RESUMO EXPANDIDO SUBMETIDO AO XXVI ENID - 2024 - UFPB MCKENZIE E DOR MUSCULOESQUELÉTICA: OFICINA E APRENDIZAGEM QUALIFICANDO O CUIDADO NA SAÚDE DA FAMÍLIA

Caio Victor Viana Costa;
Carlos André Ferreira de Sá;
Lorenna Marinho Ferreira;
Marcos Antonio Nogueira Neves;
Ricardo de Sousa Soares;
Juliana Sousa Soares de Araujo

Programa de Monitoria
CCM - Centro de Ciências Médicas Campus I - João Pessoa

INTRODUÇÃO

A dor osteomuscular é uma queixa frequente na Atenção Primária à Saúde, representando um desafio comum para profissionais de saúde devido a sua alta prevalência e impacto funcional nos pacientes. Nesse sentido, métodos terapêuticos que oferecem abordagens não invasivas para o manejo dessas condições são importantes na formação de médicos generalistas, visando a promoção de uma prática clínica segura e resolutiva. Entre essas abordagens, destaca-se o Método McKenzie por ser amplamente utilizado para o tratamento de dores osteoarticulares, com notável evidência científica na redução da dor e melhora da funcionalidade do indivíduo. (HENNEMANN et al., 2024).

Com efeito, o Método McKenzie, o qual foi desenvolvido inicialmente para o tratamento de dores na coluna vertebral, baseia-se em uma avaliação sistemática e individualizada de movimentos repetitivos e posturas mantidas, identificando padrões de dor e possibilitando uma abordagem personalizada para cada paciente. A simplicidade e a eficácia desse método o tornaram uma ferramenta valiosa não só para o tratamento de lombalgias, mas também para outras condições musculoesqueléticas. Nesse sentido, a inserção dessa técnica no contexto da Atenção Primária amplia as opções de tratamento conservador, oferecendo uma alternativa eficaz e de baixo custo para o manejo de dores osteoarticulares.

Assim, o trabalho tem por objetivo relatar a experiência da "Oficina McKenzie" realizada com alunos da disciplina "Cuidado em Saúde da Família II", discutindo a relevância dessa prática no processo de formação acadêmica e no aprimoramento da confiança dos estudantes no manejo de dores osteomusculares no contexto da Atenção Primária.

METODOLOGIA

A Oficina McKenzie foi estruturada em duas partes distintas: uma apresentação teórica e uma prática coordenada. Inicialmente, realizou-se uma apresentação em slides, a qual foi dividida em tópicos abrangentes. Estes incluíram a história do Método McKenzie, seus princípios fundamentais, os benefícios associados, as etapas que compõem o método e exercícios específicos voltados para o tratamento da lombalgia e cervicalgia. Essa abordagem teórica proporcionou aos participantes uma compreensão só-

lida sobre a fundamentação e a aplicação prática do método no contexto da Atenção Primária à Saúde, destacando a importância de estratégias não invasivas no manejo das principais dores osteomusculares.

Após a apresentação teórica, os alunos participaram de uma sessão prática, na qual tiveram a oportunidade de identificar os exercícios ensinados. Essa prática foi coordenada e supervisionada, onde um monitor foi usado como modelo para experimentar os movimentos e posturas de forma segura e eficaz. A oficina contou com a participação de 12 alunos da disciplina "Cuidado em Saúde da Família II", os quais foram incentivados a interagir, compartilhar experiências e esclarecer dúvidas durante o processo.

Ao final da oficina, aplicou-se um questionário que avaliou a familiaridade dos alunos com o método, sua segurança em tratar pacientes com dores osteomusculares e sua confiança em aplicar os conceitos aprendidos na prática clínica. A combinação de teoria e prática foi essencial para fortalecer a formação dos alunos, permitindo uma melhor compreensão do manejo de dores osteomusculares e aprimoramento de suas habilidades clínicas.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A Oficina Mckenzie foi realizada na turma de alunos da disciplina "Cuidado em Saúde da Família II", sendo o formulário respondido por um total de 12 participantes da Oficina.

Dentre as perguntas abordadas, destacou-se a questão "Você já conhecia o método Mckenzie?", na qual 75% dos participantes responderam que sim.

Na questão, "Você se sente seguro em tratar pacientes com dores osteomusculares na UBS atualmente?", apenas 58,3% responderam "sim" (Gráfico 1). Reforçando a necessidade de práticas, como a oficina para otimizar o conhecimento no tratamento de dores na saúde básica.

Ademais, 100% dos participantes consideraram o Método McKenzie uma ferramenta útil para o manejo de pacientes com dores na Atenção Primária, corroborando com a literatura que aponta a aplicabilidade do método em diferentes cenários clínicos (HENNEMANN et al., 2024).

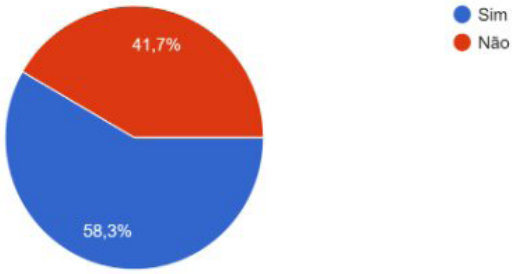
Quando questionados sobre a aplicabilidade do Método, 83,3% dos participantes acreditam que o Método McKenzie é aplicável à maioria dos pacientes com dores osteoarticulares (Gráfico 2), sugerindo uma percepção positiva em relação à sua versatilidade na prática clínica. Estudos como o de Lam et al. (2018), demonstram que o método tem eficácia comprovada no tratamento de lombalgia, à medida que a abordagem se mostrou efetiva em reduzir a dor e melhorar a funcionalidade em pacientes com dor lombar.

A partir desses dados, observa-se que a inserção de práticas como a oficina pode ser uma estratégia eficiente para fortalecer a formação prática e aumentar a confiança dos alunos no manejo de condições osteomusculares na Atenção Primária.

Ao serem questionados 83,3% dos participantes afirmaram se sentir confortável em aplicar o Método McKenzie (Gráfico 3), reforçando a oficina como ferramenta útil para o manejo de dores osteoarticulares.

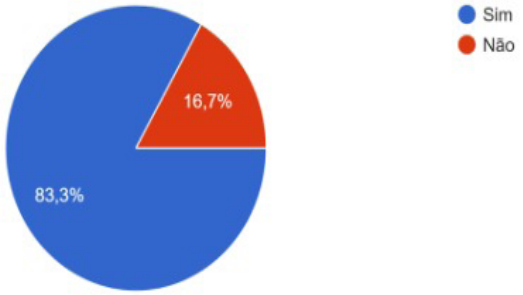
Quando questionados sobre possíveis melhorias para a oficina, a maioria dos participantes reforçaram a importância de uma prática supervisionada, reforçando a crença da prática como edificadora da teoria. Para aplicabilidade de um maior tempo de prática, sugere-se para as próximas oficinas, uma otimização no manejo do tempo disponível para a oficina.

Gráfico 1: Questionamento "Você se sente seguro em tratar pacientes com dores osteomusculares na UBS atualmente?"



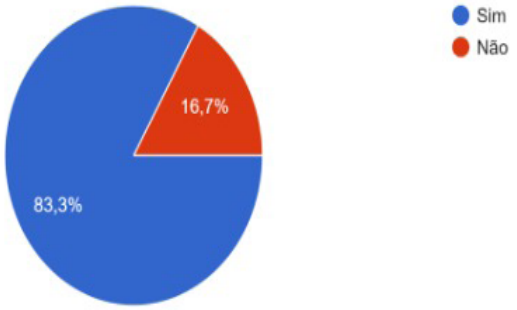
Fonte: Arquivo pessoal, 2024

Gráfico 2: Questionamento "Você acredita que o Método McKenzie é aplicável à maioria dos pacientes com dores osteoarticulares?"



Fonte: Arquivo pessoal, 2024

Gráfico 3: Questionamento "Você se sente confortável em aplicar o Método McKenzie na prática clínica após participar da oficina?"



Fonte: Arquivo pessoal, 2024

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Oficina McKenzie demonstrou ser uma estratégia eficaz para aprimorar o conhecimento e a confiança dos estudantes no manejo de dores osteomusculares na Atenção Primária, com uma taxa de 83,3% dos aprendentes se sentindo seguros e confortáveis para aplicá-lo após a oficina, reforçando o valor de atividades práticas na formação acadêmica.

Além disso, 100% dos alunos reconheceram a utilidade do Método McKenzie, destacando sua versatilidade no tratamento de pacientes com dores osteoarticulares.

A oficina também apontou a necessidade de maior tempo para prática supervisionada, sugerindo que essa abordagem pode fortalecer ainda mais a formação prática dos estudantes e aumentar sua segurança na aplicação de métodos não invasivos. A otimização do tempo de prática supervisionada para futuras oficinas pode ser uma estratégia importante para consolidar a integração entre teoria e prática no currículo de Medicina.

REFERÊNCIAS

LAM, Olivier T. et al. Effectiveness of the McKenzie method of mechanical diagnosis and therapy for treating low back pain: literature review with meta-analysis. Journal of orthopaedic & sports physical therapy, v. 48, n. 6, p. 476-490, 2018.

HENNEMANN, Vicente et al. The McKenzie method delivered by credentialed therapists for chronic low back pain with directional preference: systematic review with meta-analysis. Journal of Manual & Manipulative Therapy, p. 1-16, 2024.