

Terapias comportamentais reduzem a catastrofização da dor

Osteoartrite de joelho é uma das formas mais comuns de artrite e afeta milhões de pessoas causando incapacidade e dor. Atualmente, os esforços de tratamento têm sido voltados para os aspectos comportamentais e psicológicos da dor tendo como

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

Osteoartrite de joelho é uma das formas mais comuns de artrite e afeta milhões de pessoas causando incapacidade e dor. Atualmente, os esforços de tratamento têm sido voltados para os aspectos comportamentais e psicológicos da dor tendo como objetivo a melhora da qualidade de vida do paciente. Na osteoartrite de joelho, a catastrofização, além de ter relação com dor, é um fator de risco para a sua intensificação após artroplastia de joelho.

Tem sido demonstrado que o sono de má qualidade ou fragmentado (com despertares ao longo da noite) aumenta a sensibilidade à dor e também pode ser influenciado pela sua catastrofização.

No estudo, o objetivo foi utilizar a terapia cognitivo-comportamental para insônia (TCC-I) em pacientes com osteoartrite de joelho e insônia para diminuir os níveis de catastrofização da dor. A amostra foi dividida em dois grupos, em que um grupo recebeu 8 sessões de TCC-I e outro recebeu tratamento controle (dessensibilização comportamental).

Os participantes responderam questionários e também preencheram em um diário eletrônico informações sobre a catastrofização diurna e noturna, sobre o quanto sentiram dor durante o dia e a noite e sobre o tempo que eles

permaneceram acordados no meio da noite depois de terem adormecido inicialmente em 5 momentos diferentes (antes da intervenção, no meio do tratamento, no final do tratamento, após 3 e 6 meses do tratamento).

Os escores de catastrofização da dor, diurna e noturna, diminuíram ao longo do tempo ao longo do tratamento e se mantiveram estáveis após o período de 3 e 6 meses em ambos os grupos de intervenção.

Esse achado revela que terapias que visam a melhoria do sono podem ter bons resultados no manejo da dor de pessoas com osteoartrite. Sono de má qualidade pode aumentar a probabilidade de inadaptção à dor.

É preciso ter cautela na generalização desses resultados para outras populações, pois pessoas com osteoartrite de joelho apresentam baixos níveis de catastrofização da dor.

Referência: Lerman, SF, Finan, PH, Smith, MT, Haythornthwaite J A. Psychological interventions that target sleep reduce pain catastrophizing in knee osteoarthritis. Pain. 2017, (158): 2189-2195.

Alerta submetido em 11/12/2017 e aceito em 02/02/2018.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/terapias-comportamentais-reduzem-a-catastrofizacao-da-dor · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.