



JORTEVAN RODRIGUES DE ALMEIDA

**ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO
LUMBAR: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

QUIXERAMOBIM– CE

2022

ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO LOMBAR:
UMA REVISÃO DE LITERATURA.

JORTEVAN RODRIGUES DE ALMEIDA

Trabalho apresentado à disciplina de Projeto de Pesquisa no Curso de Fisioterapia na modalidade Bacharelado da Faculdade de Quixeramobim - UNIQ, como requisito parcial para aprovação.

Orientadora: Profa. Ma. Raphaela Mota Feitosa Vasconcelos

QUIXERAMOBIM– CE

2022

JORTEVAN RODRIGUES DE ALMEIDA

ANÁLISE DA PREVALÊNCIA DE PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO LOMBAR:
UMA REVISÃO DE LITERATURA.

Monografia submetida a coordenação do curso de Fisioterapia da Faculdade de Quixeramobim, para obtenção de grau de Bacharelado.

Aprovado em ____/____/____

Banca Examinadora

Profa. Ma. Raphaela Mota Feitosa Vasconcelos

Prof. Esp. Skarlet da Silva Vasconcelos

Prof. Ma. Samara Géssica Germano Facó

QUIXERAMOBIM – CE

2022

A447 Almeida, Jortevan Rodrigues de

Análise da prevalência de pacientes com hérnia de disco lombar: uma revisão de literatura. / Jortevan Rodrigues de Almeida- 2022.

26 f. : s. II.; 30cm

Orientador: Prof^a. Ma. Raphaela Mota Feitosa Vasconcelos.

Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado em Fisioterapia)

-Faculdade de Quixeramobim - UNIQ, Quixeramobim, 2022.

1. Deslocamento do disco intervertebral 2. Saúde 3. Dor lombar.

615.82

Dedico a minha família que é minha base:
Maria Rodrigues de Almeida (mãe),
Valtenir Moreira de Almeida (pai), Josivan
Rodrigues de Almeida (irmão), Antônia
Jorquevania Rodrigues de Almeida (irmã).

AGRADECIMENTOS

A Deus minha base diária, minha fortaleza e alimento espiritual.

A minha família, que sempre esteve ao meu lado apoiando todas as minhas escolhas e fazendo parte de todas as minhas conquistas.

A Faculdade de Quixeramobim UNIQ, seu corpo docente, direção e administração que oportunizaram a janela para conseguir minha formação em licenciatura.

À minha orientadora Raphaela Mota Feitosa Vasconcelos, pelo suporte nas atividades por ser tão proativa, pelas suas correções e incentivos.

A minha professora formadora pelo apoio e incentivo diário Samara Géssica Germano Facó.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigado.

“Aqueles que se sentem satisfeitos sentam-se e nada fazem. Os insatisfeitos são os únicos benfeitores do mundo. ”
(Walter S. Landor)

RESUMO

A hérnia discal lombar é considerada um dos grandes problemas de saúde mundial, principalmente em decorrência da incapacidade que essa patologia pode gerar. Estima-se que 2 a 3% da população mundial seja acometida por esse processo degenerativo do disco, cuja prevalência geral é de 4,8% em homens e 2,5% em mulheres, acima da 3ª década. O objetivo desse estudo é verificar a prevalência de casos de Hérnia de Disco e lombalgia entre os anos de 2010 a 2020 através de uma revisão de literatura caracterizando o perfil sociodemográfico. O estudo deverá ser constatado através de uma pesquisa bibliográfica. Este estudo busca mostrar para a sociedade em geral, os principais fatores que influenciam para o surgimento de hérnia de disco e incentivar a população a praticar meios preventivos de maneira direta e a manterem uma vida ativa e saudável, diminuindo os riscos de possíveis agravos que podem levar ao surgimento dessa afecção na coluna lombar. Os resultados esperados com esse estudo envolvem fornecer para a sociedade, o conhecimento sobre as possíveis causas que podem estar levando ao surgimento da patologia.

Palavras-chave: Deslocamento do disco intervertebral. Saúde. Dor lombar.

ABSTRACT

Lumbar disc herniation is considered one of the major health problems worldwide, mainly due to the incapacity that this pathology can generate. It is estimated that 2 to 3% of the world population is affected by this degenerative disc process, whose general prevalence is 4.8% in men and 2.5% in women, over the 3rd decade. The objective of this study is to verify the prevalence of cases of Herniated Disc and low back pain between the years 2010 to 2020 through a literature review featuring the sociodemographic profile. The study should be verified through a literature search. This study seeks to show society in general, the main factors that influence the emergence of herniated discs and encourage the population to practice preventive means directly and to maintain an active and healthy life, reducing the risks of possible injuries that can occur. lead to the appearance of this condition in the lumbar spine. The expected results of this study involve providing society with knowledge about the possible causes that may be leading to the emergence of the pathology.

Keywords: Intervertebral disc displacement. Health. Low back pain.

Sumário

1- INTRODUÇÃO	10
2- PROCEDIMENTO METODOLOGICO	12
3. RESULTADOS	13
4. DISCUSSÃO	16
5. CONCLUSÃO	22
REFERÊNCIAS	23

1- INTRODUÇÃO

A coluna é localizada na região dorsal do corpo, composta por trinta e três vértebras, divididas em sete cervicais, doze torácicas, cinco lombares, cinco sacrais e quatro coccígeas. A coluna vertebral é classificada como uma região de grande mobilidade para o corpo, com auxílio dos discos que se localizam entre o corpo de cada uma delas. Os discos intervertebrais são responsáveis por amortecer os impactos causados sobre as vértebras, sofrendo forças de compressão, durante algumas atividades laborais como submeter peso sobre a cabeça. Esse ato acaba facilitando a ruptura dos anéis do disco, tornando o núcleo pulposo vulnerável a deslocamentos (MARQUES et al., 2012).

Para Silva et al (2019), a hérnia de disco lombar (HDL) é uma desordem que causa vários danos aos discos da coluna vertebral sendo acompanhada por manifestações musculoesqueléticas as quais são responsáveis por dores que acometem a coluna. Na hérnia ocorre uma ruptura dos anéis fibroso que compõem o disco levando ao deslocamento do núcleo pulposo, causando irritações dolorosas nas terminações e raízes nervosas. Essa patologia é classificada como uma doença crônica degenerativa, de síndrome multifatorial, sendo responsável por impactos econômicos e emocionais para os pacientes acometidos, os quais, frequentemente, se afastam de suas atividades sociais e laborais.

Segundo Ferreira e colaboradores (2010) a HDL é considerada no Brasil como sendo a primeira causa de pagamento do auxílio-doença e é classificada como a terceira causa de aposentadoria por invalidez, adquirida principalmente no ambiente de trabalho. Além disso, há outros agravos que podem afetar a vida e a função social dos pacientes: perda do condicionamento físico, deterioração da saúde geral, diminuição da participação em atividades sociais, estresse familiar, diminuição do contato com a comunidade.

As diversas alterações localizadas na curvatura lombar da coluna vertebral têm afetado uma boa parte da população economicamente ativa, alterando seu estilo de vida considerado saudável. Entre estas desordens a principal está a hérnia discal na região lombar, sendo considerada extremamente comum entre a população diagnosticada HDL. Estima-se que 2 a 3% da população mundial seja acometida por uma degeneração constante e progressiva do disco durante a fase de

envelhecimento, cuja prevalência geral é de 4,8% em homens e 2,5% em mulheres, acima da 3ª década (REZENDE et al, 2015).

O presente estudo será realizado com intuito de buscar conhecer o perfil de pacientes diagnosticados com hérnia de disco lombar encontrados nos artigos em estudo, além de direcionar estratégias de tratamento e prevenção. O objetivo da pesquisa é conhecer os agravos que possam vir a aumentar casos de Hérnia de Disco conforme preconizado na revisão de artigos científicos e atuais.

2-PROCEDIMENTO METODOLOGICO

O presente trabalho é referente a um estudo com estratégia quantitativa que considera os resultados previamente apresentados em outros artigos já publicados sobre pacientes diagnosticados com hérnia de disco lombar. Ele abrangeu a bibliografia já tornada pública em relação ao tema estudado, propiciando o exame de um tema sobre novo enfoque ou abordagem.

Foram utilizados, para a construção deste estudo, artigos publicados no período de 2010 a 2020, sendo realizada uma leitura, seletiva, reflexiva e analítica das informações encontradas. Para tanto foram utilizados os seguintes descritores: Deslocamento do disco intervertebral; Saúde e Dor lombar.

Para o estudo foram selecionados os artigos relacionados à hérnia de disco lombar e os diversos meios usados pelo fisioterapeuta no tratamento enfatizando ainda estimativas relacionadas ao número de acometidos. Os artigos utilizados foram os dos últimos 10 anos. Foram excluídos os artigos que citavam a hérnia discal, mas não discutiam sobre o tema, artigos incompletos sem evidências científica, e aqueles os quais a visualização estava incompleta ou não era permitido a visualização do texto completo.

No que tange sobre os artigos selecionados, os mesmos seguiram as perspectivas da análise temática, sendo inicialmente feita a leitura do acervo, a identificação dos eixos temáticos a serem discutidos sobre o assunto em estudo, tendo sido realizada ainda, uma classificação dos tipos de metodologia empregada em cada estudo dos artigos. Os assuntos foram analisados, sendo divididos considerando o teor das informações dos autores sobre a hérnia discal. O texto foi construído com objetivo de selecionar a ideia principal de cada trabalho pesquisado para construção desta revisão levando o conhecimento acerca do total de acometidos segundo os dados encontrados em acervos já publicados anteriormente.

3. RESULTADOS

Foram encontrados nas bases de dados durante esta pesquisa um total de 12 artigos, porém apenas 8 foram incluídos, pois estes vinham ao encontro do objetivo proposto neste trabalho e 4 foram excluídos. Na tabela 1, está apresentado o total dos estudos encontrados por ano, onde 2 foram publicados no ano de 2010, 1 no ano de 2015, 1 no ano de 2018, 3 no ano de 2019, 1 no ano de 2020.

De acordo com os objetivos de cada artigo, 5 tinham como objetivo, analisar o perfil epidemiológico de pacientes com hérnia de disco lombar ou doenças ortopédicas que englobam a HDL. Já os outros três estudos analisados, tinham os seguintes objetivos cada um: demonstrar a eficácia de um programa de escola postural associadas a hérnia de disco e lombalgia; analisar os benefícios de terapia manual na HDL e avaliar os benefícios do tratamento de fisioterapia em portadores de hérnia de disco.

Quanto aos resultados encontrados, 5 mostra que o sexo feminino é o mais acometido. Após uma análise geral dos artigos a idade média dos indivíduos com HDL está entre 40 a 60 anos de idade e o principal acometimento está localizado na curvatura lombar.

De acordo com a **Tabela 1**, 50% dos estudos analisados teve em sua amostra um número de participantes acima de 200 indivíduos, os outros 50% dos artigos selecionados apresentaram uma amostra abaixo de cem. Para Marotti et al, (2008) a amostragem da pesquisa é fundamental para que um estudo seja bem elaborado e realizado, pois dessa forma possibilita que os resultados informem de maneira clara e precisa os objetivos alcançados pela a pesquisa.

Conforme a **Tabela 2**, em relação aos tipos de estudo empregados nos estudos, 87,5% (n=7) são estudos bibliográficos na modalidade transversal, 12,5% (n=1) são estudos clínicos, do tipo observacional. As características dos artigos quanto a resultados e conclusão podem ser observadas ao final de cada artigo. O autor Oliveira Filho (2015), relata que os estudos transversais têm a vantagem de serem fáceis de executar e de grande utilidade para avaliação da situação de saúde de uma população. Os estudos da pesquisa tiveram como forma de coleta dados o questionário próprio 75% (n=6) e o restante 25% (n=2) tiveram programas e fichas específicas.

Diante das considerações finais expostas em cada trabalho podemos verificar que todos os artigos relacionaram que a prevenção, a ser realizada por ações desenvolvidas na atenção primária por meio da educação em saúde, é eficaz para o tratamento. O sexo feminino é mais acometido segundo os estudos, além disso um artigo demonstra resultados positivos após o tratamento através do método Pilates sendo classificado como forma profilática através do tratamento conservador.

Tabela 1- Caracterização das populações de estudo nas pesquisas sobre hérnia discal lombar.

Autor	Ano	Número de participantes	Idade média	Sexo
Oliveira e Braga	2010	271	47,22	M: 169 F: 102
Ferreira e colaboradores	2010	41	46,81	M: 5 F: 36
Costa et al	2015	44	51,3	M: 17 F: 27
Garcia et al	2018	268	50,22	M: 149 F: 119
Goular et al	2019	20	51	M: 4 F: 16
Silva et al	2019	345	33,37	M: 124 F: 221
Ribas e Souza	2019	375	49	M: 132 F: 243
Guida et al	2020	41	40	M: 31 F: 10

Fonte: Bases de dados consultados

Dados não mencionados: M= masculino F= feminino

Tabela 2 - Principais características metodológicas dos estudos.

Autor	Ano	Tipo de estudo	Tipo de coleta	Local de estudo
Oliveira e Braga	2010	Transversal	Questionário próprio	Clínica de fisioterapia aplicada à ortopedia e traumatologia da Universidade Paulista (UNIP)
Ferreira e colaboradores	2010	Transversal	Ficha de avaliação, Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire (ODQ), Short-Form Health Survey (SF-36)	UBS e USF de Marília-SP
Costa et al	2015	Transversal	Questionário dos dados epidemiológicos e clínicos	Clinica escola de fisioterapia
Garcia et al	2018	Transversal	Questionário próprio	Clínica de imagiologia de Fortaleza – CE
Goular et al	2019	Observacional	Questionário próprio	Studio de Pilates da Baixada Santista
Silva et al	2019	Transversal	Questionário próprio	O ambulatório é referência no Estado do Piauí
Ribas e Souza	2019	Transversal	Planilha do Microsoft Excel 2007, IBM. SPSS statistics 20	Clínicas Integradas Guairacá, Guarapuava - PR.
Guida et al	2020	Transversal	Questionário próprio	Clinica escola

Fonte: Bases de dados consultados

4. DISCUSSÃO

Esta revisão bibliográfica avaliou de forma sistemática a qualidade metodológica dos artigos selecionados já existentes na literatura que reporta dados sobre a prevalência da hérnia discal lombar na população. Essa revisão demonstrou o recente interesse sobre a epidemiologia e a prevalência da dor lombar, nos artigos selecionados os quais foram publicados na última década. Um dos principais interesses que os pesquisadores estão se reportando sobre a prevalência de hérnia discal lombar pode ser um reflexo dos altos custos financeiros que esta condição patológica tem imposto nos últimos anos entre os serviços de saúde e seguridade social trazendo grandes prejuízos para os pacientes, empregadores e previdência social.

De acordo com os artigos selecionados na amostra 5 mostraram que a maior prevalência acomete o sexo feminino. Além disso pode-se perceber que maior número de indivíduos diagnosticados são os pardos, de classe social baixa, baixa escolaridade. Boa parte constata que a obesidade e o sedentarismo estão diretamente ligados aos fatores de riscos comparadas os valores encontrados na amostra. Esses fatores podem ter contribuído para a observação de maior prevalência de acometimento nas últimas décadas, acreditamos que o principal determinante para a diferença entre os valores apresentados está relacionado à escassez de investimentos profiláticos na saúde da população, requerendo que mais estudos relacionados sejam desenvolvidos para que os responsáveis pela a gestão da saúde faça investimento direto e indireto sobre o tema estudado.

Segundo os artigos analisados a média de idade dos sujeitos incluídos no estudo foi de entre 40 a 60 anos. Para SILVA et al, (2019) essa faixa etária se assemelha a outros estudos, os quais mostram uma média de idade que varia de 41 anos a 60 anos. Segundo GUIDA et al, (2020) na sua pesquisa observaram uma faixa etária entre 38 e 42 anos, com o avanço da idade inicia-se os processos degenerativos resultando em desgastes das estruturas articulares e orgânicas.

Em um estudo realizado por Oliveira e Braga (2010) foi traçado o perfil epidemiológico dos pacientes por meio da análise de prontuários da clínica de ortopedia da universidade paulista. A amostra foi de 271 prontuários de pacientes diagnosticados com de lesões ortopédicas incluindo a hérnia de disco, tendo sido

observados 18 prontuários sobre esta patologia. Foi possível verificar que a idade média está entre 51 e 60 anos acometendo mais as mulheres. Além disso também foi relatado que cerca de 214 pacientes fazem uso de tratamento medicamentoso, e o percentual de atendimento de maior frequência foram relacionados ao joelho e a coluna lombar.

No artigo de Ferreira e colaboradores (2010) os estudos desenvolvidos com a “Escola de Postura” relataram que os pacientes que foram submetidos a treinamentos em sessões aplicando os princípios da escola não houve redução da taxa de dor lombar. Também não se observou diferença no absenteísmo no trabalho motivado pelo o problema da coluna. Após a finalização do treinamento do programa observou-se que se teve melhora significativa no item relacionado ao conhecimento sobre comportamentos seguros.

Em geral, a escola se mostrara eficaz levando em consideração os princípios e benefícios de exercícios e posturas apropriados que são bem conhecidos, levando em consideração que a motivação do paciente é de grande importância para a execução de atividade física, no qual ela se torna o principal componente de promoção a saúde dos indivíduos. Por sua vez o treinamento aplicado com 41 pacientes com hérnia de disco lombar segundo o artigo mostra que essa desordem degenerativa está associada ao comprometimento musculoesquelético e a outros fatores levam ao desgaste do disco intervertebral presente entre as vertebbras, acometendo em maior numero o sexo feminino.

Costa-et al, (2015) relataram em seu artigo que a prevalência da dor lombar acomete mais o gênero feminino. Acredita-se que o acometimento em mulheres pode ser resultado das diversas características anátomo-fisiológicas femininas, as quais as tornam mais predispostas por apresentarem uma menor estatura, menor massa muscular e óssea, menor resistência muscular, articulações mais frágeis e o ciclo reprodutivo da mulher (SILVA; FASSA; VALLE, 2004).

A média de idade dos indivíduos incluídos no presente estudo de Costa-et al, (2015) foi de 51,03 anos. Nessa faixa etária os indivíduos estão mais propícios a desenvolver disfunções álgicas como a hérnia discal lombar. Com isso a medida que a idade vai aumentando, como consequência ocorre um o avanço progressivo dos processos degenerativos resultando em desgastes das estruturas articulares.

Ainda sobre o estudo de Costa et al, (2015) como a amostra a maioria foi de indivíduos casados, com baixa escolaridade e, no que tange à ocupação, a maioria foi classificada como "do lar". Os indivíduos incluídos na amostra tiveram como principais fatores etiológicos para o acometimento da dor lombar as posições forçadas, movimentos repetitivos e alto ritmo de trabalho, fumantes e sedentarismo.

Segundo GARCIA et al, (2018), o sexo masculino é o mais acometido com média de idade equivalente a 50,22 anos. Os indivíduos envolvidos no estudo relataram um certo grau de comprometimento da saúde em que se teve lesões de pele, musculo esqueléticas e articulares todos decorrentes de esforço de alta cargas. Fatos apresentados comprovam os riscos de doenças articulares e musculares como é o caso da hérnia discal lombar. Para comprovação o estudo de Kim, Lee e Lim (2012) avaliou 102 pessoas assintomáticas e mostrou que 76,1% apresentavam fissuras anulares nos discos a nível de L4 e L5 e 75,8% apresentaram degeneração discal também a nível de L4 e L5 o qual confirma os resultados dos estudos apresentados pelo os autores.

Ainda no artigo de Garcia et al, (2018) destaca-se que as atividades laborais dos indivíduos estão diretamente ligadas ao comprometimento dos envolvidos, em que a maioria possui como ramo de trabalho os serviços gerais e a agricultura exigindo uma jorna de trabalho maior do que 6 horas por dia. Com isso ele fala que boa parte da população estudada recebe algum tipo de auxílio doença, de modo que o fato comprova que as desordens da coluna lombar traz enormes prejuízos às empresas e a previdência social, além de afeta diretamente o acometido tanto físico, socialmente, economicamente.

Goulart et al, (2019) mostram que o método Pilates é bastante utilizado para tratamento da hérnia discal lombar, em todas as idades, sexo e profissão. No estudo mostra em seus resultados que dos 20 participantes utilizado como amostra na pesquisa 80% deles eram do sexo feminino, fato esse que mostra as altas taxas de diagnostico predominante na média de idade de 51,0 anos e nas mulheres. Cada vez mais através dos meios de tratamento em que a população procura para se tratarem é possível ver a prevalência crescente ao longo dos anos.

Cruz-Díaz (2015) afirma que 64 participantes foram incluídos no seu estudo, sendo 32 praticantes de Pilates, idade média de 35-37 anos, 80% da sua amostra composta pelo sexo feminino, já no artigo de Kofotolis (2016) obteve uma amostra composta 100% pelo sexo feminino, e de mesmo modo quanto ao perfil social, Cruz-Díaz

também obteve um total de 100% pelo sexo feminino, 29% da amostra eram trabalhadoras, 45% delas possuíam ensino superior completo e 75% casadas. Com os relatos dos resultados encontrados nesses estudos observa-se o elevado número de acometimento para a população feminina.

No artigo de Silva et al, (2019) o estudo mostrou que a hérnia discal é classificada como um problema de saúde mundial que afeta diretamente a vida das pessoas, com isso a patologia em estudo também está relacionada ao estilo de vida, levando-os a vários graus de incapacidade e prejuízos ao cotidiano, comprometendo assim a qualidade de vida do paciente. No estudo a amostra foi constituída por 345 indivíduos onde prevaleceu no estudo o sexo feminino correspondendo 64,06%. Isto se deve pelo fato da mulher apresentar menor massa muscular e óssea, menor resistência muscular, articulações mais frágeis, e estarem menos adaptada a elevadas esforços físicos (LINS et al, 2013).

No artigo de Bottamedi et al, (2017), também evidenciou em seu estudo a incidência de hérnia de disco em lavradores, com idade média entre 46 a 55 anos. Então na pesquisa de Silva a idade média foi de 41 a 60 anos, caracterizando assim um perfil de pacientes jovens adultos, isso mostra que, com o avanço da idade é comum o aumento dos processos degenerativos resultando em desgastes das estruturas articulares tendo como fator principal o surgimento o esforço físico exigido pelas tarefas do dia a dia.

Também mostrou que cerca de 63% dos participantes não praticam exercícios físicos a qual ocasiona a perda de massa muscular e óssea progressiva. Para Bottamedi et al, (2016), o sedentarismo é indicador de risco primordial, a prática de atividade física, melhora o reforço muscular, a flexibilidade e o condicionamento aeróbico dos indivíduos que a praticam, ela pode favorecer efeitos positivos à autonomia funcional dos indivíduos.

Silva et al, (2019) relatou que existem lacunas de estudos sobre a temática, a qual se tem a necessidade de desenvolver novas pesquisas. A pesquisa apresentou limitações, como a restrição de ter sido realizada apenas em um ambulatório, deixando assim de abranger realidades de outros serviços de saúde. É de extrema relevância, que seja construído novos estudos pois a ampliação de pesquisas possibilita mais incentivo para que a temática abordada seja aprofundada e possibilite novas discussões.

Ribas e Souza (2019) fala em seu estudo que sua amostra foi constituída por 375 prontuários de pacientes atendidos nas Clínicas Integradas Guairacá, sendo 243 (65%) do sexo feminino e 132 (35%) do gênero masculino, da mesma forma como encontrado no estudo de Oliveira *et al.* 2018, onde mostra o perfil epidemiológico dos pacientes atendidos em uma clínica-escola de Fisioterapia na cidade de Maceió-AL, a amostra como no trabalho anterior composta por 133 pacientes, sendo que 74 (55,6%) eram mulheres e 59 (44,4%) homens. Funck e Estivalet (2015), no seu estudo semelhante aos anteriores, mostra o levantamento realizado em 623 prontuários, 379 (61%) pacientes eram do sexo feminino e 244 (39%) do sexo masculino.

Assim, após análise dos dados encontrados nos estudos é demonstrado que a procura maior pelos atendimentos fisioterapêuticos é do gênero feminino e que elas são as mais acometidas com base no percentual de procura por tratamento. Mesmo apresentando procura por atendimento pelos os homens, ainda há menor presença dos mesmos nos serviços de saúde. A maioria deles apresentam medo da descoberta de doenças graves e vergonha da exposição do seu corpo diante de um profissional de saúde (NOGUEIRA *et al.* 2016).

Ainda sobre o estudo de Ribas e Souza a prevalência dos pacientes inseridos na amostra observou-se que houve maior número de atendimentos relacionado a abaulamento e Hérnia discal em relação as demais patologias. O estudo de Silveira (*et al.* 2017), demonstraram que a hérnia de disco está entre os principais achados epidemiológicos em pacientes atendidos em seus respectivos estudos, corroborando assim com o estudo dessa pesquisa.

O artigo de Guida *et al.*, 2020 relata que responderam ao questionário 41 pessoas sendo considerado a amostra utilizada, sendo 10 mulheres e 31 homens, com idade variando entre 24 anos e 66 anos. Nos achados do presente estudo foi confirmado que há uma prevalência de hérnias discais maior no gênero masculino. Em outro estudo elaborado por SILVA *et al.*, 2019 foi identificado que a hérnia discal acomete principalmente mulheres, devido a fatores endógenos, como questões hormonais e patologias associadas.

No sexo feminino também existem os fatores de risco para a predisposição do desenvolvimento da hérnia discal, como postura inadequada, repetição excessiva de movimentos e carregamento de pesos exageradamente. Comparando os dois estudos é possível observar uma contradição em relação aos resultados encontrados, esse

fato mostra que ambos são acometidos ou seja pode ser uma possível ausência de ação profilática ou algum dos dois sexos se preocupam mais com a saúde vindo a serem diagnosticado com a patologia devido a procura ao atendimento médico.

5. CONCLUSÃO

Após análise e discussão dos artigos selecionados, pôde-se verificar que a fisioterapia é um dos meios de tratamento conservador mais utilizado na atualidade para o tratamento da hérnia discal lombar, além da patologia em estudo ela também realiza um relevante trabalho de tratamento e reabilitação de diversos distúrbios traumato-ortopédicos que pode vir a causar o surgimento da hérnia discal, como artrose, fraturas e lombalgia. Assim, os achados desta revisão podem auxiliar no processo de ensino-aprendizagem, pesquisas e no direcionamento dos serviços traumato-ortopédicos oferecidos no setor particular e públicos relacionado a fisioterapia.

Podemos dizer que essa revisão atingiu o objetivo proposto, que foi demonstrar o perfil epidemiológico de pacientes acometidos, no qual tal perfil foi representado por a maioria mulheres como mostra os artigos, idade de 50 anos. A hérnia discal muita das vezes surge associada a outras patologias como a artrose, artrite, lombalgia tais patologias que vem acometendo nossa população e causando a invalidez e incapacidade funcional.

Diante da relevância do tema estudado e da importância de ações preventivas é evidente a necessidade de ainda mais pesquisas envolvendo HDL. Este trabalho pretende contribuir para demonstrar que através da educação em saúde e de informações adequada é possível evitar o acometimento de patologia. Com isso conclui-se que este perfil epidemiológico contribui para que o fisioterapeuta conheça cada vez mais as moléstias que mais acometem a população, para atuar preferencialmente de maneira profilática e melhorar a incidência desta patologia, proporcionando melhor qualidade de vida para a população.

REFERÊNCIAS

- BOTTAMEDI X et al. Programa de tratamento para dor lombar crônica baseado nos princípios da Estabilização Segmentar e na Escola de Coluna. **Rev. Bras. Med. Trab**, 2016; 14(3): 206-213.
- COSTA, M. C. DA et al. Perfil Epidemiológico e Clínico dos Pacientes com queixa de dor lombar atendidos em uma clínica escola de Fisioterapia. **Revista Movimenta**, v. 8, n. 1, p. 37–42, 2015.
- CRUZ-DÍAZ, D et al. **Effectsof a six-week Pilates interventionon balance andfearoffalling in womenaged over 65 withchroniclow-backpain: A randomizedcontrolledtrial.** *Maturitas*, [s.l.], v. 82, n. 4, p.371-376, dez. 2015. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.maturitas.2015.07.022>.
- CRUZ-DÍAZ, D et al. **The effectivenessof 12 weeksof Pilates interventionondisability, painandkinesiophobia in patientswithchroniclowbackpain: a randomizedcontrolledtrial.** *ClinicalRehabilitation*, [s.l.], v. 32, n. 9, p.1249-1257, 13 abr. 2018. SAGE Publications. <http://dx.doi.org/10.1177/0269215518768393>.
- FERREIRA, M. S.; NAVEGA, M. T. Efeitos de um programa de orientação para adultos com lombalgia. **Acta Ortopedica Brasileira**, v. 18, n. 3, 2010.
- FUNCK, K. T.; ESTIVALET, P. S. The epidemiological profile of patients attended by the public physiotherapy service in the city of Boa Vista do Cadeado, RS. **Fisioter em Mov.** v. 28, n. 4, p. 685–692. 2015.
- GARCIAS, D. K. M. et al. Análise epidemiológica dos indivíduos com hérnia discal avaliadas pelo o método ressonância magnética. **J. Health Sci**, v. 194, n. 3, p. 933–940, 2018.
- GOULAR, G, G., BRITO, L, R., SANTOS, M, M, G, P., & PORTOLEZ, J, L, M. Perfil Epidemiológico em Pacientes com Hérnia de Disco Lombar que Praticam Pilates. **ENPG**, 3 (2019), 179–183.

KIM, S. J; LEE, T. H; YI, S. (2013). Prevalence of disc degeneration in asymptomatic Korean subjects. Part 2: Cervical Spine. *J Korean Neurosurg Soc*, 53(3), 167–173. <https://doi.org/10.3340/jkns.2013.53.3.167>.

KOFOTOLIS, et al. **Effectsof Pilates andtrunkstrengtheningexercisesonhealth-relatedqualityoflife in womenwithchroniclowbackpain.** *JournalOf Back AndMusculoskeletalRehabilitation*, [s.l.], v. 29, n. 4, p.649-659, 21 nov. 2016. IOS Press. <http://dx.doi.org/10.3233/bmr-160665>.

MAROTTI, J. et al. Amostragem em Pesquisa Clínica: tamanho da amostra. **Rev. De Odo. Uni Cidade de São Paulo**. 2008; (20) 2:186-194.

MARQUES, A. P. et al. **Movimento Articular: Aspectos Morfológicos e Funcionais: Coluna Vertebral - Volume III.** 1. ed. Barueri-SP: Manole, 2012.

NOGUEIRA, Alexandre Fernandes et al. PRINCIPAIS DISTÚRBIOS TRAUMATOORTOPÉDICOS ATENDIDOS EM CLÍNICAS-ESCOLA DE FISIOTERAPIA. **Rev. Científica F. E. e Meio Ambiente**, v. 7, n. 2, p. 33-44, 2016.

Oliveira Filho PF. **Epidemiologia e estatística: fundamentos para a leitura crítica.** Rio de Janeiro: Rubio; 2015. p. 248.

OLIVEIRA, C. A; BRAGA, L. D. **Perfil epidemiológico dos pacientes atendidos na clínica de ortopedia da Universidade Paulista.** *J. Health Sci. Inst*, (2010), 356-358, 28(4).

OLIVEIRA, J. C; SANTOS, R. P. M. C; CALLES, A. C. N; MONTEIRO, F. T. Perfil Epidemiológico Dos Pacientes Atendidos Em Uma Clinica-Escola De Fisioterapia Na Cidade De Maceió-Al. **Interfaces Científicas - Saúde e Ambiente**, v. 6, n. 2, p. 85-94, 2018.

REZENDE, R. et al. Comparação da eficácia das técnicas transforaminal e interlaminar de bloqueio radicular feito no tratamento de hérnia de disco lombar. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 50, n. 2, p. 220–225, 2015.

RIBAS, M. SOUZA, C. M. **Perfil epidemiológico dos atendimentos fisioterápêutico na área de ortopedia e traumatologia das clinicas integradas Guairacá em**

Guarapuava do ano de 2018. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Fisioterapia) – Faculdade Guairacá, Guarapuava / PR 2019.

SILVA, G. G. DA et al. Perfil de pacientes com hérnia de disco em um ambulatório público. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 29, p. e1071, 2019.

SILVA, M. C., FASSA, A. G., & VALLE, N. C. J. Dor lombar crônica em uma população adulta do Sul do Brasil: prevalência e fatores associados. *Cad. Saúde Pública*, 2004 (2), 377–385. <https://doi.org/10.1590/s0102-311x2004000200005>.