



Dor Crônica e Possibilidades de Intervenção no Contexto da Psicologia: Revisão Integrativa

Chronic Pain and Possibilities of Intervention in the Context of Psychology: Integrative Review

Dolor Crónico y Posibilidades de Intervención en el Contexto de la Psicología: Revisión Integrativa

Isadora Cristina Putti Paludo ^a , Carmen Leontina Ojeda Ocampo Moré ^a , Amábilie das Neves Inácio ^a 

^a Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC, Florianópolis, SC, Brasil

Resumo

O objetivo da presente revisão integrativa foi caracterizar o estado da arte sobre a relação entre dor crônica e possibilidades de intervenção no campo da psicologia. Buscaram-se artigos publicados entre 2018 e 2022 nas bases de dados LILACS, Scopus, Web of Science, Pubmed, PsycINFO e Scielo. Os descritores utilizados foram: “Chronic pain”, “Psychology”, “Psychosocial Intervention” e “Psychological Intervention”. Após a seleção, com base nos critérios estabelecidos, de um total de 825, foram incluídos 11 artigos que constituem o corpus do presente trabalho, os quais foram analisados com o auxílio do *software* Atlas.ti. Os resultados apontaram para um conjunto de intervenções psicológicas baseadas na psicoeducação para o manejo da dor crônica. Observou-se diferentes abordagens de programas de controle e educação em dor e modalidades de intervenção grupal e individual. A psicologia apareceu vinculada ao trabalho multiprofissional e à proposta da integralidade do cuidado, com destaque às estratégias alternativas e não farmacológicas para o enfrentamento da dor. Os estudos analisados evidenciaram que as experiências de dor são impactadas pelos aspectos psicológicos, tensionando decisivamente a dimensão biológica de compreensão da dor.

Palavras-chave: psicologia, dor crônica, intervenção psicológica, revisão de literatura.

Abstract

The aim of this integrative review was to characterize the state of the art on the relationship between chronic pain and possibilities of intervention in the field of psychology. Articles published between 2018 and 2022 were searched in the LILACS, Scopus, Web of Science, Pubmed, PsycINFO and Scielo databases. The descriptors used were: "Chronic pain", "Psychology", "Psychosocial Intervention" and "Psychological Intervention". After the selection according to the established criteria, from a total of 825, 11 articles were included that constitute the corpus of this work, which were analyzed with the help of Atlas.ti software. The results pointed to a set of psychological interventions based on psychoeducation for the management of chronic pain. Different approaches to pain control and education programs and group and individual intervention modalities were observed. Psychology appeared linked to multiprofessional work and the proposal of integrality of care, highlighting alternative and non-pharmacological strategies for coping with pain. The studies analyzed showed that pain experiences are impacted by psychological aspects, decisively tensioning the biological dimension of understanding pain.

Keywords: psychology, chronic pain, psychological intervention, literature review.

Endereço para correspondência: Isadora Cristina Putti Paludo - isaapaludo@gmail.com

Recebido em: 05/07/2023 - Aceito em: 01/03/2024

Financiamento: Apoio do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico - CNPq.



Este artigo da revista Estudos e Pesquisas em Psicologia é licenciado sob uma Licença Creative Commons Atribuição-Não Comercial 3.0 Não Adaptada.

Resumen

El objetivo de la presente revisión integrativa fue caracterizar el estado del arte de la producción científica sobre la relación entre dolor crónico y posibilidades de intervención en el campo de la psicología. Se buscaron artículos publicados entre 2018 y 2022 en las bases de datos LILACS, Scopus, Web of Science, Pubmed, PsycINFO y Scielo. Los descriptores utilizados fueron: "Chronic Pain", "Psychology", "Psychosocial Intervention" y " Psychological Intervention". Después de la selección de acuerdo con criterios establecidos, de un total de 825, se incluyeron 11 artículos que constituyen el corpus del presente trabajo, los cuales fueron analizados con la ayuda del software Atlas.ti. Los resultados apuntaron para un conjunto de intervenciones psicológicas basadas en la psicoeducación para la gestión del dolor crónico. Se observaron diferentes abordajes de programas de control y educación en dolor y modalidades de intervención grupal e individual. La psicología apareció vinculada al trabajo multiprofesional y la propuesta de la integralidad del cuidado, destacando estrategias alternativas y no farmacológicas para el enfrentamiento del dolor. Los estudios analizados evidenciaron que las experiencias de dolor son impactadas por los aspectos psicológicos, afectando decisivamente la dimensión biológica de comprensión del dolor.

Palabras clave: psicología, dolor crónico, intervención psicológica, revisión de literatura.

A Associação Internacional para Estudos da Dor, intitulada *International Association for the Study of Pain (IASP)*, define a dor como “uma experiência sensitiva e emocional desagradável, associada, ou semelhante àquela associada a uma lesão tecidual real ou potencial” (IASP, 2021). Nesse sentido, a dor, em seus aspectos multidimensionais, é compreendida como um processo subjetivo que está relacionado às experiências de vida e que coloca como desafio a integração de aspectos que estejam contextualizados à realidade dos sujeitos (Raja et al., 2020; Walk & Poliak-Tunis, 2016).

As repercussões da doença crônica e do processo de dor influenciam o ciclo de vida do indivíduo e também o seu sistema familiar, gerando mudanças, ajustes e readaptação de papéis e tarefas (Rolland, 1995). O adoecimento afeta os processos desenvolvimentais e é considerado um evento estressor no ciclo vital exigindo a mobilização de estratégias de enfrentamento e adaptação às novas demandas tanto ao indivíduo quanto à família (Carter & McGoldrick, 2001; Rolland, 1995). A abordagem biopsicossocial considera que os fatores biológicos, psicológicos, sociais, familiares, relacionais e espirituais influenciam os quadros de dor e impactam a qualidade de vida e saúde (Raja et al., 2020; Walk & Poliak-Tunis, 2016, Bifulco, 2013; Rolland, 1995; Sardá-Junior et al., 2014).

O Sistema Único de Saúde (SUS) e a Psicologia da Saúde defendem a construção de uma clínica ampliada voltada para práticas humanizadas e que tenham por princípio a integralidade, uma vez que as experiências de dor precisam ser olhadas em sua totalidade e para além da dimensão orgânica (Brasil, 1990, 2002; Sardá-Júnior et al., 2019). A formação de equipes multiprofissionais que trabalhem no cuidado da dor se torna fundamental, pois permite que a atuação integrada de profissionais de diferentes especialidades viabilize o alívio e o tratamento adequado da dor, além de evitar o uso desenfreado de medicações (Bifulco, 2013;

Lisboa et al., 2016; Sardá-Júnior et al., 2014; Walk & Poliak-Tunis, 2016; Donavon et al., 2017; Purcell et al., 2019).

O presente trabalho apresenta uma revisão integrativa das produções científicas nacionais e internacionais sobre a relação entre dor crônica e possibilidades de intervenção no campo da psicologia. O intuito é aprofundar o conhecimento sobre as contribuições das diferentes abordagens e intervenções psicológicas voltadas aos pacientes adultos que vivenciam quadros de dor, além de evidenciar os fatores emocionais e psicológicos que influenciam no processo. A relevância deste estudo se assenta também na possibilidade de auxiliar os profissionais da saúde na construção de intervenções que melhorem a adesão ao tratamento e às práticas de cuidado à dor crônica.

Método

Este estudo é uma revisão integrativa da literatura cuja abordagem metodológica permite integrar e conhecer a síntese de múltiplos estudos publicados que são representativos para determinada temática (Torraco, 2005). Com vistas a atender os objetivos do trabalho proposto, realizou-se a busca de artigos nas bases de dados eletrônicas LILACS, Scopus, Web of Science, Pubmed, PsycINFO e Scielo. Cabe apontar que todo o processo de seleção de artigos foi acompanhado por pesquisadores do grupo de pesquisa e por bibliotecária especializada no assunto.

O planejamento desta revisão integrativa assentou-se em um protocolo de elaboração de estratégias de busca em que foram utilizados os seguintes descritores: (“*chronic pain*” OR “*chronic pains*”) AND (“*psychology*” OR “*psychosocial intervention*” OR “*psychosocial interventions*” OR “*psychological intervention*” OR “*psychological interventions*”). Após o consenso em torno dos descritores e das bases de dados envolvidas, a busca dos artigos foi realizada e contou com o uso dos gerenciadores de referências EndNote (web) e Rayyan.

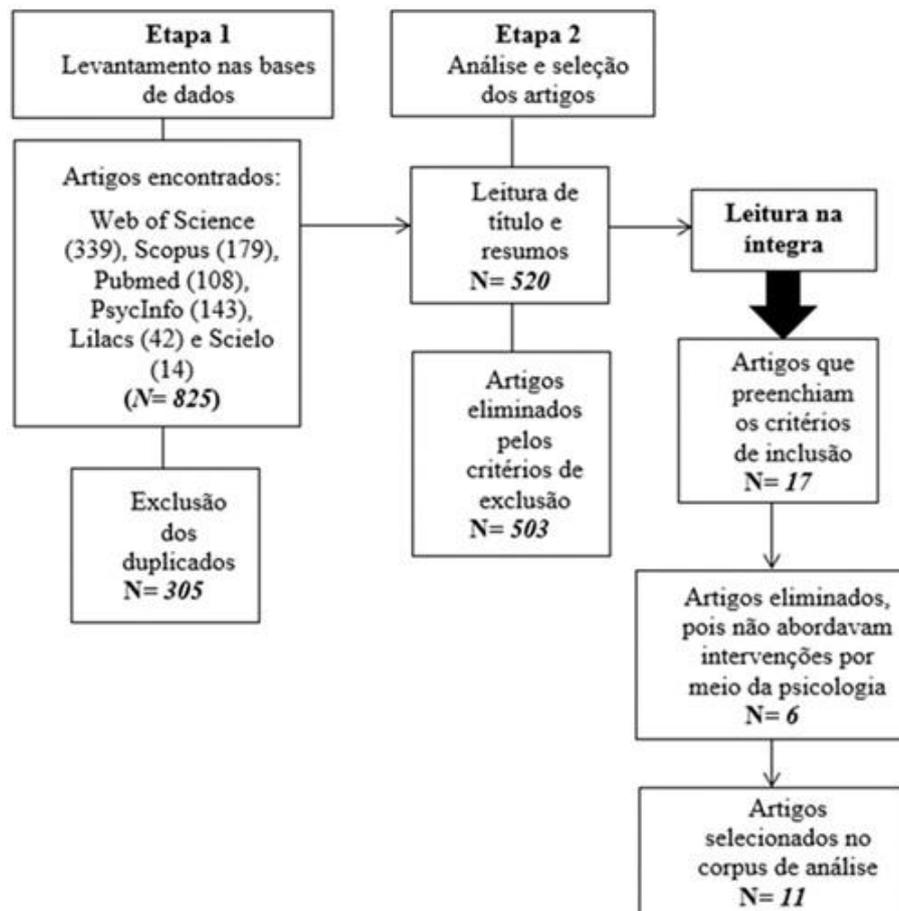
Para a inclusão dos artigos foram estabelecidos os seguintes critérios: (a) ter sido publicado em formato de artigo científico; (b) ter sido publicado entre os anos de 2018 e 2022; (c) estar escrito em língua inglesa, portuguesa ou espanhola; (d) evidenciar as possibilidades de intervenções no campo da psicologia para dor crônica em adultos e (e) ser estudo qualitativo. Os critérios de exclusão foram: (a) estar disponibilizado em formato de tese, dissertação, monografia ou revisão da literatura; (b) o texto completo estar indisponível para a leitura na íntegra; (c) publicações que tratassem das intervenções exclusivamente pelo viés biomédico

e/ou medicamentoso ou que apresentassem intervenções que não utilizassem recursos da psicologia; e (d) estudos cujo público-alvo fosse crianças, adolescentes e/ou idosos.

A busca inicial nas bases supracitadas resultou em 825 ocorrências relacionadas aos descritores da pergunta norteadora, que visou conhecer: “Quais as características da produção científica sobre dor crônica e as possibilidades de intervenções no campo da psicologia?”. Após a exclusão dos duplicados, obteve-se um total de 520 artigos. No trabalho de refinamento da busca, 503 artigos foram excluídos após a leitura minuciosa do título e resumo, sob a justificativa de não atenderem aos critérios de inclusão. As principais justificativas foram: trabalhos com metodologia quantitativa e publicações que não correspondiam, nem tangenciavam a questão de pesquisa. Das 17 publicações selecionadas e lidas na íntegra, seis delas foram excluídas por não abordarem intervenções por meio da psicologia. Sendo assim, os artigos que compõem o corpus de análise do presente trabalho somam 11 publicações. O fluxograma do processo de seleção dos artigos incluídos na revisão pode ser visualizado na Figura 1.

Figura 1

Fluxograma do Processo de Seleção dos Artigos



Resultados e Discussão

Os resultados emergiram de duas etapas. A primeira congregou as informações referentes às características metodológicas, tais como autores, ano, local da pesquisa, área de conhecimento e objetivos. Na segunda etapa, tendo como base o conjunto dos dados obtidos, por meio da análise de conteúdo de Olabuénaga (2012), foi realizada a leitura do material selecionado. Os dados foram organizados em três categorias principais e com suas respectivas subcategorias e elementos de análise, de acordo com as relações apresentadas entre dor crônica e possibilidades de intervenções no campo da psicologia. Tais categorias passaram por um processo de codificação e avaliação constante, à medida que os dados foram sendo extraídos e analisados, objetivando o refinamento e a consistência das informações. Para a análise de dados foi utilizada a perspectiva da *Grounded Theory* seguindo as etapas de codificação aberta, axial e seletiva, sendo usado o *software* qualitativo Atlas.ti 22.1 na versão *web*. Apresenta-se a Tabela 1 com a síntese das principais informações dos artigos.

Tabela 1

Caracterização dos Estudos Selecionados para a Revisão

Autores, ano e país	Área de conhecimento	Objetivos
Casey et al. 2020 Irlanda	Departamento de Fisioterapia, Ciências do Esporte, Departamento de Medicina da Dor	Explorar as visões dos pacientes, em relação aos processos de aceitação e valores, além da atenção plena por meio da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) para dor crônica.
Correia et al. 2019 Brasil	Departamento de Desenvolvimento Humano e Saúde	Relato de caso que buscou documentar o atendimento interdisciplinar de paciente que apresentava sintoma da dor orofacial e comorbidades.
Glynn et al. 2020 Canadá	Departamento de Saúde	Entender as experiências dos pacientes com dor neuropática crônica em um programa on-line baseado em mindfulness (MBP), incluindo técnicas e habilidades aprendidas e aplicadas, barreiras à prática e experiências de pesquisa.
Larsen et al. 2018 Canadá	Departamento de Psicologia Educacional	Enfocar a experiência de esperança dos participantes de um programa de terapia de grupo para dor crônica baseado em artes.

Maglia et al. 2022 Itália	Departamento de Educação e Departamento de Medicina Clínica e Experimental	Aprofundar o conhecimento no campo da psico-oncologia e as consequências da dor crônica e persistente, ouvindo as experiências dos pacientes e avaliando sua percepção sobre o papel do psicólogo no tratamento da dor.
Miller-Matero et al. 2019 EUA	Departamento de Saúde Comportamental e Centro de Pesquisa de Políticas de Saúde e Serviços de Saúde	Otimizar uma intervenção psicológica para pacientes com dor crônica a ser realizada na atenção primária, utilizando as perspectivas de profissionais e pacientes.
Miller-Matero et al. 2022 EUA	Departamento de Saúde Comportamental	Conhecer as perspectivas do paciente sobre uma breve intervenção psicológica para o manejo da dor persistente.
Oliveira et al. 2019 Brasil	Departamento de Enfermagem e Educação Física	Descrever o cotidiano das mulheres que vivem com fibromialgia durante a intervenção do grupo interdisciplinar e analisar seus benefícios à saúde das mulheres após a intervenção.
Yamaguchi et al. 2022 Brasil	Departamento de Neurologia e Medicina	Apresentar três casos de pacientes com dor facial refratária ao longo do processo de intervenção psicoterapêutica e os resultados obtidos.
Neubern 2018 Brasil	Departamento de Psicologia	Descrever a partir de uma ilustração clínica a noção complexa da experiência de dor crônica do indivíduo e sua experiência de transe hipnótico.
Sjostrom 2020 Suécia	Departamento de Psicologia	Explorar a conexão entre sintoma e símbolo no corpo de mulheres que sofrem de dor crônica diagnosticada como fibromialgia.

No que concerne aos trabalhos analisados, observou-se um aumento no número de publicações nos anos de 2019, 2020 e 2022 e o predomínio de estudos em inglês. Verificou-se nos estudos qualitativos a utilização de entrevistas semiestruturadas e no que tange aos participantes, mais mulheres estiveram envolvidas nos estudos sobre dor crônica, havendo pouca participação de homens. Em relação aos diagnósticos abordados, os trabalhos apresentaram quadros de dor crônica, dor orofacial, dor neuropática e fibromialgia. As intervenções foram conduzidas por equipes multiprofissionais e interdisciplinares e os atendimentos ocorreram em grupo ou de modo individual. O contexto das pesquisas analisadas se deu principalmente em clínicas de dor de hospitais gerais. A análise temática foi a mais

recorrente na etapa de organização e análise dos dados dos artigos, seguida da análise de conteúdo.

1. A Dor Crônica em Adultos e as Intervenções no Contexto da Psicologia

A segunda etapa da análise apresenta os resultados encontrados nos estudos que caracterizam o estado da arte na produção científica nacional e internacional sobre a relação entre dor crônica e as possibilidades de intervenção no campo da psicologia. Dividiu-se em três categorias principais, abaixo elencadas, delineadas de acordo com o agrupamento dos temas.

1.1) Visualizando as Contribuições da Psicologia enquanto Proposta de Intervenção para a Dor Crônica

Nesta categoria, foram agrupados dados relacionados às diferentes abordagens teóricas utilizadas nas intervenções, assim como as propostas de atendimento psicológico que foram apresentadas nos estudos. Nesse sentido, as pesquisas realizadas por Casey et al. (2020), Glynn et al. (2020), Miller-Matero et al. (2019) e Miller-Matero et al. (2022) se ancoraram no modelo da psicologia baseada em evidências e destacaram intervenções por meio da Terapia Cognitiva Comportamental (TCC) e da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT).

Sabe-se que os programas de controle da dor crônica têm sido desenvolvidos com o objetivo de produzir alívio, reduzir sintomas depressivos e melhorar a funcionalidade e a qualidade de vida dos pacientes (Salveti et al. 2012; McCracken & Vowles, 2014; Lopes et al., 2019). Em especial, as abordagens cognitivo-comportamentais têm sido muito utilizadas no manejo da dor (Salveti et al. 2012; La Porta & Calvetti, 2022).

Em Casey et al. (2020), os participantes estiveram em um programa de controle da dor que incluía intervenção psicológica com um psicólogo clínico treinado em ACT e com experiência no tratamento de dor crônica. No trabalho de Glynn et al. (2020), os pacientes com dor neuropática, devido ao diagnóstico ou tratamento de câncer, participaram de um curso baseado em mindfulness (MBP) e puderam aprender estratégias baseadas na atenção plena. Já em Miller-Matero et al. (2019) e Miller-Matero et al. (2022), foi realizada uma intervenção psicológica na atenção primária estruturada em cinco sessões conduzidas por um psicólogo.

O estudo de Sjostrom (2020) apoiou-se na abordagem Junguiana e apresentou os atendimentos psicológicos de três mulheres com diagnóstico de fibromialgia. Em Neubern (2018), uma paciente com dor crônica ficou em acompanhamento por 16 meses e passou pelo

processo terapêutico por meio do transe hipnótico. No trabalho de Larsen et al. (2018), explorou-se a arteterapia no contexto de um programa voltado para dor crônica, e as sessões foram conduzidas por dois psicólogos com experiência nas técnicas de colagem de esperança. Já o estudo de Yamaguchi et al. (2022) com pacientes com dor orofacial, usou diferentes abordagens psicológicas e técnicas da terapia sistêmica familiar e da psicanálise.

Ao construir uma nova compreensão da dor, o psicólogo se torna um dos profissionais importantes no acompanhamento e cuidado da dor crônica, pois, por meio do processo psicoterapêutico, ele constrói com o paciente um espaço de expressão e validação das experiências que favorecem o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento (Polakowski, Rodrigues et al., 2020). Nessa perspectiva, os fatores referentes ao manejo da dor precisam estar conectados à fala, às vivências e aos aspectos emocionais dos pacientes desde o diagnóstico, o curso e a incidência da dor, para gerar melhor adesão e influência para o tratamento (Graner et al., 2010).

Sobre os atendimentos psicológicos oferecidos aos participantes dos estudos, identificou-se a proposta grupal e o atendimento individual presentes nas intervenções, sendo a psicoterapia individual destacada positivamente (Yamaguchi et al. 2022; Neubern, 2018; Maglia et al., 2022; Casey et al., 2020). Além disso, o estudo de Glynn et al. (2020) apresentou um programa online de controle e gestão da dor em que os participantes acessavam por meio de um dispositivo eletrônico os materiais disponibilizados e realizavam as sessões de mindfulness em grupo.

Os estudos incluídos nessa categoria apontam que a psicologia tem muito a contribuir nos tratamentos voltados à dor crônica por possibilitar a construção de um espaço de acolhimento e reconhecimento do sofrimento dos pacientes, bem como poder auxiliar no enfrentamento e gerenciamento dos sintomas de dor. O uso da tecnologia somado aos saberes da psicologia visibilizam outras formas de cuidado e acesso à produção de saúde e informação.

1.2) Avaliando os Resultados das Intervenções

Nesta categoria, estão reunidas as perspectivas e impressões dos pacientes e dos profissionais que participaram das intervenções. As pesquisas de Casey et al. (2020), Glynn et al. (2020), Larsen et al. (2018) e Oliveira et al. (2019) apontaram, em seus resultados, os impactos positivos para os participantes das intervenções realizadas em grupo. Em suma, os grupos foram percebidos como espaços de conexão mútua e empatia entre os participantes que puderam se sentir acolhidos e identificados uns com os outros (Casey et al., 2020; Glynn et al.,

2020; Larsen et al., 2018; Oliveira et al., 2019). Ademais, os grupos também foram importantes para o compartilhamento das histórias, dos problemas e das limitações sentidas, bem como auxiliaram os participantes a terem mais esperança, experiências positivas e mudanças de hábitos e comportamentos (Larsen et al., 2018; Oliveira et al., 2019).

Nas modalidades de intervenções com grupo psicoterapêutico voltado para dor crônica, os pacientes têm a possibilidade de se reconhecerem e aceitarem a sua dor, bem como aumentar a sua rede de suporte e desempenho social. Desse modo, os envolvidos se influenciam positivamente e conseguem reduzir a intensidade de suas dores (Salveti et al., 2012; Sardá-Júnior et al., 2014; Polakowski et al., 2020).

Outros aspectos enfatizados nos resultados das investigações foram as aprendizagens e os benefícios sentidos pelos participantes após a realização dos programas e intervenções. Os estudos de Casey et al. (2020) e Glynn et al. (2020) revelaram que as práticas de mindfulness trouxeram experiências positivas a muitos participantes e auxiliaram a lidar melhor com o estresse e a tensão causada pela dor crônica.

Sobre o uso das técnicas da Teoria de Aceitação e Compromisso, Casey et al. (2020) e Maglia et al. (2022) identificaram que os participantes apresentavam diferentes estágios e percursos do processo de aceitação de suas dores e isso desdobrava-se em variadas reações emocionais. Quando a aceitação evoluía, era possível trabalhar com as mudanças cognitivas e de comportamentos através da desconstrução de crenças errôneas sobre a dor crônica (Casey et al. 2020; Maglia et al., 2022).

Nas pesquisas de Correia et al. (2019), Oliveira et al. (2019), Maglia et al. (2022), Yamaguchi et al. (2022), Neubern (2018) e Sjostrom (2020), o processo de psicoterapia ganhou visibilidade como uma proposta importante quando se pensa no cuidado integral da dor crônica. Como efeito do acompanhamento com os psicólogos, os participantes passaram a reconhecer os fatores psicológicos, emocionais e familiares que causavam influência sobre seus quadros de dor, bem como as experiências de vida e os traumas que impactavam as suas condições (Correia et al., 2019; Oliveira et al., 2019; Maglia et al., 2022; Yamaguchi et al., 2022; Neubern, 2018; Sjostrom, 2020).

As intervenções abordaram também aspectos positivos sobre os processos de terapia e demonstraram que os participantes apresentaram melhora da condição emocional e mudanças cognitivas (Correia et al., 2019; Oliveira et al., 2019; Maglia et al., 2022; Yamaguchi et al., 2022; Neubern, 2018; Sjostrom, 2020). Nesse sentido, torna-se necessário compreender que existe uma subjetividade inerente à dor que merece especial atenção, tendo em vista que as

conexões entre sofrimento emocional e sofrimento físico permeiam uma linha tênue e em grande parte dos casos não surgem isolados (Angerami et al., 2012).

No estudo de Maglia et al. (2022) considerou-se que oferecer apoio psicológico aos familiares que acompanham o processo de dor dos pacientes também poderia auxiliar nos tratamentos. Ao encontro disso, Miller-Matero et al. (2019) sugeriram a participação do cônjuge, cuidador ou pessoa de apoio nas sessões e intervenções psicológicas. As relações interpessoais são mais um dos fatores que são impactados pela presença da dor crônica, visto que o sistema familiar sofre mudanças, a partir do momento em que a doença e os sintomas se instalam em um dos seus membros. O ciclo de vida familiar e individual passa a ser afetado pelos desdobramentos da doença e isso exige a mobilização de recursos para se adaptar e enfrentar a situação (Rolland, 1995; Carter & McGoldrich, 2001).

O uso do recurso online do programa de mindfulness, abordado no estudo de Glynn et al. (2020), foi considerado prático e útil pelos participantes, uma vez que eles conseguiam participar das aulas no conforto de sua casa ou em outro local escolhido. Desse modo, os participantes tinham a possibilidade de manter a privacidade ao optar por não usar a câmera, bem como poderiam escolher ligar e interagir com o grupo. O curso online também foi percebido como uma ferramenta que auxiliou os participantes a se sentirem mais apoiados socialmente em suas experiências de dor (Glynn et al., 2020).

A relação e o vínculo construído com os profissionais também foi apontado pelos participantes como um facilitador dos processos de intervenção. Os participantes se sentiam acolhidos em suas dificuldades e eram estimulados pelos profissionais a buscar alternativas de enfrentamento e a refletir sobre suas próprias vidas e práticas de autocuidado (Oliveira et al., 2019; Glynn et al., 2020; Sjostrom, 2020). A educação em dor e o processo de formação e treinamento dos profissionais são pontos relevantes e que precisam ser estimulados no contexto da saúde, visto que essas ações trazem desdobramentos na atenção e no atendimento prestado aos pacientes com dor crônica (Polakowski et al., 2020; Sardá-Júnior et al., 2019; Straub, 2014).

Outro resultado evidenciado nos artigos e que apresenta as perspectivas dos profissionais sobre as intervenções, diz respeito à importância do trabalho interdisciplinar e multiprofissional. Foi ressaltado que a intervenção psicológica deveria se realizar em um ambiente integrado e que permitisse o contato com outros profissionais da saúde (Correia et al., 2019; Maglia et al., 2022; Miller-Matero et al., 2019). Em vista disso, os profissionais dos estudos defenderam que os tratamentos adotassem uma perspectiva ampliada e biopsicossocial em que fatores psicológicos e físicos fossem considerados ao pensar o manejo da dor crônica (Correia et al., 2019; Maglia et al., 2022; Miller-Matero et al., 2019; Oliveira et al., 2019).

Os profissionais também sinalizaram que encaminhariam pacientes para o acompanhamento e as intervenções psicológicas, percebendo os benefícios da psicoeducação e compreendendo que essas poderiam ser abordagens alternativas ou complementares aos tratamentos farmacológicos da dor (Miller-Matero et al., 2019; Miller-Matero et al., 2022). Ademais, consideravam que essas intervenções favoreciam o fortalecimento do vínculo com os pacientes e permitiam construir uma rede de cuidados (Oliveira et al., 2019; Glynn et al., 2020; Maglia et al., 2022; Miller-Matero et al., 2019).

A visão multidisciplinar e interdisciplinar possibilita maior abrangência do cuidado, pois atinge as diferentes necessidades do paciente em sofrimento pela dor crônica e permite integrar os diversos campos de estudo da dor (Polakowski et al., 2020; Sardá-Júnior et al., 2019; Sardá-Júnior, 2014). Os profissionais passam a entender a multifatorialidade do fenômeno e desenvolvem práticas que englobam o trabalho, a troca e o cuidado em equipe (Polakowski et al., 2020; Sardá et al., 2019; Straub, 2014).

Os artigos selecionados para essa categoria demonstraram as diferentes perspectivas e impressões acerca das intervenções realizadas com os pacientes que vivenciam quadros de dor crônica. Observaram-se as experiências, aprendizagens e habilidades adquiridas através dos atendimentos com o psicólogo e a equipe multiprofissional. Foi destacado que o tratamento da dor crônica requer mais do que o uso de medicamentos, sendo fundamental trabalhar com modelos de cuidado integrativos e com propostas biopsicossociais que contemplem as diferentes dimensões das experiências dolorosas.

1.3) Caracterizando os Recursos Terapêuticos e as Ferramentas Utilizadas nos Contextos dos Estudos

As investigações congregadas nesta categoria descrevem as técnicas desenvolvidas nas intervenções psicológicas para manejo e controle da dor crônica. Nos estudos sobre as práticas de mindfulness, foram destacadas as habilidades de conscientização, sendo a respiração e a alimentação consciente, a atenção plena nas atividades diárias e os momentos de pausa as principais estratégias ensinadas e assimiladas pelos participantes (Glynn et al., 2020; Oliveira et al., 2019). Os temas de conscientização incluíram os aspectos corporais, do meio ambiente e das tarefas a serem realizadas, uma vez que, aprendendo a desacelerar intencionalmente, os participantes passavam a reconhecer suas ações, pensamentos e emoções, ao invés de se envolverem no piloto automático (Glynn et al., 2020).

No modelo cognitivo, ganha realce o papel causal das crenças e distorções cognitivas, que podem intensificar a percepção da dor. Dessa maneira, o paciente é estimulado pelo psicólogo a enfrentar e reduzir a dor através de práticas de relaxamento, distração cognitiva e visualização, assim como a utilizar estratégias psicológicas para rebater as crenças que influenciam a experiência de dor (Lopes et al., 2019; Salvetti et al., 2012).

Nos estudos de Miller-Matero et al. (2019) e Miller-Matero et al. (2022), a intervenção também incluiu exercícios de atenção plena e relaxamento, combinados com respiração diafragmática. Além disso, as sessões abordaram temas envolvendo a psicoeducação sobre como os pensamentos e as emoções podem influenciar a experiência de dor. Foram trabalhadas estratégias de aceitação da dor e ações baseadas nos valores importantes para cada participante, sendo eles estimulados a se envolver em atividades prazerosas ritmadas em seu cotidiano (Miller-Matero et al., 2019; Miller-Matero et al., 2022).

A psicoeducação quando aplicada no processo psicoterapêutico para dor crônica possibilita o esclarecimento sobre o diagnóstico, o tratamento e as estratégias que podem ser desenvolvidas. O psicólogo assume a função de educador e inclui recursos para que o paciente tenha melhores condições para lidar com o contexto de dor (Polakowski et al., 2020). Esse processo desencadeia no paciente maior autonomia e autoconhecimento da sua dor, além de permitir a prevenção, a conscientização e a adesão ao tratamento (Lemes & Ondere, 2017; Polakowski et al., 2020). Nessa proposta, também são estabelecidas metas possíveis e são desenvolvidas habilidades sociais e mudanças comportamentais para romper com o ciclo de manutenção da dor crônica (Salvetti et al., 2012; Sardá-Júnior et al., 2019; Polakowski et al., 2020).

Em Larsen et al. (2018) e Sjostrom (2020), os recursos criativos e projetivos demonstraram ser ferramentas que colaboraram com a expressão das experiências de vida e de dor dos participantes. Nessas intervenções, as psicólogas que conduziam as sessões associavam a psicoterapia ao processo criativo e construíam um espaço terapêutico de segurança para que os pacientes pudessem explorar os seus traumas e as suas dificuldades.

No estudo de Larsen et al. (2018), apoiado na psicologia positiva, os participantes puderam criar colagens pessoais de esperança que despertaram aspectos mais amplos e positivos de suas vidas. Ao construir a colagem e compartilhar com o grupo, o processo gerou cognições e afetos positivos por provocar memórias e histórias. A atividade de colagem e arteterapia abriu espaço para novas compreensões pessoais e experiências de esperança, levando ao desenvolvimento e à transformação pessoal. Os participantes conseguiram

reconceituar as suas experiências de dor crônica, compreendendo que a esperança pode estar presente mesmo diante dos contextos de dificuldade (Larsen et al., 2018).

Por sua vez, a intervenção proposta, no artigo de Sjostrom (2020), explorou a criatividade, a imaginação ativa e os movimentos corporais como recursos de expressão de afetos e vivências. Nas sessões, os movimentos corporais refletiam os estados mentais e as imagens internas das participantes e isso era canalizado por meio de imagens externas, como desenhos, que retratavam suas experiências de dor. O trabalho criativo conectava as metáforas e os símbolos ligados à experiência do inconsciente e influenciava a busca de um significado para as cicatrizes internas que os participantes carregavam (Sjostrom, 2020).

Os recursos apresentados nessa categoria indicaram que diferentes técnicas e processos podem auxiliar na elaboração do sofrimento dos pacientes e permitir a construção de novos sentidos e estratégias de enfrentamento. Os participantes puderam mobilizar recursos internos e externos para o controle da dor e se beneficiaram com a aprendizagem de estratégias de conscientização, o uso de práticas projetivas e expressivas e as atividades de psicoeducação incluídas nas intervenções.

Considerações Finais

O presente estudo teve como objetivo apresentar uma revisão integrativa acerca da relação entre dor crônica e possibilidades de intervenção no campo da psicologia. Nesse sentido, observou-se que as intervenções demonstraram os recursos e técnicas da psicologia no trabalho da dor crônica. Foram apresentadas modalidades de atendimento em grupo, individual e online na qual foram percebidos os impactos positivos e as aprendizagens que os participantes tiveram ao longo dos processos. A psicoterapia e os programas de controle da dor demonstraram o papel do psicólogo no acolhimento das demandas emocionais e no compartilhamento de técnicas cognitivas e comportamentais que auxiliassem no manejo da dor e na psicoeducação.

Os achados apontaram também o caráter multifatorial e biopsicossocial da dor crônica, salientando que os fatores psicológicos, emocionais e relacionais se vinculam às experiências de dor e, por isso, devem ser levados em consideração ao pensar os tratamentos. As equipes multiprofissionais necessitam fortalecer as suas práticas de cuidado, tendo por base a integralidade e a perspectiva de que um único campo de saber não é capaz de cobrir o fenômeno da dor em sua totalidade, sendo, desse modo, fundamental a articulação das demais áreas de conhecimento da saúde.

Conforme os estudos apresentados na revisão integrativa, as equipes são aliadas no acompanhamento recomendando e encaminhando os pacientes para as propostas de intervenção e psicoterapia, compreendendo que essas são estratégias alternativas que poderiam reduzir o uso de medicações para dor. Ainda, ressaltou-se a importância do desenvolvimento de pesquisas que contemplem a percepção dos profissionais que trabalham com as demandas de dor sobre a produção dos processos de saúde-adoecimento, visto que, dessa forma, poderiam ser (re)conhecidos outros recursos utilizados no contexto da saúde e na atenção à condição crônica.

O uso da tecnologia e dos programas online no tratamento da dor crônica foram destacados como ferramentas complementares aos serviços de saúde, compreendendo que o envolvimento do paciente e dos profissionais é indispensável para se alcançar o melhor gerenciamento da dor e estimular a troca e a formação do vínculo. Por sua vez, torna-se relevante a continuidade do acompanhamento realizado através dos programas online, seja por meio de reuniões, grupos comunitários e/ou de apoio aos pacientes e suas redes de suporte. Os resultados também apontaram para a necessidade de pesquisas sobre intervenções que beneficiassem a rede de apoio e os familiares dos pacientes com dor crônica, compreendendo que eles também são impactados pela convivência e pelos desdobramentos das experiências de dor.

Por fim, sugere-se que novas pesquisas possam ser realizadas para investigar as questões de gênero e dor, visando aprofundar as experiências e os modos de enfrentar a condição, visto que há presença massiva de mulheres nos estudos sobre dor crônica, o que demonstra um recorte de gênero das vivências. Ademais, os artigos retratam que ao utilizar entrevistas individuais, em vez de grupos focais, se consegue explorar de modo mais aprofundado as narrativas sobre as vivências e experiências dolorosas dos sujeitos.

Em relação às limitações desta revisão, optou-se por estudos que desenvolvessem pesquisas empíricas e que tivessem como foco especificadamente a dor crônica em adultos, o que pode ter deixado de fora publicações importantes sobre o tema em outros formatos e em outras bases de dados, assim como, intervenções da psicologia voltadas a outros públicos, como crianças e idosos. Diante disso, ainda que o estudo apresente essas limitações, considera-se que os resultados obtidos por essas investigações serão subsídios importantes para serem utilizados na prática e no manejo profissional, ao propor intervenções mais contextualizadas e que melhorem o enfrentamento e a adesão ao tratamento da dor crônica.

Referências

- Angerami, V. A., Moreno A. B., Valle, E. R. M., Angerami, E. L., Angelotti, G., Laterza, I. D. O., Riechelmann, J. C., Gaspar, K. C., Coelho, M. O., & Rocha, R. L. (2012). *Psicossomática e a psicologia da dor*. Cengage Learning.
- Brasil. (1990). *Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990*. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8080.htm
- Brasil. (2002). *Portaria nº 19, de 03 de janeiro de 2002*. Institui no âmbito do Sistema Único de Saúde o Programa Nacional de Assistência à Dor e Cuidados Paliativos. Ministério da Saúde. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2002/prt0019_03_01_2002.html
- Bifulco, V. A. (2013). Aspectos psicológicos no enfrentamento da dor. In: Naime, F. F., *Manual de tratamento da dor: dor aguda e dor de origem oncológica - tratamento não invasivo* (pp. 18-25). Manole.
- Carter, B., & McGoldrock, M. (2001). *As Mudanças no Ciclo de Vida Familiar: uma estrutura para a terapia familiar*. Artmed.
- Casey, M. B., Murphy, D., Neary, R., Wade, C., Hearty, C., & Doody, C. (2020). Individuals perspectives related to acceptance, values and mindfulness following participation in an acceptance-based pain management programme. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 16, 96-102. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2020.03.005>
- Correia, L. M. F., Silva, J. W., Lima, H. L. C., & Krakauer, M. (2019). Interdisciplinary care in the treatment of orofacial pain. Case report. *Brazilian Journal of pain*, 2(3), 296-299. <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20190053>
- Donovan, E., Ranney, M. L., Patry E. J., McKenzie, M., Baird, J., & Green, T. C. (2017). Beliefs About a Complementary and Alternative Therapy-Based Chronic Pain Management Program for a Medicaid Population. *Pain Med.*, 18(9), 1805-1816. <https://doi.org/10.1093/pm/pnx051>
- Glynn, B. A., Khoo, E. L., MacLeay, H. M. L., Duong, A., Cantave, R., & Poulin, P.A. (2020). Exploring Cancer Patients' Experiences of an Online Mindfulness-Based Program: A Qualitative Investigation. *Mindfulness*, 11(7), 1666-1677. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01380-z>
- Graner, K. M., Costa-Junior, A. L., & Rolim, G. S. (2010). Dor em oncologia: intervenções complementares e alternativas ao tratamento medicamentoso. *Temas em Psicologia*,

- 18(2), 345-355. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2010000200009&lng=pt&tIng=pt
- International Association for the Study of Pain. (2021). *IASP Terminology - Nociceptive Pain*. <https://www.iasp-pain.org/resources/terminology/#nociceptive-pain>
- La Porta, L. G., & Calvetti, P. U. (2022). Terapia cognitivo-comportamental e regulação emocional para tratamento da dor crônica em ensaios clínicos randomizados: revisão de escopo. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, 18(1), 94-103. <https://doi.org/10.5935/1808-5687.20220009>
- Larsen, D. J., Stege, R., King, R., & Egeli, N. (2018). The hope collage activity: an arts-based group intervention for people with chronic pain, *British Journal of Guidance & Counselling*, 46(6), 722–737. <https://doi.org/10.1080/03069885.2018.1453046>
- Lemes, C. B., & Ondere, N. J. (2017). Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. *Temas psicologia*, 25(1), 17-28. <https://doi.org/10.9788/TP2017.1-02>
- Lisboa, L. V., Lisboa, J. A. A., & Sá, K. N. (2016). O alívio da dor como forma de legitimação dos direitos humanos. *Revista Dor*, 17(1), 57-60. <https://doi.org/10.5935/1806-0013.20160014>
- Lopes, C. R., Ferrari, V., & Jorge, C. C. (2019). Dor crônica sob a ótica comportamental: compreensão e possibilidades de intervenção. *Revista Psicologia e Saúde*, 11(3), 63-78. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2019000300005&lng=pt&tIng=pt
- Maglia, M., Tortorici, J., Lenzo, V., Aiello, D., Ali, M., Aiello, R., & Caponnetto, P. (2022). The Network That Unites a Qualitative Study on Clinical Psychological Intervention for Women with a History of Breast Cancer and Chronic Pain. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education* 12(6), 619–630. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12060046>
- McCracken L. M., & Vowles K. E. (2014). Acceptance and commitment therapy and mindfulness for chronic pain: model, process, and progress. *American Psychologist*, 69(2), 178–187. <https://doi.org/10.1037/a0035623>
- Miller-Matero, L. R., Dykhuis, K. E., Clark, S. M., Coleman, J. P., & Ahmedani, B. K. (2019). Treating pain in primary care: Optimizing an integrated psychological intervention based on perspectives of psychologists, primary care providers, and patients. *Families, Systems, & Health*, 37(2), 120–130. <https://doi.org/10.1037/fsh0000416>
- Miller-Matero, L. R., Santullano, D. N., DiChiara, A., Hecht, L. M., Miller, M. K., Tobin, E. T., & Ahmedani, B. K. (2022). Patient’s perspectives of engaging in a brief

- psychological intervention for persistent pain in primary care. *Professional Psychology: Research and Practice*, 54(2), 196–201. <https://doi.org/10.1037/pro0000492>
- Neubern, M. S. (2018). Hipnose e dores crônicas: do controle à complexidade. *Journal Memorandum*, 34, 192–213. <https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6861>
- Olabuénaga, J. (2012). *Metodología de la investigación cualitativa*. Deusto.
- Oliveira, J. P. R., Berardinelli L. M. M., Cavaliere, M. L. A., Rosa R. C. A., Costa L. P., & Barbosa, J. S.O. (2019). O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado. *Revista Gaúcha Enfermagem*, 1-9. <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20180411>
- Polakowski, L. C., Rodrigues, K., & Benchaya, I. (2020). Intervenções psicológicas em grupo para pacientes com dor crônica: uma revisão sistemática. *Caderno Programa de Apoio a Iniciação Científica*, 21(1), 531–554. <https://cadernopaic.fae.edu/cadernopaic/article/view/429>
- Purcell N., Zamora K., Gibson C., Tighe J., Chang J., Grasso J., & Seal K.H. (2019). Patient experiences with integrated pain care: A Qualitative evaluation of one VA's biopsychosocial approach to chronic pain treatment and opioid safety. *Global advances in health and medicine*, 8, 1-8. <https://doi.org/10.1177/2164956119838845>
- Raja, S. N., Carr, D. B., Cohen, M., Finnerup, N. B., Flor, H., Gibson, S., Keefe, F. J., Mogil, J. S., Ringkamp, M., Sluka, K. A., Song, X. J., Stevens, B., Sullivan, M. D., Tutelman, P. R., Ushida, T., & Vader, K. (2020). The revised International Association for the Study of Pain definition of pain: concepts, challenges, and compromises. *Pain*, 161(9), 1976-1982. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001939>
- Rolland, J. (1995). Doença Crônica e o Ciclo de Vida Familiar. In: Carter B. & McGoldrick, M. (Eds). *As Mudanças no Ciclo de Vida Familiar: uma Estrutura para a Terapia Familiar*, (pp. 373-392). Artes Médicas.
- Salveti, M. G., Cobelo, A., Vernalha, P.M., Vianna, C. I. A., Canarezi, L. C. C. C., & Calegare, R. G. L. (2012). Efeitos de um programa psicoeducativo no controle da dor crônica. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 20(5), 1-7. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692012000500011>
- Sardá- Júnior, J. J. (2014). Dor: visão biopsicossocial. In: Portnoi, A. G. (org). *A Psicologia da Dor* (pp. 35-44). Rocca.

- Sardá-Júnior, J. J., Perissinotti, D. M., Ros, M. A., & Siqueira, J. L. (2019). Pain curricular guidelines for Psychologists in Brazil. *Brazilian Journal of Pain*, 2(1), 61-66. <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20190012>
- Sjostrom, C. (2020). Moving towards Soul - an alchemical journey. Rehabilitation of women suffering from 'chronic pain' in a clinical and Jungian context. *Journal of Analytical Psychology*, 65(5), 839-864. <https://doi.org/10.1111/1468-5922.12632>
- Straub, R. O. (2014). *Psicologia da saúde: uma abordagem biopsicossocial*. Artmed.
- Torraco, R. J. (2005). Work design theory: A review and critique with implications for human resource development. *Human Resource Development Quarterly*, 16(1), 85-109. <https://doi.org/10.1002/hrdq.1125>
- Walk, D., & Poliak-Tunis, M. (2016). Chronic pain management: an overview of taxonomy, conditions commonly encountered, and assessment. *The Medical Clinics of North America*, 100(1), 1-16. <https://doi.org/10.1016/j.mcna.2015.09.005>
- Yamaguchi, M. B., Oliveira, M. F. V., & Siqueira, S. R. D. T. (2022). Psychotherapy in the treatment of chronic refractory orofacial pain. Case reports. *Journal Brazilian of Pain*, 5(2), 172-177. <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20220017>