



Faculdade

**EVANGÉLICA**

DE GOIANÉSIA

ASSOCIAÇÃO EDUCATIVA EVANGÉLICA

**FACULDADE EVANGÉLICA DE GOIANÉSIA**

**TATIANE REGINA COSTA**

**DOR MÚSCULO ESQUELÉTICA EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: UMA  
REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

**Publicação nº: XX/2020**

Goianésia

2020



**FACULDADE EVANGÉLICA DE GOIANÉSIA**

**TATIANE REGINA COSTA**

**DOR MÚSCULO ESQUELÉTICA EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: UMA  
REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem da Faculdade Evangélica de Goianésia – FACEG – como requisito para a obtenção do grau de bacharel, sob a orientação do Prof. Dr. Rodrigo Fernandes de Lima.

Orientador: Rodrigo Fernandes de Lima

Goianésia

2020

**ASSOCIAÇÃO EDUCATIVA EVANGÉLICA  
FACULDADE EVANGÉLICA DE GOIANÉSIA  
CURSO DE ENFERMAGEM**

**DOR MÚSCULO ESQUELÉTICA EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: UMA  
REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

**TATIANE REGINA COSTA**

**ARTIGO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM APRESENTADO COMO PARTE  
DOS REQUISITOS NECESSÁRIOS À OBTENÇÃO DO GRAU DE BACHAREL EM  
ENFERMAGEM.**

**APROVADA POR:**

---

**RODRIGO FERNANDES DE LIMA, MESTRE**  
Faculdade Evangélica de Goianésia – FACEG  
**ORIENTADOR**

**JOCELI RIBEIRO DOS SANTOS PEREIRA, ESPECIALISTA**  
Faculdade Evangélica de Goianésia – FACEG  
**EXAMINADORA**

---

**DEBORA DORNELES DA SILVA OLIVEIRA, ESPECIALISTA**  
Enfermeira da Unidade Básica de Saúde de Artulândia-Go  
**EXAMINADORA**

**Goianésia/GO, 25 de Novembro de 2020.**

**FICHA CATALOGRÁFICA**

COSTA, T. R.; LIMA, R. F. Dor músculo esquelética em acadêmicos de enfermagem: uma revisão integrativa da literatura, 2020. 13p.

Artigo de Graduação – Faculdade Evangélica de Goianésia, 2020.

1. Dor musculoesquelética. 2. Estudantes de Enfermagem. 3. Taxa de prevalência.

**REFERÊNCIA**

COSTA, T.R.; LIMA, R. F. Dor músculo esquelética em acadêmicos de enfermagem: uma revisão integrativa da literatura. Orientação de Rodrigo Fernandes de Lima; Goianésia: Faculdade Evangélica de Goianésia, 2020, 13p. Artigo de Graduação.

**CESSÃO DE DIREITOS**

NOME DO AUTOR: TATIANE REGINA COSTA

GRAU: BACHAREL EM ENFERMAGEM

ANO: 2020

É concedida à Faculdade Evangélica de Goianésia permissão para reproduzir cópias deste Artigo de Graduação para única e exclusivamente propósitos acadêmicos e científicos. O autor reserva para si os outros direitos autorais, de publicação. Nenhuma parte deste Artigo pode ser reproduzida sem a autorização por escrito do autor. Citações são estimuladas, desde que citada à fonte.

---

Nome: Tatiane Regina Costa

CPF: 007.777.541-42

Endereço: Rua 40, n. 312, Bairro São Cristóvão, Goianésia-GO.

E-mail: tatianercosta@hotmail.com

Dedico esse trabalho com muito amor e gratidão, ao meu esposo Eurípedes Diniz, e aos meus dois filhos, Lucas Fernandes Diniz e Pedro Fernandes Diniz. Eles que tiveram a paciência e sabedoria de cuidar do nosso lar, sem eles os resultados não seriam os mesmos. Gratidão infinita meus queridos!

## **AGRADECIMENTOS**

Primeiramente agradeço a Deus, que é o maior orientador de todos, ele que nos capacita e nos prepara para os desafios diários, que não são poucos. A minha mãe, Sandra Regina Costa e ao meu irmão Luiz Henrique de Oliveira, pelo incentivo que sempre me deram e por estarem sempre ao meu lado nos momentos mais difíceis dessa jornada.

Ao meu marido, Eurípedes que abriu mão de ter minha companhia ao seu lado por algumas horas diárias, pelo zelo com nossa família na minha ausência, mas sei sempre depositou confiança na minha vitória.

Quero agradecer imensamente, ao meu orientador Rodrigo Fernandes de Lima, que mesmo com seu tempo limitado, sempre me auxiliou com dedicação e paciência.

Também quero agradecer à docência da Faculdade Evangélica de Goianésia pelo comprometimento e excelência na qual buscam transferir o saber.

Finalmente, com o coração cheio de gratidão, quero agradecer a todos que direta ou indiretamente contribuíram para a conclusão desse projeto

*O Justo passa por muitas adversidades, mas o Senhor o livra de todas.*

**Salmos, 34:19**

## SUMÁRIO

<b>ARTIGO 1: DOR MÚSCULO ESQUELÉTICA EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA.....</b>	<b>9</b>
<b>RESUMO.....</b>	<b>9</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>9</b>
<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>10</b>
<b>2. METODOLOGIA .....</b>	<b>11</b>
<b>3. RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>4. CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>15</b>
<b>5. CONFLITOS DE INTERESSES .....</b>	<b>15</b>
<b>6. REFERÊNCIAS.....</b>	<b>15</b>



# ARTIGO 1: DOR MÚSCULO ESQUELÉTICA EM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Musculoskeletal pain in nursing students: an integrative literature review

(Será submetido a Revista de Enfermagem Contemporânea)

Tatiane Regina Costa. Departamento de Enfermagem, Faculdade de Enfermagem, Faculdade Evangélica de Goianésia. Goianésia, Goiás, Brasil. [tatianercosta@hotmail.com](mailto:tatianercosta@hotmail.com) (ORCID: 0000-0002-9676-6726).

Rodrigo Fernandes de Lima. Departamento de Enfermagem, Faculdade de Enfermagem, Faculdade Evangélica de Goianésia. Goianésia, Goiás, Brasil. [rodrigo.lima@docente.evangelicagoianesia.br](mailto:rodrigo.lima@docente.evangelicagoianesia.br) (ORCID: 0000-0002-8623-2376).

## RESUMO

**OBJETIVO:** Revisar qual a ocorrência da DME entre estudantes universitários de enfermagem, bem como quais os fatores associados. **MÉTODO:** Revisão integrativa, descritiva, obtida junto a SciElo, BDNF e LILACS, tendo por critério de inclusão: artigos publicados entre 2016 a 2020, em língua portuguesa, completos, estudos de casos, pesquisas qualitativas e quantitativas, estudos transversais, estudos de coorte e que se referiram exclusivamente a DME em acadêmicos de enfermagem, sua ocorrência e fatores relacionados. **RESULTADOS:** Foram identificadas altas taxas de prevalência de dor musculoesqueléticas em estudantes universitários. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Ficou evidente que adotar posturas adequadas e equipamentos ergonômicos pode ser uma sugestão de melhoria. **Palavras-chave:** Dor musculoesquelética; Estudantes de Enfermagem; Taxa de prevalência.

## ABSTRACT

**OBJECTIVE:** To review the occurrence of MSD among nursing university students, as well as what are the associated factors. **METHOD:** Integrative, descriptive review, obtained from SciElo, BDNF and LILACS, having the inclusion criteria: articles published between 2016 and 2020, in Portuguese, complete, case studies, qualitative and quantitative research, cross-sectional studies, cohort studies and which referred exclusively to MSD in nursing students, its occurrence and related factors. **RESULTS:** High prevalence rates of musculoskeletal pain were identified in university students. **FINAL CONSIDERATIONS:** It was evident that adopting proper postures and ergonomic equipment can be a suggestion for improvement. **Keywords:** Musculoskeletal pain; Nursing students; Prevalence rate.

## 1. INTRODUÇÃO

Segundo a *International Association for the Study of Pain* (IASP), a dor é uma experiência sensorial e emocional desagradável agregada a uma lesão real ou potencial. Esta pode ser aguda ou crônica. Fisiopatologicamente, classifica-se em: dor nociceptiva, ligada à lesão de tecidos ósseos, musculares ou ligamentos; dor neuropática, que tem início em uma lesão ou alguma anomalia no sistema nervoso; dor mista, que envolve a ordem musculoesquelética que abrange articulações, ossos e ligamentos<sup>1</sup>.

Nos últimos anos, pesquisas direcionadas à dor músculo esquelética (DME), a descreve como resultante do esforço repetitivo e disfunções ortomoleculares. Inclusive, em vários países, a DME tem sido considerada como um grave problema de saúde pública, sendo apontada como um dos principais fatores incapacitantes ao longo da vida<sup>2</sup>.

A DME é um problema de saúde pública e justifica-se assim nos seguintes aspectos: é uma das principais causas de morbididades de trabalhadores, uma das causas mais alegadas para o encaminhamento de pessoas aos serviços públicos ou particulares de saúde e, por fim, por ter aumentado significativamente no meio acadêmico<sup>2,3,4,5</sup>.

Entre os estudantes universitários brasileiros, a recorrência da DME tem se mostrado elevada. Isso pode estar associado a múltiplos fatores, especialmente comportamentais, socioculturais e ambientais. Em estudo sobre a frequência e fatores associados a DME em estudantes universitários, os autores destacaram como fatores o elevado tempo necessário para realização das atividades curriculares, postura inadequada, móveis inadequados, inatividade física, entre outros<sup>4</sup>. Apesar destas constatações, ainda são recentes os estudos acerca da prevalência e dos fatores associados à DME em acadêmicos do curso de enfermagem<sup>3</sup>.

Diante desta observação, este estudo objetivou revisar qual a ocorrência da DME entre estudantes universitários de enfermagem, bem como quais os fatores associados.

## 2. METODOLOGIA

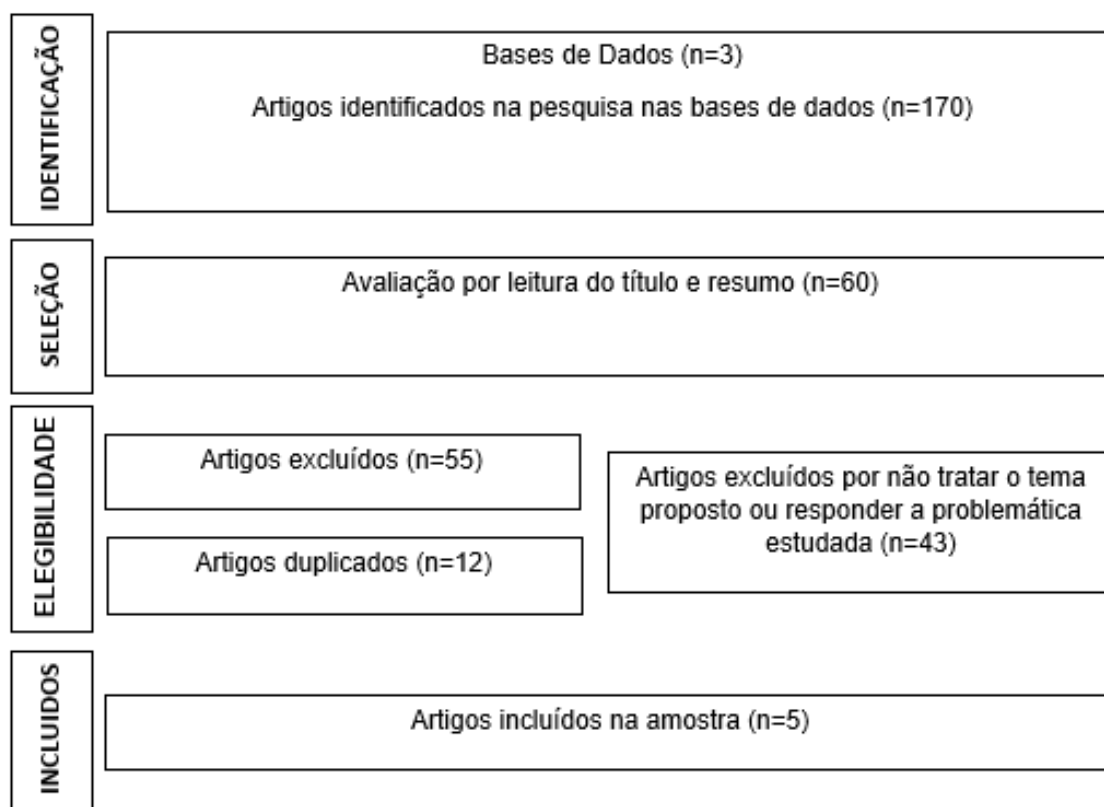
Revisão integrativa, descritiva, na qual buscou-se descrever a ocorrência de dor musculoesquelética em acadêmicos de enfermagem, bem como os fatores associados.

A coleta de artigos para a revisão foi obtida junto aos seguintes bancos de dados: *Scientific Electronic Library Online* (SciElo), Base de Dados de Enfermagem (BDENF) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Utilizou-se os descritores em Ciências da Saúde (DECS): dor musculoesquelética, estudantes de enfermagem e taxa de prevalência.

A coleta foi realizada buscando responder à pergunta norteadora: Como tem sido relatado na literatura a ocorrência e fatores associados a dor musculoesquelética entre os acadêmicos de enfermagem?

A seleção dos artigos tomou como critério de inclusão: artigos publicados entre 2016 a 2020, em língua portuguesa, completos, estudos de casos, pesquisas qualitativas e quantitativas, estudos transversais, estudos de coorte e que se referiram exclusivamente a DME em acadêmicos de enfermagem, sua ocorrência e fatores relacionados. E por critério de exclusão: artigos fora do período, incompletos, em outro idioma, resumos, resumos expandidos, artigos de revisão bibliográfica, monografias, teses, dissertações ou que não contemplam a temática estudada e/ou respondam os objetivos e pergunta norteadora propostos para esta pesquisa. A coleta foi realizada entre agosto e setembro de 2020.

Foram encontrados 170 artigos, sendo 80 da SciElo, 55 da LILACS e 35 da BDENF. A primeira seleção com os critérios gerou um total de 60 artigos para leitura dos títulos e resumos sendo excluídos 55, destes 12 duplicados e 43 que não respondiam à questão norteadora ou abordavam a temática proposta. Sendo ao final selecionados cinco artigos para leitura integral e aproveitamento para construir a revisão integrativa. A Figura 1 apresenta o fluxograma do processo de seleção das fontes para esta pesquisa.



**Figura 1** - Fluxo do processo de seleção dos estudos no período entre 2015 e 2020. Fonte: Próprio autor (2020).

Os dados encontrados nos estudos foram analisados conforme a técnica de análise de conteúdo proposta por Bardin<sup>6</sup>. Os resultados desta pesquisa foram exibidos de forma descritiva e discutidos formulando sínteses e, também os dados coletados nos artigos e periódicos selecionados conforme proposta de Sousa *et al.*<sup>7</sup>. O quadro 1 apresenta os estudos selecionados contendo os seguintes dados: autores, título, periódico, ano, método, resultados.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos estão distribuídos em (40%) do ano de 2016, (40%) do ano de 2017 e (20%) foram publicados em 2019. Quanto a metodologia, 90% são de estudo transversal, 10% estudo qualitativo, conforme apresentado no Quadro 1 que expõe as características principais dos estudos.

**Quadro 1.** Estudos selecionados (n=5) conforme, autores, título, periódico, ano, método e resultados. Fonte: Próprio autor (2020).

<b>Cód.</b>	<b>Autores</b>	<b>Título</b>	<b>Periódico/ Ano</b>	<b>Método</b>	<b>Resultados</b>
<b>A 1</b>	Nunes H, Cruz A, Queirós P.	Dor músculo esquelética a nível da coluna vertebral em estudantes de enfermagem: Prevalência e fatores de risco	Revista Investigação em Enfermagem; 2016	Estudo observacional e transversal	- Prevalências elevadas na região cervical entre os estudantes do 1º ano (53,7%) e 2º ano (45,7%), e na lombar nos estudantes do 3º ano (82,4%) e 4º ano (68,9%).
<b>A 2</b>	Neto MG, Sampaio GS, Santos PS.	Frequência e fatores associados a dores musculoesqueléticas em estudantes universitários	Revista Pesquisa em Fisioterapia; 2016	Estudo de campo quantitativo, do tipo descritivo e com delineamento transversal	- A frequência de dores musculoesqueléticas em universitários foi alta, tendo fatores relacionados tanto ao ambiente ocupacional e acadêmico - Necessária a elaboração de ações preventivas.
<b>A 3</b>	Andrade MF, Chaves ECL, Miguel MRO, Simão TP, Nogueira DA, Iunes DH.	Avaliação da postura corporal em estudantes de enfermagem	Revista da escola de Enfermagem da USP; 2017	Estudo descritivo, transversal (1ª etapa) e longitudinal (2ª etapa)	- Os segmentos com diferença significativa, comparando-se antes e após a prática, foram o ângulo acromioclavicular, flexo de joelho e ângulo tibiotársico, sendo os dois últimos na posição de rolamento.
<b>A 4</b>	Oliveira MA, Greco PBT, Prestes FC, Machado LM, Magnago TSBS, Santos RR.	Distúrbios/dor musculoesquelética em estudantes de enfermagem de uma universidade comunitária do sul do Brasil	Enfermeira Global; 2017	Estudo descritivo de natureza quantitativa do tipo <i>survey</i>	- A prevalência de sintomas musculoesqueléticos foi na região dorsal, lombar e ombros.
<b>A 5</b>	Morais BX, Dalmolin GL, Andolhe R, Dullius AIS, Rocha LP.	Dor musculoesquelética em estudantes de graduação da área da saúde: prevalência e fatores associados	Revista da escola de Enfermagem da USP; 2019	Estudo transversal.	- Devido à elevada prevalência de dor musculoesquelética, destaca-se a necessidade da adoção de estratégias que visem à prevenção desse agravo ainda na academia.

Foram identificadas altas taxas de prevalência de dor musculoesqueléticas em estudantes universitários. Discutindo-se os resultados dos elementos encontrados quanto a prevalência e fatores relacionados foram relatadas em todos os estudos (A1, A2, A3, A4, A5). No estudo realizado com 452 estudantes de Enfermagem apresentaram prevalência de DME na região cervical (56,8%), seguida da região lombar (47,9%), da região dorsal (34%), sendo apontado como fatores associados e de risco: uso de computador, trabalho anterior, postura incorreta, história familiar<sup>8</sup>.

A pesquisa com 200 estudantes da área de saúde apresentou como variáveis para possíveis fatores de desencadeamento de distúrbios musculoesqueléticos entre os acadêmicos: atividade física (44,5%), tocar instrumento musical (12%), trabalhos manuais (54,5%), exercícios do MS (50%), uso de computador (85,5%), alimentação (56,4%), mobiliário (49,5%), atividade doméstica (79%), filho (18%), incomodo com os materiais escolares (50,5%), incomodo na coluna pelo transporte de materiais (69,5%), sono (69%) e horas de sono suficiente (56,5%). A maioria (66%) sofre desconforto na região lombar e pescoço (34%)<sup>4</sup>.

Alterações posturais podem causar prejuízos à saúde e o bem-estar reduzindo o rendimento nas atividades diárias. A postura incorreta no ambiente de trabalho é considerada risco para doenças musculoesqueléticas em diferentes regiões do corpo, principalmente a lombalgia, que tem sido relatada como frequente entre estudantes de enfermagem e profissionais de saúde<sup>9</sup>.

A maioria dos estudantes de enfermagem realizam atividades extracurriculares, com isso podem sentir-se sobrecarregados, visto que precisam conciliar a vida acadêmica com a vida pessoal/profissional, isto gera desgaste físico, mental e emocional. Também é relatado como fator preponderante para DME questões ergonômicas, como postura durante as atividades, sentado ou de pé, uso de sapatos adequados a atividade, pois a inadequação pode provocar, dentre outros, dores na coluna, nas pernas e nos pés<sup>2,3</sup>.

Os profissionais de enfermagem são responsáveis por várias atividades que envolvem movimentos corporais utilizando os membros, posturas inadequadas, sendo comum a presença de DME nas regiões lombar, pescoço e ombros<sup>5</sup>. Além disso, o estresse prolongado, pode desenvolver quadros álgicos, visto que podem reprimir o sistema imunológico e resultar em danos aos tecidos. Vale lembrar que o processo de somatização, ou seja, sintomas físicos decorrentes de condições psicológicas, pode provocar tensão muscular e, conseqüentemente, resultar em DME<sup>2</sup>.

A DME é considerada um problema de saúde pública que afeta vários indivíduos que vem impactando a vida de muitos profissionais da área de saúde, inclusive na sua produtividade. De fato, os movimentos repetitivos colocam-nos em situações de risco ocupacional, sendo importante intervenção desde o primeiro ano de faculdade, visto que ao aprender e apropriar-se de estratégias de prevenção e cuidado ergonômico podem evitar problemas futuros<sup>10,11,12</sup>.

Este estudo apresentou como limitação a escassez de estudos sobre a temática proposta, mesmo se tratando de um problema atual e recorrente entre estudantes e profissionais de saúde, especialmente a enfermagem. Portanto, sugere-se que outros estudos sejam realizados, principalmente sobre medidas preventivas e de cuidado quanto a DME, visto que nos estudos disponíveis, estes fatores não são relatados.

#### **4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O estudo permitiu identificar altas taxas de DME em estudantes de enfermagem, com a presença de DME nas regiões lombar, pescoço e ombros. Ficou evidente que adotar posturas adequadas e equipamentos ergonômicos pode ser uma sugestão de melhoria, porém a realidade das faculdades e locais de trabalho onde estão inseridos os estudantes e profissionais de enfermagem não contribuem para minimizar os fatores que desencadeiam as DME. Além disso, podem ser realizados programas de conscientização com palestras e material impresso para conhecimento e melhoria da qualidade de vida nesses ambientes, porém a medida preventiva cabe a cada indivíduo.

#### **5. CONFLITOS DE INTERESSES**

Os pesquisadores afirmam que não nenhum conflito de interesse envolvendo esta pesquisa.

#### **6. REFERÊNCIAS**

1. Ministério da Saúde (BR). Portaria SAS/MS nº 1.083, de 02 de outubro de 2012. Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas - Dor crônica.

2. Morais BX, Dalmolin GL, Andolhe R, Dullius AIS, Rocha LP. Dor musculoesquelética em estudantes de graduação da área da saúde: prevalência e fatores associados. *Rev Esc Enferm USP*. 2019;53:e03444. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2018014403444>
3. Morais BX, Magnago TSBS, Cauduro GMR, Dalmolin GL, Pedro CMP, Gonçalves NGC. Fatores associados à dor musculoesquelética em estudantes de enfermagem. *Rev Enferm UFSM* 2017 abr./jun.;7(2): 206-221. DOI: 10.5902/2179769226442
4. Gomes Neto M, Sampaio GS, Santos PS. Frequência e fatores associados a dores musculoesqueléticas em estudantes universitários. *Rev Pesqu Fisiot* 2016 Fev;6(1):26-34 ·DOI: 2238-2704rpf.v6i1.790
5. Santos EC, Andrade RD, Lopes SG e Valgas C. Prevalência de dor musculoesquelética em profissionais de enfermagem que atuam na ortopedia. *Rev Dor. São Paulo*, 2017 out-dez;18(4):298-306. DOI: 10.5935/1806-0013.20170119
6. Bardin L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2011.
7. Sousa LMM, Marques-Vieira CMA, Severino SSP, Antunes AV. Metodologia de Revisão Integrativa da Literatura em Enfermagem. *Rev. Investigação Enferm*. 2017; nov.; 17(26):17-26.
8. Nunes H, Cruz A, Queirós P. Dor músculo esquelética a nível da coluna vertebral em estudantes de enfermagem: Prevalência e fatores de risco. *Rev Investig Enferm – jan.*, 2016: 28-37.
9. Andrade MF, Chaves ECL, Miguel MRO, Simão TP, Nogueira DA, Iunes DH. Avaliação da postura corporal em estudantes de enfermagem. *Rev Esc Enferm USP*. 2017;51:e03241. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2016027303241>
10. Firmino C, Frade M, Antunes A, Sousa L, Marques M, Simões M. Prevalência da Sintomatologia Músculo-Esquelética nos Estudantes de Licenciatura em Enfermagem: uma Revisão Sistemática da Literatura. *Rev Port Saúde Ocupacional on line*. 2020;(9):1-10. DOI: 10.31252/RPSO.23.05.2020
11. Maciel Júnior EG, Trombini-Souza F, Maduro PA, Mesquita FO, Silva TF. Distúrbios musculoesqueléticos autorreferidos na equipe de enfermagem em um hospital universitário. *BrJP. São Paulo*, 2019 abr-jun;2(2):155-8. DOI: 10.5935/2595-0118.20190028
12. Oliveira MA, Greco PBT, Prestes FC, Machado LM, Magnago TSBS, Santos RR. Distúrbios/dor musculoesquelética em estudantes de enfermagem de uma universidade comunitária do sul do Brasil. *Enfermería Global*, 47:144-149, jul. 2017. DOI: <http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.16.3.248551>