

# **PROPOSTA DE TRATAMENTO DE DOR LOMBAR CRÔNICA UTILIZANDO TRATAMENTO EM SUBGRUPOS (TBC) E EDUCAÇÃO EM DOR – ENSAIO CLÍNICO (APOIO UNIP)**

**Aluno:** Jonatas de Oliveira Bortolo

**Orientador:** Prof. Dr. Bruno Rafael Orsini Rossi

**Curso:** Fisioterapia

**Campus:** São José do Rio Pardo

A dor lombar é a disfunção que mais impacta a população, estima-se que 80% das pessoas já relataram dores na região lombar. Educação em Dor é uma estratégia que ensina pessoas com dor sobre o processo fisiológico envolvido em sua experiência. O intuito desta pesquisa foi abordar um tratamento de dor lombar crônica (DLC), utilizando Tratamento Classificação em Subgrupos (TBC) e TBC associado à educação em dor (ED). Participaram 20 indivíduos com dor lombar crônica, com N=10 em ambos os grupos. Foram realizadas 10 sessões uma vez na semana, variando entre 10 a 50 minutos. A conduta terapêutica foi aplicada na Clínica-Escola de Fisioterapia da Universidade Paulista (UNIP) de São José do Rio Pardo - SP. Os indivíduos foram divididos aleatoriamente em dois grupos TBC (G1) e TBC + ED (G2), sendo que estes receberam duas aulas de educação em dor. Para as aulas foram utilizados recursos visuais e uma peça anatômica da coluna vertebral. Para avaliação e reavaliação foi utilizados questionários de Oswestry, FABQ Brasil, Escala Visual de Dor (EVA) e Roland Morris. Os resultados obtiveram melhora estatisticamente significativa na diminuição do score em média e desvio padrão em incapacidade funcional; intensidade da dor; Atividade de vidas diárias (AVDs); crenças e medo sobre atividade física e trabalho. Participantes que receberam TBC + ED obtiveram resultados mais significativos no questionário FABQ - Atividade Física  $p < 0,04$ . O tratamento classificado em subgrupo associado à educação em dor resultou na melhora significativa; as aulas de ED mostraram-se acessíveis, além de serem uma

proposta viável, eficaz e benéfica aos indivíduos que possuem dor lombar crônica.