

A educação em neurociências como ferramenta para gestão da dor

Quase metade da população americana apresentará dor no pescoço alguma vez na vida. Os pacientes com dor crônica não específica de pescoço apresentam pontos de gatilho miofasciais nos músculos da cervical. A técnica do agulhamento seco é usada

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

Quase metade da população americana apresentará dor no pescoço alguma vez na vida. Os pacientes com dor crônica não específica de pescoço apresentam pontos de gatilho miofasciais nos músculos da cervical. A técnica do agulhamento seco é usada para aliviar a dor nesses pontos de gatilho em curto e médio prazo. Nesse sentido a utilização de abordagens sobre os aspectos cognitivos e comportamentais da dor podem beneficiar pacientes com dor crônica, considerando que a utilização da educação em neurociências da dor se mostra eficaz ferramenta para diminuir a dor relacionada a distúrbios músculo esqueléticos e reduzir incapacidades. Sendo assim, a combinação de educação em neurociências e intervenções físicas pode gerar melhores respostas clínicas. O estudo buscou avaliar os efeitos da educação em neurociências da dor na gestão da dor crônica de pescoço em pacientes que realizam agulhamento seco nos pontos de gatilho miofasciais. Foi realizado um ensaio clínico aleatorizado, em Madri, Espanha. A amostra incluiu pessoas do centro de reabilitação de um hospital. Os participantes foram divididos em três grupos, o controle recebeu cinco sessões de eletroterapia por semana durante duas semanas. Um dos grupos experimentais recebeu agulhamento seco três dias por semana durante duas

semanas, o segundo grupo experimental recebeu o mesmo tratamento do primeiro, adicionado à três sessões de educação em neurociências da dor por meio de um vídeo e explicações com duração de 30 minutos, uma semana antes do agulhamento seco. Também foram coletados dados sociodemográficos. A integração da educação em neurociências e o agulhamento seco levou a reduções significativas na cinesiofobia (medo do movimento), ansiedade e atitudes de dor em relação ao controle da dor, danos físicos e uso de medicações. Nesse sentido a inclusão da PNE parece estar associada à benefícios clínicos de acordo com outras melhorias observadas. Referência: Valiente-Castrillo P, Martín-Pintado-Zugasti A, Calvo-Lobo C, Beltran- Alacreu H, Fernández-Carnero J. Effects of pain neuroscience education and dry needling for the management of patients with chronic myofascial neck pain: a randomized clinical trial [published online ahead of print, 2020 May 5]. *Acupunct Med.* 2020;964528420920300. doi:10.1177/0964528420920300 Alerta submetido em 15/09/2020 e aceito em 09/10/2020. Escrito por Paula Muniz Machado Voluntário.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/a-educacao-em-neurociencias-como-ferramenta-para-gestao-da-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.