

## PROJETO DE EXTENSÃO

### ESCOLA DE COLUNA PARA PACIENTES COM LOMBALGIA

Coordenador: Império Lombardi Jr.

O projeto faz parte de um modelo de grupo educacional para pacientes com lombalgia, chamado Back School ou, em português, Escola de Coluna, que visa a prevenção e tratamento de pessoas com dor lombar, é composto de informações teórico-educativas com informações sobre anatomia e fisiologia da coluna vertebral, epidemiologia, principais doenças da coluna, formas de tratamento, orientações sobre proteção articular da coluna e exercícios físicos para melhorar o equilíbrio muscular da coluna. A escola de coluna - "Back School" surgiu com o objetivo de orientar as pessoas com ou sem dor nas costas, a fim de prevenir e tratar a dor lombar decorrente de alterações mecânicas. As orientações dadas as pessoas mostram um bom resultado, principalmente, a curto prazo, ou seja nos primeiros seis meses. O projeto conta com a participação de alunos de graduação e pós-graduação e visa, de forma ativa, a interdisciplinaridade, visto que, isso já faz parte da política pedagógica do campus, pois participam, conjuntamente, com profissionais de diversas áreas, tais como, médico, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional, psicólogo, profissional de educação física e nutricionista, podendo ser acrescentado outras áreas. Essa interação faz com que os alunos façam uma grande integração entre as áreas de conhecimento e, conseqüentemente, a elaboração de projetos de pesquisa.

Instagram: escoladacolunaunifesp