

Unir terapia digital ao uso de fármacos não potencializa o alívio de dores

crônicas Um estudo clínico randomizado constatou que associar o medicamento duloxetine com terapia cognitivo-comportamental (TCC) digitalmente não oferece benefícios extras no alívio da dor crônica em comparação ao uso somente da medicação

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

crônicas Um estudo clínico randomizado constatou que associar o medicamento duloxetine com terapia cognitivo-comportamental (TCC) digitalmente não oferece benefícios

extras no alívio da dor crônica em comparação ao uso somente da medicação. A pesquisa, realizada por cientistas da Universidade Wake Forest na Carolina do Norte e publicada em 2026, monitorou 281 pacientes durante 24 semanas para avaliar diferentes metodologias. Os participantes foram divididos aleatoriamente em grupos que receberam apenas o fármaco, a combinação com uma plataforma online chamada PainTRAINER, ou o tratamento combinado reforçado por sessões de apoio motivacional por telefone. O objetivo era descobrir formas mais eficientes de gerenciar a dor musculoesquelética persistente, porém os resultados demonstraram melhorias similares de intensidade e interferência da dor em ambos os grupos. O estudo avaliou indivíduos com dores moderadas a graves utilizando o PainTRAINER, um programa interativo que guia o usuário através de exercícios de relaxamento e ajuda a reformular pensamentos pessimistas. Metade dos pacientes que utilizaram o site também recebeu apoio motivacional por telefone para incentivar o engajamento. Ainda assim, de forma inesperada, essa

estratégia não resultou em maior utilização do sistema. Os pesquisadores apontaram que a ausência de benefício adicional da terapia online pode estar relacionada ao fato de que menos da metade dos participantes finalizou os módulos propostos. Por outro lado, uma análise posterior mostrou que aqueles que completaram ao menos seis sessões do programa digital apresentaram melhora significativa no alívio dos sintomas. Esses achados indicam que o principal obstáculo pode estar na adesão dos pacientes às intervenções virtuais, e não especificamente na efetividade da abordagem em si. Conclui-se através do artigo que a junção da terapia online combinada à duloxetina não superou o tratamento isolado com o medicamento no controle da dor musculoesquelética crônica. O achado destaca a necessidade de novos métodos para motivar pacientes a finalizarem tratamentos não farmacológicos. Como limitações, os autores destacam que os resultados se aplicam apenas a quem tolera o medicamento e que faltaram medidas objetivas de atividade física. Referência: Ang, D., Kaplan, S., Keefe, F., Rice, W., Anderson, A., Rini, C., Miles, C., Hartlieb, K., Willoughby, M., Revankar, N., & Chen, H. (2026). Duloxetine and cognitive behavioral therapy with phone-based support for the treatment of chronic musculoskeletal pain: a randomized controlled trial. *Pain*, 167(3), 577–588. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000003861> Escrito por Maria Eduarda Gonçalves dos Santos.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/unir-terapia-digital-ao-uso-de-farmacos-nao-potencializa-o-alivio-de-dores · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.