

2º Encontro da SBPC em MS/ XI ENEPEX / XIX ENEPE/ 22ª SNCT - UEMS / UFGD 2025

TRATAMENTO DA DOR LOMBAR EM CAMINHONEIROS: UMA ANÁLISE DETALHADA ATRAVÉS DA REVISÃO SISTEMÁTICA E META-ANÁLISE

Instituição: Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul

Área temática: Ciências biológicas e da saúde

DALLA VECCHIA, Vinicius¹ (02335858181@academicos.uems.br); **HUSCH**, Rodrigo Galetto² (13034021909@academicos.uems.br); **JÚNIOR**, Marco Antônio Pereira de Castro³ (43635240818@academicos.uems.br); **LOURENÇO**, Eduarda Prates⁴ (43979390802@academicos.uems.br); **FELIPE**, Maria Fernanda⁵ (03233992157@academicos.uems.br); **HASHIGUCHI**, Mariana Bogoni Budib⁶ (mariana.hashiguchi@uems.br).

¹ – Discente do Curso de Medicina. (Coordenador);

² – Discente do Curso de Medicina. (Colaborador);

³ – Discente do Curso de Medicina. (Colaborador);

⁴ – Discente do Curso de Medicina. (Colaborador);

⁵ – Discente do Curso de Medicina. (Colaboradora);

⁶ – Docente do Curso de Medicina. (Orientadora).

A dor lombar crônica representa uma das principais causas de incapacidade funcional no mundo, afetando de forma significativa a qualidade de vida, especialmente entre motoristas profissionais, como caminhoneiros, devido à exposição prolongada à vibração de corpo inteiro, posturas inadequadas e longas jornadas de trabalho. Esses fatores, aliados ao sedentarismo e ao estresse ocupacional, contribuem para o surgimento e manutenção do quadro doloroso, interferindo na saúde física, mental e na produtividade. Nesse contexto, intervenções ergonômicas, como modificações nos assentos e ajustes posturais, têm sido propostas para reduzir a sobrecarga mecânica na coluna e minimizar a intensidade da dor. O objetivo desta revisão sistemática foi avaliar os tratamentos disponíveis para dor lombar crônica em caminhoneiros, identificando as principais estratégias utilizadas, definindo condutas terapêuticas mais adequadas e caracterizando o perfil dos profissionais que necessitam de tratamento. Foi conduzida uma busca nas bases Cochrane, Web of Science, MEDLINE, LILACS e Embase, sem restrição de data, incluindo ensaios clínicos randomizados e não randomizados que aplicassem intervenções ergonômicas voltadas à prevenção ou tratamento da lombalgia nessa população. A seleção foi realizada de forma independente e cegada por três avaliadores, com extração padronizada de dados e avaliação metodológica pelo instrumento RoB 2. A análise quantitativa foi conduzida no software RevMan 5.4.1, adotando diferença de média padronizada e modelo de efeito fixo, considerando heterogeneidade pelo teste I^2 . A qualidade da evidência foi determinada segundo o sistema GRADE. A busca inicial identificou 751 artigos, dos quais 27 foram lidos na íntegra, resultando em 11 elegíveis para a revisão e 5 incluídos na meta-análise, totalizando 349 participantes, sendo 180 no grupo com intervenção ergonômica e 169 no grupo controle. As intervenções variaram desde alterações no assento e uso de apoio lombar até programas combinando orientações posturais e ajustes ergonômicos. O resultado combinado apresentou SMD de 0,12 (IC95% -0,09 a 0,33; $p=0,25$), sem significância estatística, indicando efeito clínico muito pequeno e não conclusivo. A heterogeneidade foi nula ($I^2=0\%$), sugerindo consistência entre estudos, mas a qualidade da evidência foi considerada baixa, devido a limitações metodológicas e imprecisão nas estimativas. Apesar de algumas intervenções apresentarem benefício perceptível a curto prazo, não foi identificada comprovação robusta de que modificações ergonômicas isoladas reduzam a dor lombar crônica de forma clinicamente relevante. Conclui-se que, embora as estratégias ergonômicas possam oferecer algum potencial de melhoria no conforto e possivelmente contribuir para a prevenção de sobrecarga lombar, não há evidência suficiente para recomendar sua adoção como intervenção isolada para o manejo da dor lombar em caminhoneiros. Novos estudos, com amostras maiores, acompanhamento prolongado e protocolos padronizados, são necessários para elucidar o real impacto dessas medidas na saúde ocupacional dessa população.

PALAVRAS-CHAVE: Lombalgia crônica; Intervenções ergonômicas; Motoristas.

AGRADECIMENTOS: Agradeço à Universidade Estadual do Mato Grosso do Sul e ao órgão financiador pelo apoio neste projeto, crucial para promover o entendimento sobre as alterações sofridas pelos caminhoneiros em geral, mas principalmente os da rota bioceânica.