CRENÇAS DE CONSEQUÊNCIA DA DOR ANTES E APÓS UM PROGRAMA DE EDUCAÇÃO EM CIÊNCIA DA DOR EM INDIVÍDUOS COM DOR LOMBAR CRÔNICA: ESTUDO LONGITUDINAL QUALITATIVO

Jéssica Ana de Almeida, Katia Regina Boder Zocatelli, Anne Sofia Souza Pang, Giovana Anastásia Perin, Carolina dos Reis Maier, Micheline Henrique Araújo da Luz Koerich

INTRODUÇÃO

A dor lombar crônica (DLC) é um problema musculoesquelético com alta prevalência na saúde pública mundial. Essa condição é influenciada diretamente por fatores emocionais, sociais e cognitivos. A literatura aponta que a DLC está associada a crenças de medo-evitação, relacionadas à percepção de risco de dano associado ao movimento e à adoção de comportamentos de evitação e inatividade (Darlow et al., 2013; Bunzli et al., 2017). O Modelo do Senso Comum de Autorregulação da Doença (MSC) é uma teoria robusta que busca compreender como as crenças e emoções guiam as ações de cuidado dos indivíduos perante a doença (Leventhal; Phillips; Burns, 2016). Nesse contexto, a ECD (Educação em Ciência da Dor) tem mostrado eficácia na redução de crenças disfuncionais (Moseley; Butler, 2015; Watson et al., 2019). Entre essas crenças, destacam-se as crenças de consequência da doença, que correspondem às percepções dos indivíduos acerca dos impactos da dor em sua vida cotidiana. Dessa forma, este estudo teve como objetivo investigar a influência de um programa de Educação em Ciência da Dor (ECD) sobre as crenças de consequências de indivíduos com DLC.

DESENVOLVIMENTO

Trata-se de uma pesquisa qualitativa longitudinal com adultos de ambos os sexos com DLC com idade igual ou superior a 18 anos, residentes na região da Grande Florianópolis, que estavam cadastrados na lista de espera da Clínica Escola de Fisioterapia da UDESC. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética da UDESC (6.789.701). Os participantes receberam uma intervenção educativa sobre o ECD, no qual foram discutidos diferentes conceitos de neurociência da dor. O programa consistiu em 6 encontros realizados duas vezes por semana durante três semanas, em grupos de 6 a 8 participantes e duração de 60 minutos. Os participantes foram entrevistados uma semana antes e após da ECD, usando um roteiro semiestruturado. O MSC foi utilizado como referencial teórico para análise da representação cognitiva das crenças dos participantes, entre elas a crença de consequência. Os dados foram analisados por Análise de Conteúdo Temática com abordagem híbrida (indutiva/dedutiva), com suporte do software Atlas ti versão 8.

RESULTADOS

A amostra foi composta por 20 participantes, sendo 19 mulheres e 1 homem, com idades entre 20 e 71 anos. As crenças relacionadas às consequências da dor envolveram repercussões funcionais, emocionais, sociais e financeiras, com predomínio dos impactos funcionais. Antes da intervenção, a maioria dos participantes apontava que a dor causava dificuldades nas tarefas domésticas e impactos negativos no trabalho. Também foram identificados sofrimento emocional, caracterizado por tristeza, frustração e impotência, além de restrições sociais e repercussões financeiras. Após a ECD, observou-se redução expressiva das consequências percebidas, especialmente no domínio funcional. As dificuldades domésticas diminuíram de 13 para três participantes e os impactos relacionados ao trabalho, de seis para um. As limitações remanescentes passaram a ser descritas de forma mais contextualizada e associadas a uma maior compreensão sobre a importância de manter-se ativo apesar da dor. O sofrimento emocional também foi menos frequente e assumiu caráter predominantemente antecipatório. Após a intervenção, não emergiram novos relatos de consequências sociais ou financeira

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados sugerem que a ECD contribuiu para reduzir a percepção das consequências negativas da dor, especialmente no domínio funcional, favorecendo uma compreensão mais adaptativa sobre dor, movimento e atividade. Embora repercussões emocionais tenham persistido, estas se tornaram menos frequentes e predominantemente antecipatórias. Clinicamente, esses achados reforçam o potencial da educação em dor como estratégia para modificar crenças que podem contribuir para comportamentos de evitação e restrição de atividades, favorecendo a manutenção ou retomada das atividades cotidianas. A persistência de aspectos emocionais, entretanto, sugere a necessidade de que intervenções educativas sejam integradas a estratégias direcionadas aos fatores emocionais e comportamentais associados à dor.

Palavras-chave: dor lombar crônica; Educação em Ciência da Dor; Modelo do Senso Comum; crenças de consequência.

ANEXOS



Figura 1. *Mudanças na crença de. Consequência antes e após a Educação em Ciência da Dor.*

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BUNZLI, S. et al. Making sense of low back pain and pain-related fear. **Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy**, v. 47, n. 9, p. 628–636, 2017. DOI: https://doi.org/10.2519/jospt.2017.7434. Disponível em: https://www.jospt.org/doi/10.2519/jospt.2017.7434.

DARLOW, B. et al. The enduring impact of what clinicians say to people with low back pain. **Annals of Family Medicine**, v. 11, n. 6, p. 527–534, 2013. DOI: https://doi.org/10.1370/afm.1518. Disponível em: https://www.annfammed.org/content/11/6/527.

LEAKE, H. B. et al. Key learning statements for persistent pain education: an iterative analysis of consumer, clinician and researcher perspectives and development of public messaging. **The Journal of Pain**, v. 23, n. 11, p. 1989–2001, 2022. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jpain.2022.07.008. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35934276/.

LEVENTHAL, H.; PHILLIPS, L. A.; BURNS, E. A. The Common-Sense Model of Self-Regulation (CSM): a dynamic framework for understanding illness self-management. **Journal of Behavioral Medicine**, v. 39, n. 6, p. 935–946, 2016. DOI: https://doi.org/10.1007/s10865-016-9782-2.

MOSELEY, G. L.; BUTLER, D. S. Fifteen years of explaining pain: the past, present, and future. **The Journal of Pain**, v. 16, n. 9, p. 807–813, 2015. DOI: https://doi.org/10.1016/j.jpain.2015.05.005. Disponível em: https://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S1526590015006823.