

EFEITOS DA EDUCAÇÃO EM DOR SOBRE A DOR LOMBAR CRÔNICA INESPECÍFICA, INCAPACIDADE FUNCIONAL E CRENÇAS INCAPACITANTES: RELATOS DE CASOS (APOIO UNIP)

Aluna: Soraya Souza da Silva

Orientadora: Profa. Dra. Sandra Aparecida Atayde

Curso: Fisioterapia

Campus: Norte

Introdução: Dor lombar crônica inespecífica é definida como dor lombar persistente por mais de 12 semanas sem causa específica, está relacionada a limitação funcional, incapacidade e dor. A educação em dor é o conceito de ensinar pessoas sobre a biologia e a fisiologia da dor, pode ser utilizada em pacientes com dor lombar crônica inespecífica que apresentam sinais de catastrofização e cinesiofobia. Objetivo: avaliar os efeitos da educação em dor sobre dor e incapacidade e as variáveis psicossociais. Método de pesquisa: Os pacientes foram avaliados por: Escala visual/analógica da dor, Escala tampa, Questionário Oswestry, Inventário de sensibilização central, Escala de pensamento catastrófico, Questionário *STarT Back* e Mapa corpóreo. Foram realizadas duas sessões de educação em dor, por aproximadamente 30 minutos a sessão, e entre as sessões o material foi enviado aos pacientes por mídias sociais e e-mail para serem aplicadas, estudadas em casa, segundo o Guideline (NIJS, 2011). Resultado: Foram avaliados 2 pacientes, sendo um homem, 42 anos, que apresentava dor lombar há 48 meses e uma mulher, 22 anos, com dor lombar há 24 meses; o estudo mostrou que a intervenção com o uso da educação em dor é benéfica e reduz os índices de incapacidade funcional, contribui com a melhora da dor e das variáveis psicossociais causadas pela cronicidade da dor. Conclusão: Educação em dor utilizada de forma isolada obteve melhoras, a longo prazo, em relação a cinesiofobia, catastrofização, incapacidade e diminuição da dor; o uso do método em

conjunto com exercícios físicos possivelmente traria mais eficácia ao tratamento.