

SAÚDE E BEM-ESTAR EM PESSOAS COM DOR CRÓNICA MUSCULO-  
ESQUELÉTICA: PROMOÇÃO PELO COPING

---

M. Alexandra Ferreira-Valente (1-3), José L. Pais-Ribeiro (1,3) e Mark P. Jensen (4)

1 - Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação, Universidade do Porto, Portugal; 2 - Fundação para a Ciência e a Tecnologia (SFRH/BD/40956/2007), Portugal; 3 – Unidade de Investigação em Psicologia e Saúde, ISPA, Portugal; 4 - Department of Rehabilitation Medicine, University of Washington, Seattle, United States of America

**Resumo**

A dor crónica é uma fonte de sofrimento que pode vir a dominar a vida do doente e sua família e amigos, resultando num complexo conjunto de mudanças somáticas e psicossociais que prejudicam o bem-estar e a qualidade de vida. Perante um problema de saúde que não mata mas dói, torna-se relevante a identificação de estratégias que permitam maximizar a percepção individual de saúde, o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas que dele padecem, promovendo a experiência de uma existência mais completa e gratificante possível. A investigação em populações com dor crónica é particularmente consensual quanto ao papel desempenhado a este nível por factores emocionais, psicológicos, sociais e espirituais. Entre esses destacam-se por exemplo a esperança, o coping, a depressão, a felicidade, as crenças individuais, a auto-eficácia e o fatalismo (pensamento catastrófico). Entendendo bem-estar como um estado dinâmico de saúde no qual o indivíduo progride em direcção a um nível elevado de funcionalidade, este estudo teve como objectivo avaliar a natureza da associação entre diferentes estratégias de coping e o bem-estar e percepção de saúde em pessoas com dor crónica músculo-esquelética. Uma amostra de 117 indivíduos respondeu à versão Portuguesa de dois instrumentos breves de coping, e a medidas de bem-estar e percepção de saúde. Os resultados evidenciam correlações negativas entre medidas de bem-estar e percepção de saúde e o fatalismo, o evitamento, descansar, pedir ajuda e procurar suporte/apoio. As implicações para a intervenção serão discutidas.

Palavras-chave – Doentes Crónicos; Hospital; Promoção da Saúde

Maria Alexandra Ferreira Valente.  
Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto /  
Fundação para a Ciência e Tecnologia / Unidade de Investigação em Psicologia e Saúde  
Rua José das Dornas, 107, 3880-791 Ovar  
[mafvalente@gmail.com](mailto:mafvalente@gmail.com)  
(00351) 969082988