

TERAPIA MANUAL E EDUCAÇÃO EM NEUROCIÊNCIA DA DOR NO MANEJO DE PACIENTES COM DOR LOMBAR CRÔNICA E CINESIOFÓBICOS.

Congresso Brasileiro Online de Fisioterapia, 1ª edição, de 30/08/2021 a 01/09/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-80-7

CUNHA; Drielly Andrade da ¹, COUTINHO; Renata Soraya ²

RESUMO

Introdução: A Dor Lombar Crônica Inespecífica (DLCI) é a sintomatologia que tornou-se um problema de saúde global por comprometer a vida social e laboral, além de acumular altos prejuízos econômicos. Pacientes com DLCI, comumente experenciam a cinesiofobia, caracterizada como o medo excessivo e debilitante de realizar movimentos e atividades físicas. Como alternativa de tratamento para estes pacientes, temos a Educação em Neurociência da Dor (PNE) que consiste em uma abordagem baseada no modelo biopsicossocial tendo como objetivo reduzir a dor através da resignificação das crenças limitantes. Combinada a PNE, a Terapia Manual (TM) vem sendo investigada como alternativa por oferecer analgesia e servir como porta de entrada para melhor adesão destes pacientes ao tratamento. **Objetivo:** Descrever, através de revisão da literatura, os resultados da combinação TM e PNE na redução da dor e cinesiofobia em pacientes com DLCI. **Método:** As buscas foram realizadas nas bases de dados: PubMed, PEDro, Cochrane Library e LILACS, utilizando os descritores: Chronic Low Back Pain, Manual Therapy, Musculoskeletal Manipulation, Pain Neuroscience Education. Foram considerados elegíveis apenas ensaios clínicos randomizados, tendo como desfecho a redução da dor e níveis de cinesiofobia, que utilizaram a TM e PNE como conduta, publicados nos últimos cinco anos, em pacientes com DLCI e cinesiofóbicos. Foram excluídos estudos com outros tipos de dores musculoesqueléticas e em fases agudas ou subagudas. **Resultados/Discussão:** Dos 62 estudos encontrados apenas três atenderam aos critérios de inclusão totalizando um N de 142 participantes. Os estudos incluídos nesta revisão trouxeram resultados estatisticamente benéficos para a combinação entre TM e PNE. Observou-se que o programa multimodal associando PNE e TM é responsável por uma redução relevante, para a prática clínica, dos níveis de cinesiofobia e dor. Propõe-se que a união das abordagens é capaz de promover sentimentos de autoconfiança, aumentar a consciência sobre o controle da dor e melhorar a qualidade de vida, que a aplicação da TM é capaz de desempenhar uma influência positiva na satisfação do paciente enquanto a PNE aumenta a compreensão dos pacientes de como suas dores são produzidas, auxiliando-os a compreenderem suas crenças e sua relação com a dor e a evitação. Como limitação para interpretação destes resultados deve-se considerar: amostras pequenas que podem gerar resultados não representativos da população em geral acometida pela DLCI, a associação de manipulação e/ou mobilizações além de exercícios dentro do mesmo grupo, a ausência de uma classificação específica por subgrupos que considere a cinesiofobia como barreira para a realização de movimentos. **Considerações finais:** Desta maneira, as evidências disponíveis favorecem o uso da PNE quando associada a TM no tratamento de pacientes com DLCI e cinesiofóbicos. Tal resultado é apoiado para aplicação na prática clínica, por reduzir a dor e níveis de cinesiofobia. Contudo, faz-se necessário que novos ensaios clínicos sejam desenvolvidos com objetivo de avaliar a PNE e TM de maneira isolada de outras intervenções para se compreender melhor a ocorrência do medo do movimento e sua relação com a dor.

PALAVRAS-CHAVE: Dor lombar crônica, Educação em neurociência, Manipulação musculoesquelética, Terapia manual

¹ Fisioterapeuta pela Faculdade do Recife, driellysud@gmail.com

² Fisioterapeuta - Mestre em Psicologia Clínica pela UNICAP, renata.soraya@gmail.com

