

Análise de abordagens psicológicas no tratamento da dor crônica

A dor crônica é a principal causa de incapacidade funcional no mundo. O tratamento é normalmente feito de forma multidisciplinar, sendo variadas as intervenções psicológicas. Uma análise comparativa qualitativa baseada na teoria matemática

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

A dor crônica é a principal causa de incapacidade funcional no mundo. O tratamento é normalmente feito de forma multidisciplinar, sendo variadas as intervenções psicológicas. Uma análise comparativa qualitativa baseada na teoria matemática dos conjuntos comparou 38 estudos focando em analisar componentes das intervenções psicológicas no tratamento da dor crônica em adultos. Foram 3 os conjuntos analisados: o da “reestruturação cognitiva” que envolve identificação de pensamentos negativos automáticos e reestruturação desses pensamentos; o de “exposição/atividade” que trabalha com o medo da dor e das atividades que podem gerá-la, usando exposições de forma gradual, exercício físico de forma gradual ou ensaio comportamental de atividades da vida rotineira; e o conjunto “social/

operante” que parte do princípio que o ambiente (social) pode reforçar positiva ou negativamente seus comportamentos e assim, a experiência da dor. O resultado se deu em duas análises: uma examinava qual intervenção mais diminuía a incapacidade causada pela dor crônica, esta foi medida principalmente com questionários de autorrelato; a outra analisava qual mais diminuía o sofrimento da pessoa com dor, medido principalmente com checklists de sintomas

depressivos. Esta comparação se deu com os 10 melhores e os 10 piores resultados. A partir da comparação concluiu-se que intervenções que contêm os conjuntos exposição/atividade e social/operante reduziram os níveis de incapacidade quando uma das abordagens foi aplicada, mas não aplicando ambas. O conjunto que incluiu a exposição/atividade também pode melhorar os níveis de sofrimento quando combinado com o de reestruturação cognitiva, desde que os métodos sociais/operantes não sejam incluídos no tratamento. Referência: Batho A, Kneale D, Sutcliffe K, Williams ACC. Sufficient conditions for effective psychological treatment of chronic pain: a qualitative comparative analysis. Pain. 2021;162(10):2472-2485. doi:10.1097/j.pain.0000000000002242 Alerta submetido em 08/11/2021 e aceito em 29/11/2021. Escrito por Luíza Beatriz Carvalho Cunha.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/analise-de-abordagens-psicologicas-no-tratamento-da-dor-cronica · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.