

IDENTIFICANDO BRIGHT SPOTS PARA AJUDAR INDIVÍDUOS COM DOR LOMBAR CRÔNICA A SE TORNAREM ATIVOS NOVAMENTE: UMA SÉRIE DE CASOS DE TERAPIA COGNITIVO FUNCIONAL

Fernandez, J.¹, Meziat-Filho, N.², Cunha, B. F.³, de Souza, P. C.⁴, Castro, D.J.⁵, Rangel, P. L.⁶

¹⁻⁶Centro Universitário Augusto Motta, Rio de Janeiro, Brasil
e-mail: jessicafmg@gmail.com

INTRODUÇÃO

A lombalgia é um importante problema de saúde pública e a principal causa de incapacidade no mundo.¹ Em sua maioria, os profissionais de saúde ficam presos ao modelo biomédico, o qual valoriza a estrutura e a patologia, e não se sentem confortáveis em investigar os aspectos emocionais, sociais e cognitivos relacionados à dor. Acabam se distanciando do que é importante do ponto de vista funcional para o indivíduo.²

Fisioterapeutas estão cientes da necessidade de adotar abordagens baseadas no modelo biopsicossocial para manejo de dores persistentes. A Terapia Cognitivo Funcional (CFT) é uma abordagem comportamental integrada utilizada por fisioterapeutas para atendimento individualizado de pacientes. Ao centralizar no indivíduo, ela fornece uma compreensão multidimensional de sua dor e respeita seu próprio contexto.³ Durante a entrevista, fisioterapeutas são capazes de identificar fatores modificáveis e os *Bright Spots*, os pontos positivos existentes mesmo dentro de cenários difíceis.⁴ Este estudo tem como objetivo descrever uma série de casos de pacientes atendidos no grupo de intervenção CFT durante o ensaio clínico realizado no Centro Universitário Augusto Motta no Rio de Janeiro.⁵

METODOLOGIA

O desenho de estudo é uma série de casos com a descrição da intervenção de CFT para 3 pacientes com DLC.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram descritos a avaliação, intervenção, perspectiva dos indivíduos, pontos-chave do desenvolvimento da abordagem, assim como o quão bem-sucedida esta abordagem foi em superar as expectativas dos pacientes. Entre os objetivos funcionais específicos estabelecidos pelos próprios indivíduos estavam perda de peso, retorno à prática de atividade física (hidroginástica, futebol e dança), restauração da mobilidade e melhora da dor. Tais resultados foram obtidos através da abolição de comportamentos funcionais mal adaptativos, exposição controlada gradual e incentivo e respeito à preferência individual do tipo de atividade física.

CONCLUSÃO

Este estudo descreveu como o CFT foi utilizado para identificar e desenvolver as melhores estratégias para auxiliar os pacientes portadores de DLC a se tornarem mais ativos fisicamente e a promover uma significativa mudança de estilo de vida.

AGRADECIMENTOS

Agradecimentos ao Corpo Docente do Programa de Pós Graduação da UNISUAM por todo incentivo e auxílio oferecidos.

REFERÊNCIAS

1. Vos T, Abajobir A, Abate K, et al. GBD 2016 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators. Global, regional and national incidence, prevalence and years lived with disability for 328 diseases and injuries for 195 countries. *Lancet*. 2017;390(10100):1211-1259.
2. Synnot A, O'Keeffe M, Bunzli S et al. Physiotherapists may stigmatise or feel unprepared to treat people with low back pain and psychosocial factors that influence recovery: a systematic review. *Journal of Physiotherapy*. 2015;61:68-76.
3. O'Sullivan PB, Caneiro JP, O'Keeffe M et al. Cognitive Functional Therapy: an integrated behavioral approach for targeted management of disabling low back pain. *Physical Therapy*. 2018;98:408-423.
4. Meziat N, Mendonça R, Nogueira L. Lack of confidence in the lower limb: Cognitive Functional Therapy (CFT) for a unilateral loading impairment in chronic non-specific low back pain. Case report. *Manual Therapy*. 2016;25:104-108.
5. Belache F, de Souza C, Fernandez J et al. Trial Protocol: Cognitive Functional Therapy compared with combined manual therapy and motor control exercise for people with non-specific chronic low back pain: protocol for a randomised, controlled trial. *Journal of Physiotherapy*. 2018;64(3):192.