidades.
- Mini Avaliação Nutricional: 12 pontos, indicando não haver risco de desnutrição, logo, não precisa seguir para os próximos com essa avaliação nutricional.
- Escala de faces: no momento da anamnese, estava entre a numeração 4 e 5.
- Escala numérica: paciente referiu que, quando sente a dor, ela é entre 7 e 8, impedindo-o de trabalhar, que é a sua maior queixa. Todavia, o paciente não estava com agudização da dor no momento da entrevista.

Diante desse contexto, obteve-se dados importantes para iniciar a construção do Projeto Terapêutico Singular (PTS), já que a primeira parte dele é mediante o diagnóstico e análise situacional do caso clínico do paciente, bem como na criação de vínculos (Baptista *et al.*, 2020).

Além disso, o PTS funciona como um mecanismo de integração do SUS para manter o cuidado focado nas necessidades individuais de cada paciente na Atenção Primária em Saúde (Rocha; Lucena; 2018).

Desse modo, compreende-se que o mais impacta na qualidade de vida do paciente do caso é a dor lombar, favorecendo até níveis elevados de estresse, que foi enfatizado por ele em entrevista, pois limita a sua funcionalidade no trabalho, impedindo de executar ações feitas anteriormente quando mais jovem.

Sob esse viés, sabe-se que a lombalgia é uma condição musculoesquelética importante, porque acarreta redução da capacidade de atividades básicas, como caminhar, ficar em pé ou sentado sem desconforto, bem como influencia na qualidade do sono (Neves; Barbosa, 2023).

Por conseguinte, quando a lombalgia se cronifica, ela traz outros nuances de impactos, a exemplo do emocional, apresentando-se com estresse, quadros ansiosos e até depressão (Neves; Barbosa, 2023).

Tal condição, caracterizada por patologia crônico-degenerativa, influencia no quesito QVRS, o qual analisa a qualidade de vida, haja vista que pessoas com dores lombares podem apresentar uma baixa QVRS, decorrente do desgaste físico e psicológico que tal condição pressupõe (Forsbrand *et al.*, 2018).

Diante disso, foi organizado as seguintes ações com o fito de intervir nessas condições que afetam a qualidade de vida do paciente em questão:

- Impressão da cartilha de fisioterapia do INTO (Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia) mostrando uma sequência de exercícios para coluna lombar, os quais podem ser feitos sozinho, várias vezes ao longo do dia e no conforto do próprio lar, ajudando na melhora da flexibilidade e atenuação da lombalgia;
- Compra de um porta-comprimidos com divisórias para manhã, tarde e noite, com o fito de facilitar adesão ao tratamento medicamentoso;
- Compra de livro intitulado “Antiestresse para todos, controlando a ansiedade, colorindo a vida”, de Augusto Cury, na intenção de estimular uma forma saudável de diminuir a ansiedade e/ou a agonia em momentos de estresse, já que uma das queixas do paciente é de ser “explosivo”;
- Caixa de lápis de cor para facilitar a pintura do livro ofertado.

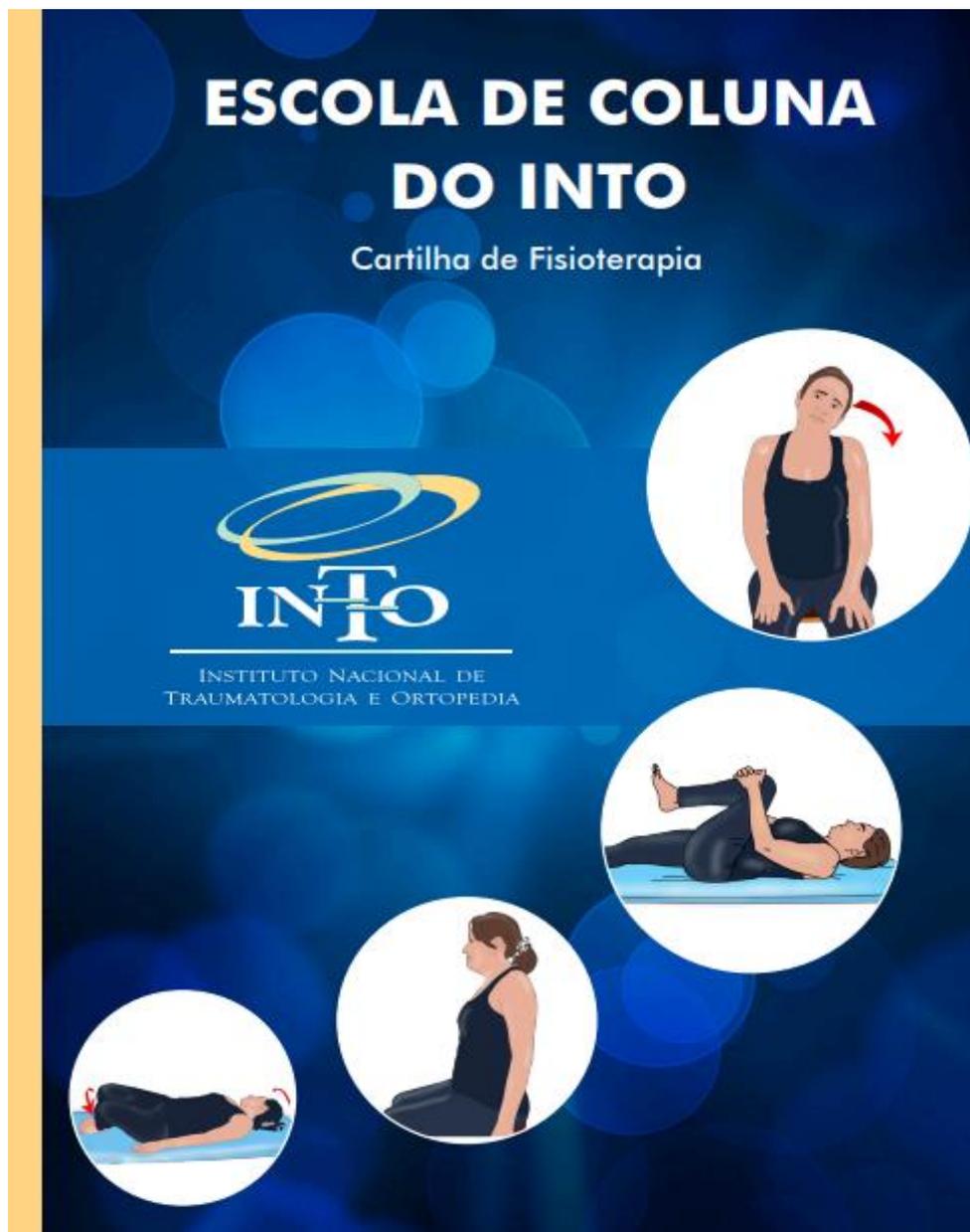
No momento da entrega, houve uma certa resistência inicial com a cartilha de fisioterapia e com o porta-comprimidos, alegando não pode fazer os alongamentos, uma vez que foi orientado por outrem a não fazer e que ele não saberia usar o objeto de organizar os medicamentos. Entretanto, a ACS da microrregião foi extremamente útil nesse momento, conversando com o paciente e explicando que os alongamentos podem ser feitos sim, pois trarão benefícios para ele e ainda comodidade, visto que é uma alternativa para não precisar ir à UBS se exercitar com o fisioterapeuta lá; no tocante ao porta-comprimidos, reiterou a necessidade de ele aderir ao tratamento sem falta, já que tem doença crônica, necessitando, então, de cuidados contínuos.

Depois disso, ele se mostrou interessado por nossas propostas terapêuticas, aceitando-as. Assim, apresentamos a ele o passo a passo das sequências de alongamentos e pedimos seus medicamentos para colocarmos já dentro do porta-comprimidos.

Nesse contexto, em relação ao livro de pintar, ele mostrou-se extremamente receptivo. Assim que viu, declarou ter gostado. Inclusive, já pegou o lápis de cor e começou a colorir no mesmo instante.

Dessa forma, ficamos felizes em perceber que, apesar de parcial resistência, acreditamos que nosso paciente entendeu a importância de aderir a nossas propostas terapêuticas, sendo isso eficaz para melhora da qualidade de vida dele.

Figura 1. Cartilha educacional com a sequência de exercícios fisioterapêuticos.



Fonte: INTO (2016).

Figura 2. Livro de pinturas.



Fonte: Augusto Cury (2015).

CONCLUSÃO

Portanto, a lombalgia é uma condição que impacta na vida de diversas pessoas, principalmente idosos. No entanto, a importância do PTS reside no fato de conseguir identificar questões sensíveis no tocante à saúde dos indivíduos e propor propostas terapêuticas direcionadas a um paciente, levando em consideração todo seu contexto sociodemográfico, educacional e crenças pessoais. Desse modo, ficamos felizes em experienciar a busca intencional por melhora da qualidade de vida do nosso paciente mediante intervenções básicas, porém eficazes.

REFERÊNCIAS

BAPTISTA, J. Á. et al. Singular therapeutic project in mental health: an integrative review. *Revista brasileira de enfermagem*, v. 73, n. 2, 2020. et al.

DA SILVA, Gabriel Victor Araújo et al. COMPARAÇÃO DA PREVALÊNCIA DE LOMBALGIA, QUALIDADE DE VIDA E DEPRESSÃO EM IDOSOS ATIVOS E SEDENTÁRIOS. A INFLUÊNCIA DA DOENÇA DE PARKINSON NO TEMPO DE REAÇÃO DOS MEMBROS SUPERIORES, p. 648. Disponível em: [Fisioterapia.pdf \(unoeste.br\)](#). Acesso em: 10 Abr 2024. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/metodo_clinico_cuidado_monitoramento_avaliacao metas_v5.pdf. Acesso em: 8 mai. 2024. Disponível em: <https://www.unaerp.br/documentos/5585-el-sindrome-de-dolor-lumbar-y-sus-impactos-en-la-vida-social%20profissional%2C3%A9%20mesmo%20ao%20desemprego>. . Acesso em: 29 abr. 2024.

EDIÇÃO, 2. a. CLÍNICA AMPLIADA, EQUIPE DE REFERÊNCIA E PROJETO TERAPÊUTICO SINGULAR. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/clinica_ampliada_2ed.pdf. Acesso em: 8 mai. 2024

FELICIO, Diogo Carvalho. Desempenho funcional, capacidade física e fatores associados em idosas com dor lombar aguda: **Dados do estudo multicêntrico Back Complaints in the Elders (BACE-Brasil)**. 2015. Disponível em: repositorio.ufmg.br/bitstream/1843/BUBD-A9EMDF/1/tese_doutorado_diogo.pdf. Acesso em: 10 Abr 2024.

976

FORSBRAND, Malin H. et al. Can the STarT Back Tool predict health-related quality of life and work ability after an acute/subacute episode with back or neck pain? A psychometric validation study in primary care. *BMJ open*, v. 8, n. 12, p. e021748, 2018. Disponível em: <https://bmjopen.bmj.com/content/8/12/e021748.abstract>. Acesso em: 29 abr. 2024.

KAMINSKI, Josilene Souza Conceição et al. Dados epidemiológicos da dor lombar: Prevalência, incidência e incapacidade funcional globalmente e no Brasil. *Seven Editora*, 2023. Disponível em: [View of Dados epidemiológicos da dor lombar: Prevalência, incidência e incapacidade funcional globalmente e no Brasil | Seven Editora \(sevenpublicacoes.com.br\)](#). Acesso em: 10 Abr. 2024.

LEOPOLDINO, A. A. O. et al. Prevalência de lombalgia na população idosa brasileira: revisão sistemática com metanálise. *Revista brasileira de reumatologia*, v. 56, n. 3, p. 258–269, 2016. Disponível em : [Prevalência de lombalgia na população idosa brasileira: revisão sistemática com metanálise \(sciencedirectassets.com\)](#). Acesso em: 10 Abr 2024

ROCHA, E. DO N. DA; LUCENA, A. DE F. Single Therapeutic Project and Nursing Process from an interdisciplinary care perspective. *Revista gaucha de enfermagem*, v. 39, p. e2017- 0057, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/j44NB5YtJxShVzB85rJDKZr/?lang=en> . Acesso em: 29 abr. 2024.

SAKAI, Y. et al. Clinical characteristics of geriatric patients with non-specific chronic low back pain. **Scientific reports**, v. 12, n. 1, p. 1–10, 2022.

VALADARES, J. V. et al. Prevalência da lombalgia e sua repercussão anatomofuncional em adultos e idosos: Revisão sistemática. **Amazônia Science & Health**, v. 8, n. 3, p. 106–117, 2020.

WOLF, Juliana. Carga de distúrbios musculoesqueléticos e fatores de risco: **estudo GBD Brasil**. 2021. Disponível em: Repositório Institucional da UFMG: Carga de distúrbios musculoesqueléticos e fatores de risco: estudo GBD Brasil. Acesso em: 10 Abr 2024.