

## TERAPIA COGNITIVO-FUNCIONAL (TCF) NA DOR LOMBAR CRÔNICA INESPECÍFICA

Julia Damasceno de Castro<sup>1</sup>; Lilian Oliveira Mariano<sup>1</sup>; Ana Cláudia Buchene Pieroni<sup>2</sup>

FACULDADE DE FISIOTERAPIA

<sup>1</sup> Acadêmicas da Faculdade de Fisioterapia <sup>2</sup> Docente Orientadora de TCC da Faculdade de Fisioterapia.

Contato: [julia.d.castro@hotmail.com](mailto:julia.d.castro@hotmail.com)

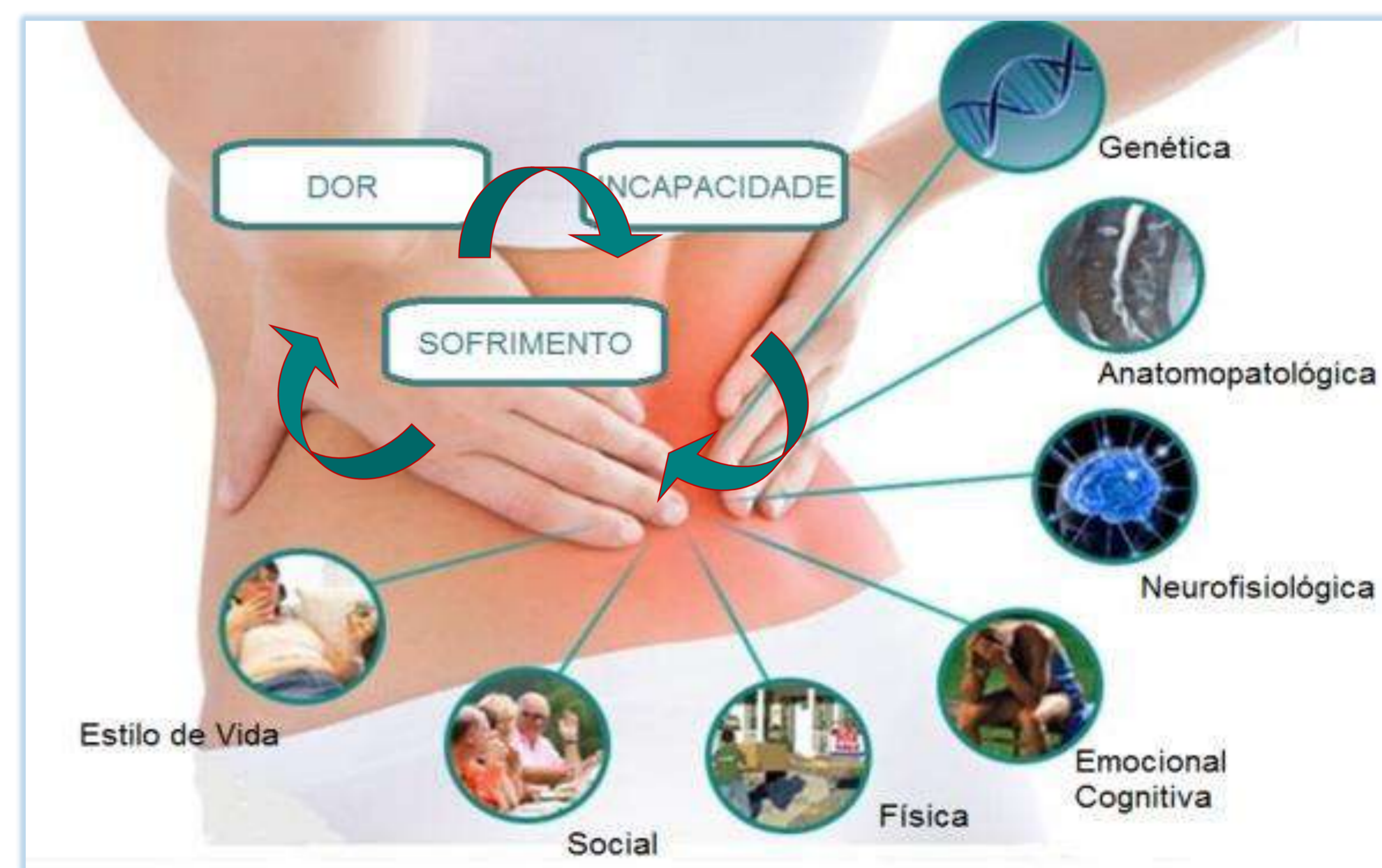
**INTRODUÇÃO:** A dor lombar persistente é um problema de saúde pública e evidências mostram sua associação com uma complexa interação de fatores biopsicossociais. Porém, a maior parte das estratégias de tratamento para a dor lombar crônica inespecífica (DLCI) ainda são baseadas no modelo biomédico, onde os profissionais buscam uma causa estrutural ou anatomopatológica que justifique o quadro. A Terapia Cognitivo-Funcional é uma intervenção que aborda aspectos multidimensionais da dor que são potencialmente modificáveis.

**OBJETIVO:** Apresentar a TCF na dor lombar crônica inespecífica, algumas estratégias de intervenção e sua contribuição no prognóstico do paciente.

**MÉTODO:** Revisão sistemática da literatura: bases eletrônicas de saúde, livros, protocolos e sites de associações nacionais e internacionais.

**RESULTADO E DISCUSSÃO:** A Terapia Cognitivo Funcional (TCF) é uma intervenção comportamental que aborda múltiplos aspectos da dor lombar. Esta abordagem centra-se em mudança de crenças do paciente, confronto de seus medos, educação sobre os mecanismos da dor, aumento da resistência mental, mudança de hábitos e melhora do auto controle corporal.

Isso acontece através de tarefas funcionais, treinando-os para reduzir a excessiva atividade muscular no tronco e gerar mudanças de comportamentos relacionados à dor, provenientes de posturas e movimentos provocativos.



**CONCLUSÃO:** A TCF é uma intervenção centrada no paciente que promove um entendimento biopsicossocial da desordem, melhora o enfrentamento da dor e promove uma reestruturação cognitiva, através de uma abordagem funcional e mudança no estilo de vida.

### REFERÊNCIAS:

- BALAGUÉ et al. Non-specific low back pain. *Lancet*. v. 379, p.482-491, 2012.
- O'SULLIVAN P. It's time for change with the management of non-specific chronic low back pain. *Br J Sports Med*. v.46, n.4, p.224-227, 2012.
- DARLOW et al. association between health care professional attitudes and beliefs and the attitudes and beliefs, clinical management, and outcomes of patients with low back pain: a systematic review. *Eur J Pain*. v.16, n.1, p.3-17, 2012
- SULLIVAN et al. Theoretical perspectives on the relation between catastrophizing and pain. *Clin J Pain*.v.17, n.1, p.52-64, 2001.
- PINHEIRO et al. Symptoms of depression and risk of new episodes of low back pain. A systematic review and meta-analysis. *Arthritis Care Res (Hoboken)*. May 2015. doi:10.1002/acr.22619.
- LEE et al. How does pain lead to disability? A systematic review and meta-analysis of mediation studies in people with back and neck pain. *Pain*. v.156, n.6, p.988-997, 2015.