

Uma intervenção mente-corpo e sua influência na melhora física de

adultos com lesões ortopédicas Uma pesquisa realizada em 4 centros médicos diferentes nos Estados Unidos, investigou a relação entre a catastrofização e ansiedade da dor, com casos de dor persistente e incapacidade após lesões ortopédicas t

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

adultos com lesões ortopédicas Uma pesquisa realizada em 4 centros médicos diferentes nos Estados Unidos, investigou a relação entre a catastrofização e ansiedade da dor, com casos de dor persistente e incapacidade após lesões ortopédicas traumáticas. Os resultados foram promissores, e as descobertas apontam para novos tratamentos que integrem uma abordagem psicossocial para recuperação e prevenção. Evidenciando redução dos níveis de catastrofização e ansiedade da dor, e consequentemente, uma melhora na função física dos participantes ao serem submetidos a uma intervenção mente-corpo.

Para o estudo foram elegíveis participantes adultos, recrutados entre outubro de 2021 e agosto de 2023, com trauma ortopédico recente e que apresentavam pontuações elevadas nas avaliações de catastrofização da dor e ansiedade pela dor. Para isso foram utilizadas a Escala de Catastrofização da Dor (PCS) e a Escala de Sintomas de Ansiedade da Dor (PASS). As avaliações se deram em 3 momentos: linha de base, pós-intervenção (4 semanas) e acompanhamento (3 meses). Após as avaliações iniciais, os participantes foram divididos em dois grupos: um recebeu os cuidados usuais e tradicionais, enquanto o outro foi tratado com o protocolo TOR (KIT de ferramentas para recuperação ideal pós

lesão), um programa com 4 sessões de vídeos ao vivo, voltado para mente e corpo. A função física, considerada o desfecho primário do estudo, foi avaliada por meio do Questionário de Avaliação da Função Musculoesquelética (SMFA). A análise dos dados foi realizada com um modelo estatístico moderno e robusto, a Modelagem de Equações Estruturais Multinível (MSEM), que permitiu investigar se as mudanças psicológicas dos participantes ajudaram a explicar os efeitos do tratamento na recuperação da funcionalidade física. Esses achados reforçam a importância de abordagens terapêuticas que vão além do tratamento da lesão em si, considerando também os aspectos emocionais e psicológicos do paciente, destacando a relação mente-corpo. A pesquisa destaca, assim, o valor de um cuidado centrado na pessoa, com acolhimento e compreensão da dor em sua dimensão subjetiva, o que é parte essencial do processo de reabilitação.

Referência: Gnall KE, Jochimsen KN, Brewer JR, Bakhshaie J, Vranceanu AM. Pain catastrophizing and pain anxiety mediate changes in physical function in a mind- body intervention for adults with traumatic orthopedic injuries. *Pain*. 2025 Jun 1;166(6):1418-1424. doi: 10.1097/j.pain.0000000000003477. Escrito por Carolina Andrade Gois.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/uma-intervencao-mente-corpo-e-sua-influencia-na-melhora-fisica-de · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.