

RELAÇÃO ENTRE A DOR PÓS-JORNADA DE TRABALHO E A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS FÍSICOS

Orientadores: PERUCHINI, Luis Fernando Dahmer

ÁVILA, Maurício Costa Silveira

Pesquisadores: BOTTIN, Eduardo

GREGIO, Estevan Bonez

FREIRE, Ana Carolina Fagundes

VILELA, Rhodiney Honorio

Curso: Odontologia

Área do Conhecimento: Área das Ciências da Vida

A odontologia é uma das profissões com maior prevalência de dor após a jornada de trabalho, e isso está intimamente ligado à postura do profissional durante sua atividade e à ausência da prática da ginástica laboral. Pensando nessa situação-problema, buscou-se avaliar a relação entre a presença de dor pós jornada e a prática de exercícios esportivos por acadêmicos de odontologia. Realizou-se um estudo transversal, analítico, com 80 acadêmicos das quatro últimas fases do Curso de Odontologia da Universidade do Oeste de Santa Catarina. Os acadêmicos responderam dois questionários, sendo o primeiro sobre a prática de exercícios e sua frequência e o outro o questionário Nórdico de sintomas osteomusculares. Esse instrumento foi validado para a população brasileira e é amplamente utilizado na literatura. A taxa de resposta foi de 72,8%; destes, apenas 22 (37,9%) acadêmicos afirmaram praticar exercícios físicos ao menos três vezes por semana, sendo musculação (30,3%) e caminhada (26,0%) os mais frequentes. Os homens, segundo a pesquisa, praticam mais exercícios, enquanto 62,5% deles fazem algum tipo de esporte, entre as mulheres esse valor é de 28,6%. A queixa de dor mais frequente foi a na região lombar, 74,1%, seguida de dores no pescoço 67,2%. Observou-se estatisticamente ($p < 0,05$) uma relação entre a prática de exercício físico e o relato de dor, em que o exercício é fator de proteção para dores nos braços, pescoço, lombares e nos membros inferiores. A existência de uma relação positiva entre a prática de exercício físico e a presença de dor após a jornada de trabalho deve ser investigada mais a fundo; porém, essas atividades regulares devem ser incentivadas pelos professores a esses alunos.

Palavras-chave: Traumatismo dental. Avulsão dentária. Trauma.

luis.peruchini@unoesc.edu.br

acgfagundes@yahoo.com.br

eduardobottin@gmail.com

estevangregio@hotmail.com

rhodineyvilela@gmail.com