

Redução de dor espinhal crônica inespecífica associada à educação em

saúde Uma análise de mediação secundária de um ensaio clínico randomizado realizado na Rede de Atenção Primária em Saúde, teve por objetivo fornecer o primeiro insight sobre a realização de uma nova abordagem para o tratamento de dor espinh

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

saúde Uma análise de mediação secundária de um ensaio clínico randomizado realizado na Rede de Atenção Primária em Saúde, teve por objetivo fornecer o primeiro insight sobre a realização de uma nova abordagem para o tratamento de dor espinhal crônica inespecífica. A qual, a Educação em Neurociência da dor (END) foi comparada com o seguimento da fisioterapia convencional. Melhorias pós- intervenção imediatas foram fortemente mediadas pela END e, efeitos do exercício em resultados no acompanhamento de 6 meses. Em adição, houve redução na cinesiofobia, resultando também em ganhos na qualidade de vida dos participantes que receberam a intervenção. A dor espinhal crônica inespecífica é uma condição cada vez mais comum e uma das principais causas de incapacidade a longo prazo e redução da qualidade de vida relacionada à saúde em todo o mundo. A terapia por exercício é considerada a base para o seu tratamento nas atuais diretrizes de prática clínica, entretanto, foram demonstrados benefícios pequenos a moderados sendo eles a curto prazo. Dito isso, a educação em neurociência da dor visa reconceitualizar as crenças sobre a

dor para ensinar aos pacientes que a sensibilização central, e não o dano tecidual local, pode ser a causa de sua dor duradoura. Os resultados obtidos na pesquisa

apoiam fundamentos teóricos já estabelecidos da estrutura da Pain Neuroscience Education (PNE) e destacam a importância de reduzir a cinesiofobia e o sofrimento relacionado à sensibilização central no tratamento de pacientes com dor espinhal crônica. Referências: Murillo, C., Galán-Martín, M. Á., Montero-Cuadrado, F., Lluch, E., Meeus, M., & Loh, W. W. (2023). Reductions in kinesiophobia and distress after pain neuroscience education and exercise lead to favourable outcomes: a secondary mediation analysis of a randomized controlled trial in primary care. *Pain*, 164(10), 2296-2305. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000002929> Alerta submetido em 01/12/2023 e aceito em 22/12/2023. Escrito por Anne Karollyne Alves da Silva.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/reducao-de-dor-espinhal-cronica-inespecifica-associada-a-educacao-em · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.