

DOR MUSCULOESQUELÉTICA CRÔNICA NO QUADRIL E QUALIDADE DE SONO: UMA RELAÇÃO BIDIRECIONAL

CHRONIC MUSCULOSKELETAL PAIN IN THE HIP AND SLEEP QUALITY: A BIDIRECTIONAL RELATIONSHIP

Vieira Campos dos Reis Junior¹
Juliane Farinelli Panontin²

RESUMO

A dor musculoesquelética crônica no quadril é uma condição frequente em adultos de meia-idade e idosos, impactando negativamente a funcionalidade, a qualidade de vida e o bem-estar emocional. Um dos aspectos mais afetados por essa condição é o sono, cuja má qualidade pode agravar ainda mais a percepção da dor, criando um ciclo de prejuízos físicos e mentais. Diante disso, torna-se relevante compreender a relação entre dor crônica no quadril e distúrbios do sono para contribuir com estratégias terapêuticas mais eficazes. Este estudo terá como objetivo geral relacionar a dor musculoesquelética crônica no quadril com a qualidade do sono. Trata-se de uma pesquisa quantitativa, de caráter descritivo e corte transversal, realizada na clínica de ortopedia localizada em Paraíso-TO, no período entre 19 a 26 de maio de 2026. Serão incluídos pacientes maiores de 18 anos, de ambos os sexos, que aceitarem participar da pesquisa, que relatem uma piora na qualidade do sono relacionada às dores musculoesqueléticas crônicas no quadril. A coleta de dados será feita mediante aplicação dos questionários HOOS e o PSQI. Espera-se encontrar uma relação significativa entre a intensidade da dor crônica no quadril e a má qualidade do sono, o que poderá servir de base para intervenções clínicas voltadas à melhoria da saúde geral desses pacientes.

Palavras-chave: Dor crônica. Qualidade de sono. Quadril. Funcionalidade. Bidirecional.

ABSTRACT

Chronic musculoskeletal pain in the hip is a common condition in middle-aged and elderly adults, negatively impacting functionality, quality of life, and emotional well-being. One of the aspects most affected by this condition is sleep, whose poor quality can further aggravate the perception of pain, creating a cycle of physical and mental impairments. Therefore, it becomes relevant to understand the relationship between chronic hip pain and sleep disorders to contribute to more effective therapeutic strategies. This study will have the general objective of relating chronic musculoskeletal pain in the hip to sleep quality. It is a quantitative research study, of a descriptive and cross-sectional nature, conducted at the orthopedic clinic located in Paraíso-TO, during the period from May 19 to 26, 2026. Patients over 18 years old, of both sexes, who agree to participate in the research, and who report a worsening of sleep quality related to chronic musculoskeletal pain in the hip will be included. Data collection will be carried out through the application of the HOOS and PSQI questionnaires. It is expected to find a significant relationship between the intensity of chronic hip pain and poor sleep quality, which may serve as a basis for clinical interventions aimed at improving the overall health of these patients.

Keywords: Chronic pain. Sleep quality. Hip. Functionality. Bidirectional.

¹ Graduando em Medicina. Universidade de Gurupi UnirG, campus Paraíso do Tocantins -TO – ORCID: 0009-0000-5063-8756 – E-mail: vieira.c.junior@unirg.edu.br

² Dr. Juliane Farinelli Panontin. Universidade de Gurupi UnirG, campus Paraíso do Tocantins -TO – ORCID: – E-mail: Juliane.panontin@unirg.edu.br.

1. INTRODUÇÃO

A dor crônica é uma das principais razões que levam os adultos a buscarem serviços de saúde. As condições que acometem a articulação do quadril constantemente resultam em limitações funcionais e impactos negativos na produtividade diária¹. Esse tipo de dor, está associada a condições como osteoartrose, impactos femoroarticulares, tendinopatias dos músculos glúteos, assim como, desconforto na região do quadril, virilha ou nádega, relatada por mais de três meses. A prevalência da dor crônica no quadril tende a ser mais frequente com o avanço da idade, afetando entre 14% a 36% dos indivíduos com 56 anos ou mais. Essa condição afeta significativamente a qualidade de vida e funcionalidade dos indivíduos².

A articulação do quadril, por sua origem sinovial e esferóide, possibilita uma ampla mobilidade e desempenha um papel fundamental na transferência de peso entre o tronco e os membros inferiores. Entretanto, sua estabilidade depende de diversas estruturas anatômicas, como o lábio acetabular – uma fibrocartilagem que reveste o acetábulo, aumentando a profundidade da cavidade articular⁸. Sendo assim, quando essas estruturas são comprometidas por excesso de carga, envelhecimento ou lesões, inflamações, processos degenerativos relacionados ao trauma ou idade e dor crônica, pode haver uma limitação dos movimentos³. Além disso, o diagnóstico da dor crônica no quadril pode ser complexo, tendo em vista que a dor no quadril pode ter origem referida de outras estruturas, como a coluna ou joelho, trauma, tumor, abdômen, hérnias, artropatias articulares, musculares e neuropatias⁴.

A dor na região do quadril está frequentemente relacionada à limitação de movimentos básicos, como sentar-se ou levantar-se, podendo evoluir para um quadro de dor crônica, resultando em prejuízos funcionais significativos e piora da qualidade de vida (Ahuja et al.,2020). Entre esses prejuízos, destaca-se os distúrbios do sono. Estudos mostram que a dor crônica está diretamente relacionada à piora da qualidade do sono, afetando negativamente a recuperação física e prejudicando o restabelecimento do equilíbrio emocional. Essa relação é bidirecional, tendo em vista que o controle inadequado da dor pode levar a distúrbios do sono e, inversamente, os distúrbios do sono intensificam a dor⁵.

O principal objetivo do presente estudo foi relacionar as dores musculoesqueléticas crônicas no quadril com a qualidade de sono. Além disso, identificar as causas dessas dores, estimar a prevalência em indivíduos do sexo

masculino e feminino, além de avaliar o impacto da dor crônica no quadril sobre a qualidade do sono dos pacientes acometidos.

A dor musculoesquelética crônica no quadril é angustiante para o paciente, pois não apenas prejudica as atividades diárias da vida, como subir escadas, caminhar, se vestir, mas também, afeta a qualidade de sono⁴. Sendo assim, observa-se que o sono e a dor têm uma relação bidirecional, com a dor levando distúrbios do sono e o sono contribuindo para o aumento da dor⁵.

Embora o sono e a dor interajam bidirecionalmente, de modo que o controle deficiente da dor pode levar a distúrbios do sono e, inversamente, os distúrbios do sono aumentam a dor⁵. No entanto, apesar dessas evidências, ainda há poucas investigações sobre como as dores musculoesqueléticas crônicas no quadril afetam a qualidade de sono. Sendo assim, compreender essa relação pode ser um passo importante para a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida da população.

Diante desse cenário, esta pesquisa busca responder à seguinte questão: A dor musculoesquelética crônica no quadril afeta diretamente a qualidade de sono ou vice-versa?

A dor musculoesquelética crônica no quadril é uma condição prevalente na população adulta e idosa, impactando diretamente a mobilidade, a autonomia e a qualidade de vida dos indivíduos¹. Além das limitações físicas, essa condição frequentemente se associa a alterações no sono, como insônia, sono fragmentado e fadiga diurna. Essa associação entre dor e sono, muitas vezes negligenciada, pode agravar ainda mais o quadro clínico, gerando um ciclo de sofrimento físico, emocional e funcional⁵. Além disso, percebe-se uma lacuna na literatura quando se trata de estudos que utilizam instrumentos válidos para avaliar de forma integrada esses dois aspectos. Diante disso, a investigação proposta busca contribuir com dados objetivos e relevantes para ampliar a compreensão desse problema de saúde.

Do ponto de vista social, este estudo contribui para a visibilidade de um problema de saúde pública que afeta a funcionalidade e o bem-estar de uma parcela significativa da população. Ao identificar as causas mais frequentes da dor crônica no quadril, avaliar sua intensidade, impacto funcional e possíveis relações com o sono, espera-se fornecer subsídios para que profissionais de saúde e gestores estabeleçam estratégias mais integradas e humanizadas de cuidado, especialmente no âmbito da atenção primária e reabilitação.

Em nível pessoal, a realização desta pesquisa atende ao interesse da pesquisa em aprofundar conhecimentos sobre a dor musculoesquelética e sua influência em aspectos psicobiológicos como o sono. O trabalho também representa uma oportunidade de desenvolvimento acadêmico e profissional, promovendo habilidades na coleta e análise de dados clínicos por meio de instrumentos de validação como o HOOS e o PSQI.

No campo científico, o estudo pretende colaborar com a produção de evidências que relacionem variáveis ainda pouco exploradas em conjunto – dor musculoesquelética crônica no quadril e qualidade de sono. Além disso, ao utilizar instrumentos padronizados e validados, a pesquisa contribui para a robustez metodológica e permite comparações futuras com estudos nacionais e internacionais. Os dados obtidos poderão confirmar hipóteses levantadas, além de estimular novas investigações e enriquecer discussões teóricas sobre dor crônica, funcionalidade e saúde do sono. Parte-se da hipótese de que a presença de dor musculoesquelética crônica no quadril esteja associada à ocorrência de distúrbios do sono. Além disso, acredita-se que pacientes com maior intensidade de dor apresentem piores escores de qualidade do sono. Dessa forma, o objetivo primário deste estudo é relacionar as dores musculoesqueléticas crônicas no quadril com a qualidade do sono. Como objetivo secundário, busca-se identificar as causas das dores musculoesqueléticas crônicas no quadril, estimar a prevalência da dor musculoesquelética crônica no quadril nos sexos masculino e feminino, além de avaliar a qualidade do sono em pacientes com dores crônicas no quadril.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa quantitativa e descritiva, pois busca observar, descrever e analisar as características da população estudada, sem intervenção direta nas variáveis. A pesquisa foi realizada com 40 em uma clínica de ortopedia e traumatologia, localizada em Paraíso-TO, entre 19 de maio a 26 de maio, envolvendo pacientes de ambos os sexos que apresentem dor musculoesquelética crônica no quadril. A coleta de dados foi realizada em um consultório que dispõe de recepção e sala de espera. Inicialmente, os pacientes chegam à recepção e aguardam atendimento conforme a ordem de chegada. Quando se aproximam de sua vez, são encaminhados à sala de espera, na qual permanecem até serem chamados para a consulta médica. Após o atendimento pelo ortopedista, e no momento em que o próximo paciente é

chamado, o paciente que finalizou a consulta foi abordado pelo pesquisador, de forma a garantir que terceiros não identifiquem sua decisão quanto à participação na pesquisa. Foram incluídos pacientes maiores de idade, de ambos os sexos, portadores de dores musculoesqueléticas crônicas no quadril e que aceitaram participar da pesquisa. Foram excluídos pacientes que já tinham diagnósticos de transtornos primários do sono, uso de medicamentos que alterem o sono ou a percepção da dor, transtornos psiquiátricos não controlados e vícios em substâncias que interfiram diretamente na qualidade do sono e na percepção dolorosa.

O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (parecer 8.440.186). Os pacientes que concordaram em participar da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e foram submetidos a aplicação de instrumentos validados, como o HOOS (Hip disability and Osteoarthritis Outcome Score) para avaliação da dor e função do quadril, e o PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index), para avaliação da qualidade de sono.

A avaliação da dor musculoesquelética crônica no quadril e da qualidade do sono foi realizada por meio da aplicação dos questionários HOOS e PSQI, ambos amplamente utilizados e validados para a avaliação clínica e científica. O HOOS foi utilizado para avaliar aspectos relacionados à dor, sintomas, funcionalidade e qualidade de vida dos participantes com comprometimento do quadril. Já o PSQI foi aplicado com o objetivo de analisar a qualidade do sono dos indivíduos, considerando componentes como duração do sono, latência, eficiência habitual do sono, distúrbios do sono e sonolência diurna. Os questionários foram aplicados individualmente aos participantes da pesquisa, e os resultados obtidos foram utilizados para análise da relação bidirecional entre dor musculoesquelética crônica no quadril e qualidade do sono.

Após o preenchimento do questionário HOOS os escores obtidos foram utilizados para avaliar os impactos da dor musculoesquelética crônica no quadril sobre a funcionalidade e a qualidade de vida dos participantes. O instrumento é composto por domínios relacionados à dor, sintomas, atividades de vida diária, função em atividades esportivas e recreativas e qualidade de vida associada ao quadril, permitindo uma avaliação abrangente das limitações funcionais decorrentes da condição clínica apresentada pelos indivíduos avaliados. A pontuação global do HOOS varia de 0% a 100%, sendo que escores mais baixos indicam maior comprometimento funcional, presença de dor e pior qualidade de vida relacionada ao quadril, enquanto escores mais

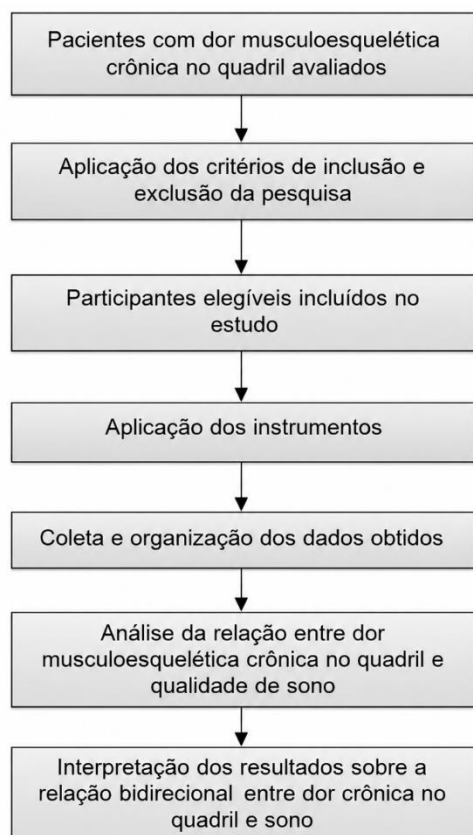
elevados representam melhor condição funcional e menor impacto da dor musculoesquelética crônica no quadril.

Para avaliação da qualidade do sono, foi aplicado o PSQI, instrumento composto por questões relacionadas aos padrões de sono dos participantes durante o último mês. O questionário avalia componentes como qualidade subjetiva do sono, latência, duração, eficiência habitual do sono, distúrbios do sono, uso de medicações para dormir e sonolência diurna. A pontuação global do PSQI pode variar de 0 a 21 pontos, sendo que escores superiores a 5 indicam pior qualidade do sono.

Os instrumentos foram aplicados individualmente aos participantes da pesquisa, e os dados obtidos foram utilizados para investigar a relação bidirecional entre a dor musculoesquelética crônica no quadril e a qualidade do sono.

A figura 1 demonstra o delineamento metodológico da pesquisa, incluindo as etapas de seleção dos participantes, aplicação dos instrumentos e análise dos dados relacionados à dor musculoesquelética crônica no quadril e à qualidade do sono.

Figura 1 – Fluxograma das etapas metodológicas da pesquisa



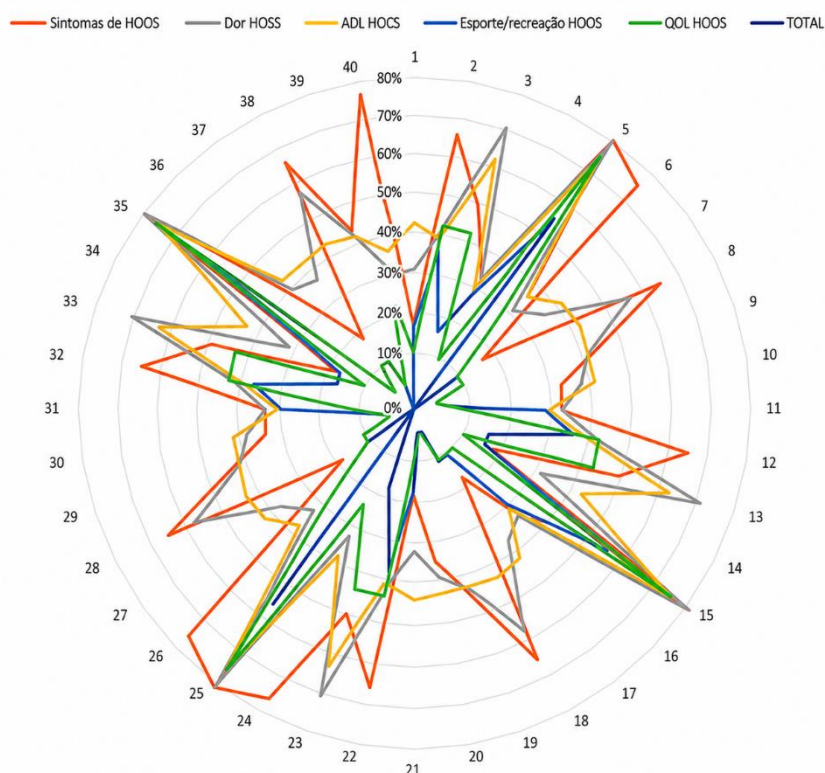
Fonte: Autor da pesquisa, 2026.

3. RESULTADOS

Foram avaliados participantes com dor musculoesquelética crônica no quadril por meio do questionário HOOS (Hip disability and Osteoarthritis Outcome Score) e da qualidade do sono utilizando o PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index).

Os dados demonstram comprometimento funcional importante nos domínios avaliados pelo HOOS, principalmente relacionados à dor, atividades de vida diária e qualidade de vida. Observou-se variabilidade entre os participantes, com scores total do HOOS variando entre 17% e 73%, indicando diferentes níveis de limitação funcional e intensidade dolorosa.

Figura 2: Domínios do HOOS (n = 40)



Abreviações: ADL – Atividades do dia-dia; QOL – Qualidade de vida.

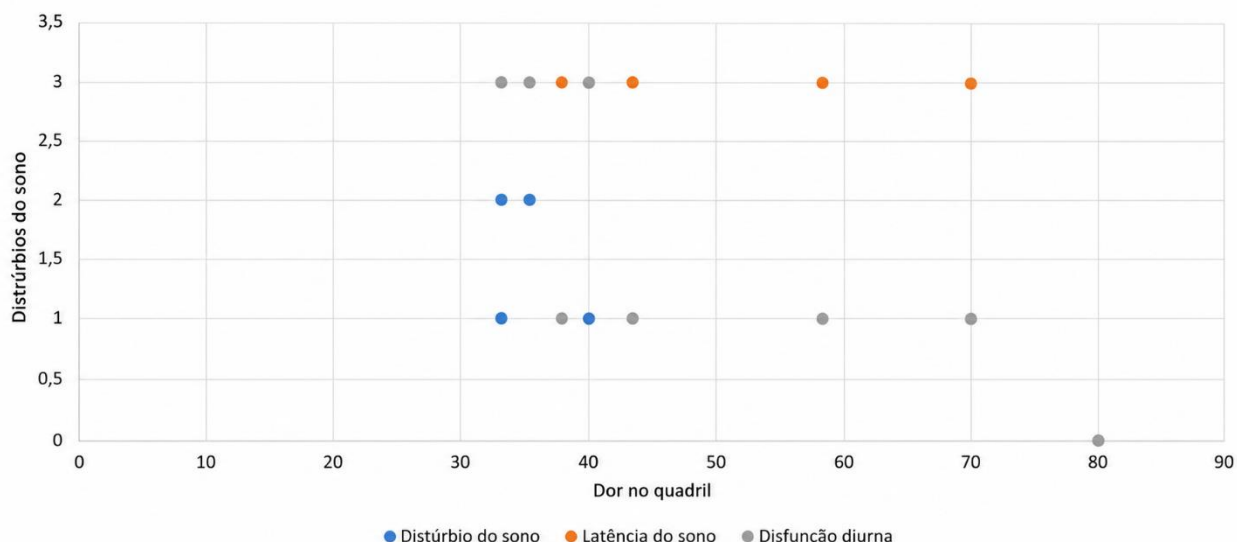
Fonte: Autor da pesquisa, 2026.

Na avaliação do sono, os componentes mais frequentes alterados foram latência do sono, distúrbios do sono e disfunção diurna. A maioria dos participantes apresentou scores elevados nesses componentes, sugerindo níveis de limitação funcional e intensidade dolorosa.

O gráfico de dispersão evidenciou uma relação entre pior condição do quadril e maiores alterações do sono. Participantes com menores escores de HOOS — indicando

maior comprometimento funcional e maior dor — tenderam a apresentar maiores índices de distúrbios do sono e latência aumentada para iniciar o sono.

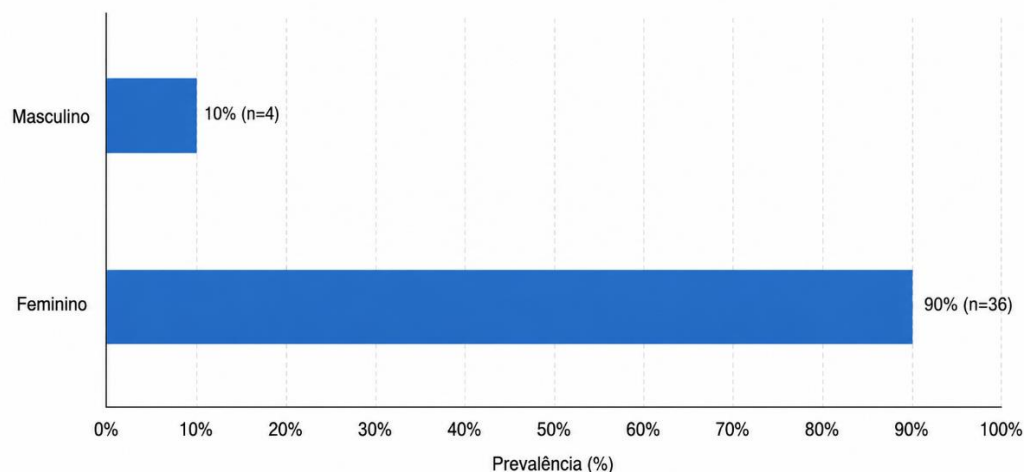
Figura 3 – Relação entre Dor no Quadril (HOOS) e Distúrbios do Sono (PSQI)



Fonte: Autor da pesquisa, 2026.

Além disso, observou-se predominância significativa do sexo feminino entre os participantes avaliados. Dos 40 indivíduos incluídos no estudo, 36 eram mulheres e apenas 4 eram homens, correspondendo respectivamente a 90% e 10% da amostra.

Figura 4 – Prevalência de Dor Musculoesquelética Crônica no Quadril por Sexo



Fonte: Autor da pesquisa, 2026.

Esses dados demonstram maior frequência de dor musculoesquelética crônica no quadril no sexo feminina na população estudada.

Em relação às causas das dores musculoesqueléticas crônicas no quadril, observou-se maior prevalência de osteoartrose, seguida de bursite trocantérica e tendinopatias.

Figura 5 – Causas da Dor Musculoesqueléticas Crônica no Quadril

Causas da dor	Nº	%
Osteoartrose	14	35%
Bursite Trocantérica	10	25%
Tendinopatias	8	20%
Impacto femoroacetabular	5	12,5%
Outras causas	3	7,5%

Fonte: Autor da pesquisa, 2026.

A osteoartrose representou a principal etiologia encontrada entre os participantes, correspondendo a 35% da amostra, enquanto bursite trocantérica correspondeu a 25% dos casos.

4. DISCUSSÃO

Os achados clínicos, deste estudo, demonstram associação entre dores musculoesqueléticas crônicas no quadril e pior na qualidade de sono. Os participantes com maiores limitações funcionais e maior intensidade de dor apresentaram alterações importantes nos componentes do sono avaliados pelo PSQI, principalmente relacionados à dificuldade para iniciar o sono, fragmentação do sono e disfunção diurna.

A dor crônica possui relação direta com alterações no ciclo sono-vigília. O desconforto persistente pode dificultar o relaxamento muscular e a manutenção do sono contínuo, levando a despertares frequentes e redução da qualidade do descanso noturno. Consequentemente, ocorre aumento da fadiga, irritabilidade e redução da capacidade funcional durante o dia⁵.

Os domínios do HOOS mais comprometidos foram relacionados à dor e às atividades de vida diária, sugerindo impacto significativo da condição musculoesquelética na funcionalidade e qualidade de vida dos participantes. Dessa forma, evidencia-se a necessidade de abordagem multiprofissional envolvendo controle da dor, reabilitação funcional e melhora da higiene do sono⁶.

A predominância de osteoartrose observada neste estudo pode estar relacionada ao

processo degenerativo articular decorrente do envelhecimento e da sobrecarga mecânica exercida sobre a articulação do quadril. Além disso, condições como bursites e tendinopatias podem estar associadas a movimentos repetitivos, alterações biomecânicas, sedentarismo e sobrecarga funcional, fatores frequentemente relacionados ao desenvolvimento de dores musculoesqueléticas crônicas⁴.

Além disso, observou-se uma maior prevalência de dores crônicas no quadril, no sexo feminino, que estar relacionada a fatores genéticos, hormonais, diferenças biomecânicas, maior predisposição a doenças osteomusculares e maior percepção dolorosa relatada por mulheres. Esses, fatores causam aumento no desgaste, instabilidade, desalinhamento, microtraumas e danos na articulação do quadril⁴. Ademais, descobriu-se que pacientes com osteoartrose apresentam maior grau de fragmentação do sono em comparação com aqueles sem, sendo este fenômeno particularmente pronunciado em mulheres com problemas graves de dores no quadril⁷.

Como limitação do estudo, destaca-se o tamanho reduzido da amostra e a utilização de questionários subjetivos, dependentes da percepção individual dos participantes. Apesar disso, os dados obtidos permitiram identificar tendências importantes entre dor crônica no quadril e alterações do sono.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que a dor musculoesquelética crônica no quadril apresenta associação com pior qualidade do sono, influenciando negativamente aspectos físicos, funcionais e cotidianos dos indivíduos avaliados.

As principais causas identificadas para as dores musculoesqueléticas crônicas no quadril foram osteoartrose, bursites e tendinopatias, destacando-se a influência de processos degenerativos articulares, alterações biomecânicas e fatores relacionados ao sedentarismo e à sobrecarga funcional.

Os participantes com maiores limitações funcionais e pior escore no HOOS demonstraram maiores alterações nos componentes do sono avaliados pelo PSQI, especialmente em relação à latência do sono, distúrbios noturnos e disfunção diurna.

Além disso, foi observada maior prevalência da condição no sexo feminino, sugerindo possível influência de fatores biológicos e funcionais na ocorrência da dor crônica no quadril.

Dessa forma, ressalta-se a importância de avaliações integradas em pacientes com dores musculoesqueléticas crônicas, considerando não apenas os sintomas dolorosos, mas também os impactos sobre o sono e a qualidade de vida. Novos estudos com amostras maiores são necessários para aprofundar a compreensão dessa relação e auxiliar no desenvolvimento de estratégias terapêuticas mais eficazes.

REFERÊNCIAS

1. GADDIS, JM. *et al.* A cirurgia de preservação do quadril em pacientes com síndrome do impacto femoroacetabular e displasia acetabular melhora as medidas funcionais e a catastrofização da dor. **Cureus**. v.1, n.1, 2024.
2. HABER, T. *et al.* Como adultos de meia-idade e idosos com dor crônica no quadril veem seu problema de saúde e seus cuidados? Um protocolo para uma revisão sistemática e síntese de evidências qualitativas. **BMJ Open** v.1, n.1, 2021.
3. SIZINIO, Herbert *et al.* **Ortopedia e Traumatologia**: princípios e prática. 6.ed. Porto Alegre: Dilivros, 2025.
4. AHUJA, V, Thapa D, Patial S, Chander A, Ahuja A. Dor crônica no quadril em adultos: conhecimento atual e futuro prospectivo. **J Anestesia Clin Farmacol**, v. 36, n.4, 2020.
5. BJURSTRÖM, MF. *et al.* Qualidade do sono pré-operatório e resultados adversos da dor após artroplastia total do quadril. **European Journal of Pain**. v.1, n. 1, 2021.
6. GRIMALDI, A. *et al.* Avanços atuais e futuros na prática: tendinopatias do quadril. **British Society for Rheumatology**. V.1, n.1, 2024.
7. CHA, Y. *et al.* Análise das mudanças na qualidade e nos padrões do sono após fratura de quadril usando evidências reais de inteligência artificial vinculada a dados de coorte de quadril (REAL). **Medicina**. v.59, 2023.
8. GIANINI, Reinaldo *et al.* **SOS ortopedia**. 2º ed. São Paulo: Manole, 2020.
9. BERTOLAZI, AN. *et al.* Validation of the Brazilian Portuguese version of the Pittsburgh Sleep Quality Index. **Sleep Medicine**.v.12, n.1, 2011.
10. KRUCHELSKI, Rodrigo *et al.* Hip disability and osteoarthritis outcome score (HOOS): um estudo de validação intercultural da versão na língua portuguesa. **Revista Brasileira de Ortopedia**, Rio de Janeiro, V.54, n.1, 2019.