

ASSOCIAÇÃO ENTRE DOR LOMBAR E DISTÚRBIOS DO SONO EM ESCOLARES DE 11 A 15 ANOS DA CIDADE DE IGUATU-CEARÁ

Hellen Christine Soares Souza¹

Universidade Regional Do Cariri-Iguatu-CE/ Educação Física/Iguatu-Ce, Brasil/
hellen.christine@urca.br

Kauanny Silva Oliveira²

Mikaelle Cordeiro Bezerra³

Maria Luiza Vieira Santana⁴

Saskya Alexandre Silva⁵

Joyce Maria Leite e Silva⁶

RESUMO

INTRODUÇÃO: A dor lombar e os distúrbios do sono são condições frequentemente identificadas na adolescência e podem apresentar uma relação bidirecional, na qual as alterações do sono influenciam a dor, e vice-versa, impactando negativamente a qualidade de vida e a saúde dos escolares. **OBJETIVO:** O presente estudo teve como objetivo analisar a associação entre distúrbios do sono e dor lombar em escolares de 11 a 15 anos da cidade de Iguatu- CE. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo transversal, de abordagem quantitativa, realizado com 235 escolares do ensino fundamental II, selecionados em escolas públicas do município. A coleta de dados foi realizada através do questionário Back Pain and Body Posture Evaluation Instrument (BackPEI), para avaliar as características sociodemográficas, hábitos de vida, presença e intensidade de dor lombar, e do Mini Sleep Questionnaire, para analisar a qualidade do sono. Os dados foram avaliados em estatísticas descritivas, teste de associação pelo qui-quadrado e regressão logística, obtendo um nível de significância de 5%. **RESULTADOS:** Os resultados mostraram uma alta prevalência de distúrbios do sono (67,6%), com destaque nos níveis moderado (18,2%) e severo (36,1%), bem como maior ocorrência de dor lombar entre escolares do sexo feminino (86,5%). Observou-se associação estatisticamente significativa entre a presença de dor lombar e o grau de distúrbio do sono nas análises bivariadas ($p = 0,00252$). Todavia, no modelo de regressão logística, essa associação não se manteve estatisticamente significativa ($p=0,0707$), sugerindo que a dor lombar apresenta caráter multifatorial nessa população. **CONCLUSÃO:** Entende-se que os distúrbios do sono são frequentes entre escolares e se associam à dor lombar em análises iniciais, consolidando a importância de planos de



DE 19
A 23 DE 2026
DE OUTUBRO

REALIZAÇÃO



"Além do Movimento: ciência, tecnologia e
inovação na formação em Educação Física"

promoção a saúde voltadas em prevenção de dores musculoesqueléticas, bem como à
higiene do sono durante a adolescência.

Palavras-chave: Dor lombar. Distúrbios do sono. Qualidade do sono. Escolares