

A relação entre estratégias de educação em saúde e autogerenciamento

da dor Um estudo observacional realizado com pacientes de todo o mundo, com e sem lombalgia, mostrou que a intenção de autogerenciamento da sua dor pode ser útil durante o tratamento da dor lombar quando associado a métodos de educação em s

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

da dor Um estudo observacional realizado com pacientes de todo o mundo, com e sem lombalgia, mostrou que a intenção de autogerenciamento da sua dor pode ser útil durante o tratamento da dor lombar quando associado a métodos de educação em saúde. Foram analisados formulários online de 345 participantes sem ou com lombalgia de duração variável, sendo maiores de 18 anos e fluentes em inglês. Os formulários continham questões demográficas, relacionadas à atividade física e a presença e características da dor lombar. Também foi investigada a intenção e as formas de autogestão da dor lombar. As habilidades de autogerenciamento incluem resolução de problemas, tomada de decisão, planejamento de ação, auto adaptação e automonitoramento. Além do autogerenciamento, o estudo também buscou investigar as atitudes em relação a declarações comuns à educação em saúde nos casos de dor lombar. Foram selecionadas frases-chave relacionadas ao estímulo a atividades físicas, ajuda profissional, incentivo ao autogerenciamento, entre outros. Para cada frase, o participante deveria responder, em uma escala de 0 a 6, o quanto concordava, se era esperada, tranquilizadora e encorajadora. Em pacientes com dor aguda e subaguda, as frases-chave que mais se caracterizavam como preditoras da

intenção de autogerenciamento foram aquelas relacionadas à segurança e causas da dor lombar. Já para os pacientes com dor crônica, as principais frases preditoras foram relacionadas a compreensão de que a lombalgia não é grave e que uma investigação mais aprofundada é desnecessária. O principal achado foi de que as respostas positivas em relação às frases-chave podem ser consideradas preditivas de intenção de autogerenciamento, indicando a importância da equipe de saúde iniciar a comunicação e a educação em saúde com o objetivo de promover o autogerenciamento. Referências: O'Hagan ET, Di Pietro F, Traeger AC, Cashin AG, Hodges PW, Wand BM, O'Neill S, Schabrun SM, Harris IA, McAuley JH. What messages predict intention to self-manage low back pain? A study of attitudes towards patient education. *Pain*. 2022 Aug 1;163(8):1489-1496. doi: 10.1097/j.pain.0000000000002530. Epub 2021 Nov 12. PMID: 34784310. Alerta submetido em 05/08/2022 e aceito em 26/08/2022. Escrito por Rafaela Silva Motta.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/a-relacao-entre-estrategias-de-educacao-em-saude-e-autogerenciamento · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.