

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

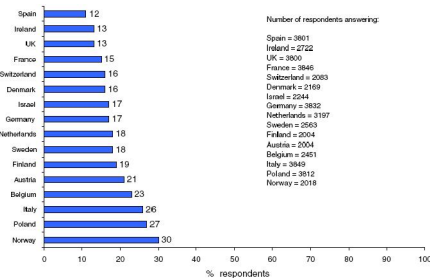
Promoção através do Coping

8.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde
ISPA - Lisboa, Portugal, 11-13 Fevereiro 2010

M. Alexandra Ferreira-Valente
José L. Pais-Ribeiro
Mark P. Jensen



Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética



Number of respondents answering:

- Spain = 3801
- Ireland = 2722
- UK = 3800
- France = 3846
- Switzerland = 2003
- Denmark = 2169
- Israel = 2254
- Germany = 3832
- Netherlands = 3197
- Sweden = 2550
- Finland = 2004
- Austria = 2004
- Belgium = 2451
- Italy = 3849
- Poland = 3812
- Norway = 2016

Prevalência de dor crónica na população em geral

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

• O que é a Dor?

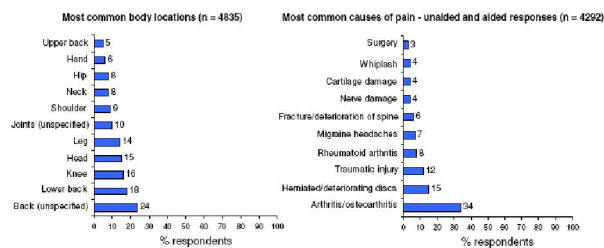
"experiência emocional e sensorial desagradável, associada com lesões teciduais existentes ou potenciais, ou descrita em termos de tais lesões" (IASP, 1988)

- Uma experiência multidimensional privada que se diz crónica 3 meses após o seu aparecimento



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética



- Há um vasto número de doenças que causam dor
- Alguns procedimentos e tratamentos causam eles próprios dor

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

ELSEVIER

European Journal of Pain 10 (2006) 287–333

www.EuropeanJournalPain.com

Survey of chronic pain in Europe: Prevalence, impact on daily life, and treatment

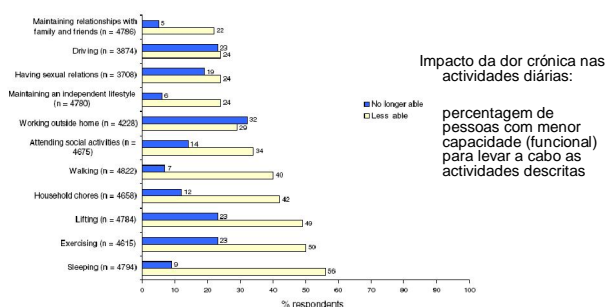
Harald Breivik^{a,*,1}, Beverly Collett^b, Vittorio Ventafridda^c, Rob Cohen^d, Derek Gallacher^d

• Objectivo:

- Explorar a prevalência, severidade, tratamento e impacto/interferência da dor crónica
- 16 países (15 países da Europa e Israel)

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética



Impacto da dor crónica nas actividades diárias:

percentagem de pessoas com menor capacidade (funcional) para levar a cabo as actividades descritas

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

- A Dor Crónica é:
 - Fonte de sofrimento
 - Domina a vida da pessoa e sua família e amigos
 - Pode resultar num conjunto complexo de mudanças somáticas e psicossociais
 - Mina o Bem-Estar e a Qualidade de Vida (Breivik, Collet, Ventafridda, Cohen & Gallacher, 2006; Morlion et al., 2008; Valente, Pais-Ribeiro, & Jensen, 2009).
- Apesar das diferenças regionais e nacionais na prevalência, severidade e causa primária da dor crónica, cerca de 1 em cada 5 europeus adultos sofre de dor crónica (Breivik et al., 2006).

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

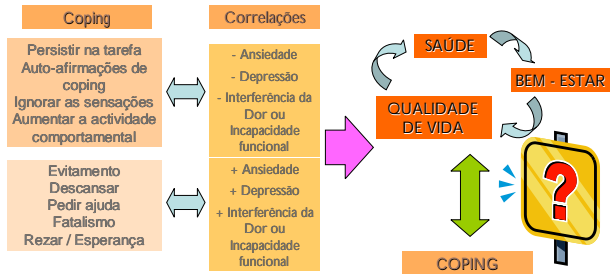


Fig. Ferreira-Valente, Pais-Ribeiro, e Jensen, 2009

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

- A **Dor Crónica**:
 - é um importante problema de saúde presente em num largo espectro de patologias
 - Impacta significativamente o **bem-estar** e a **qualidade de vida**

não mata mas mói

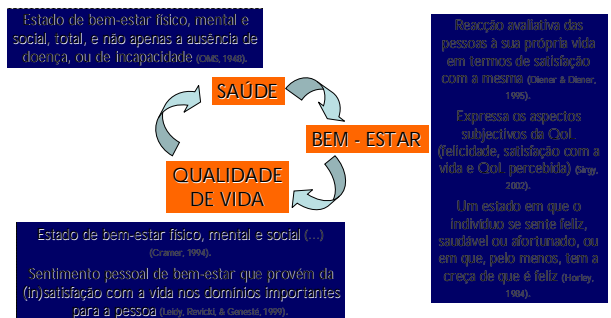


que estratégias para:

- maximizar a **percepção individual de saúde**, o **bem-estar** e a **qualidade de vida**?
- promover uma existência o mais completa e gratificante possível

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

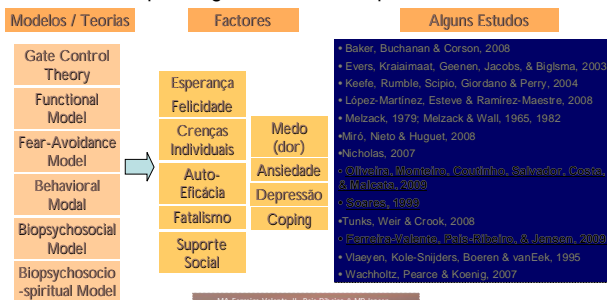
Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

A investigação aponta para a importância dos factores emocionais, psicológicos, sociais e espirituais:



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

AUTORES	AMOSTRA E OBJECTIVO	RESULTADOS
Oliveira, Monteiro, Coutinho, Salvador, Costa, e Malcata (2009)	N = 86 (FM, AR e AO) Avaliar as diferenças na CoL (saúde) e a sua relação com a dor e uso de estratégias de coping	FM < CoL e limiar da dor, > dor e uso de estratégias de coping passivas + dor → coping passivo, - PCS e - MCS + coping passivo → - PCS e - MCS
Salaffi, Carotti, Gasparini, Intorcchia, e Grassi (2009)	N = 799 (AR, EA, PsA) Avaliar a percepção de saúde e comparar com uma amostra de pessoas saudáveis	+ coping passivo → - PCS e - MCS O grupo das pessoas com dor crónica tem pior (percepção) saúde, que o grupo de pessoas saudáveis (e do que a norma para a população).
Kerr, Fairbrother, Crawford, Fogg, Fairbrother, e Khor (2004)	N = 623 Caracterizar a pop. australiana com dor em termos demográficos, clínicos e de qualidade de vida	

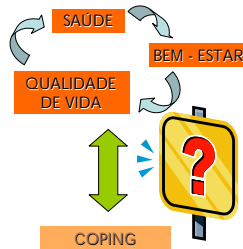
MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

- Identificar intervenções que promovam o bem-estar e a qualidade de vida

- Deslocamos o foco das fraquezas para a promoção da **forma mais proveitosa de viver**, na pessoa comum e com doença.

↓
Promover estratégias de coping que estão associadas a melhor saúde e maior bem-estar.



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Método

Amostra:

- N = 117 (utentes com dor crónica músculo-esquelética; 2 hospitais portugueses)
- Amostra de Conveniência

CARACTERÍSTICAS DEMOGRÁFICAS DA AMOSTRA					
	fr (%)	M	SD	Min	Max
Sexo (% feminino)	70.9%	-	-	-	-
Idade (anos)	-	55.78	15.03	20	85
Escolaridade (% 4ª Classe ou menos)	62.1%	-	-	-	-

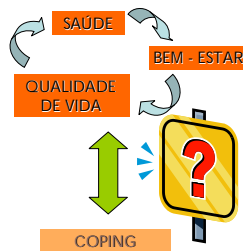
MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

COPING FOCADO NO BEM-ESTAR

Esperança (CSQ)
Relaxamento
Persistir na tarefa
Exercício / alongamentos
Desviar a atenção
Optimismo
(Auto-afirmações de coping – CPCI)

Expectativa generalizada de um resultado positivo em relação à pessoa, seu comportamento ou saúde
eg. "disse a mim próprio que a dor vai diminuir"



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Método

Instrumentos:

- Informação demográfica e história da dor
- Intensidade e Interferência da dor
 - VAS e P-BPI Interference Scale (versão portuguesa de Ferreira-Valente, Pais-Ribeiro, e Jensen, 2009)
- Bem-Estar / Estado de Saúde
 - SF-12 (Physical Component Summary – PCS; Mental Component Summary – MCS) (versão portuguesa de Pais-Ribeiro, 2005)
- Coping
 - 2 items Coping Strategies Questionnaire e 2 items Chronic Pain Coping Inventory (versão portuguesa Ferreira-Valente, Pais-Ribeiro, e Jensen, 2009)

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Objectivo

- Entendendo **Bem-Estar** como um estado dinâmico de saúde no qual a pessoa progride em direcção a um nível elevado de funcionalidade,
 - este estudo tem como **objectivo** avaliar a natureza da associação entre diferentes estratégias de coping e o bem-estar em pessoas com dor crónica músculo-esquelética.

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Resultados

ESTATÍSTICAS DESCRIPTIVAS DAS VARIÁVEIS DO ESTUDO	COEFICIENTES DE CORRELAÇÃO DE PEARSON ENTRE AS MEDIDAS DE DOR E MEDIDAS DE SAÚDE / BEM-ESTAR			
	M	SD	VAS	P-BPI
VAS	6.37	2.59		
P-BPI Interferência	4.60	2.35	SF-12 PCS ^a	-0.32*
SF-12 PCS ^a	37.08	22.72	SF-12 MCS ^a	-0.15
SF-12 MCS ^a	52.38	21.77		-0.45**

^a p < 0.05 ^b p < 0.01

^c Scores elevados indicam melhor saúde / bem-estar

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Resultados

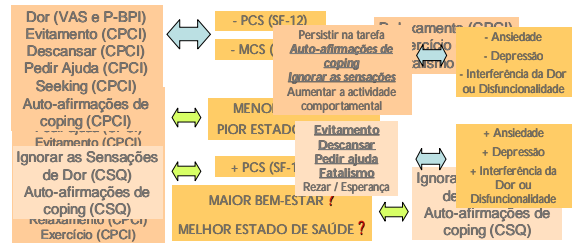
COEFICIENTES DE CORRELAÇÃO DE PEARSON ENTRE AS SUB-ESCALAS DO CPCI E MEDIDAS DE DOR E SAÚDE / BEM-ESTAR					
	VAS	P-BPI	SF-12 PCS ^a	SF-12 MCS ^a	
Evitamento	0.05	0.28*	-0.29*	-0.37*	
Descansar	-0.02	0.31**	-0.40**	-0.38**	
Pedir ajuda	-0.01	0.29*	-0.43**	-0.49**	
Relaxamento	0.01	0.17	-0.40**	-0.21	
Persistir na tarefa	-0.06	-0.12	-0.24	-0.20	
Exercício / alongamentos	0.00	-0.00	-0.44**	-0.12	
Pedor apoio / suporte (seeking)	0.09	0.31**	-0.45**	-0.33*	
Auto-afirmações de coping	-0.06	0.02	-0.29*	-0.32*	

^a p < 0.05 ** p < 0.01
^b Scores elevados indicam melhor saúde / bem-estar

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Discussão



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Resultados

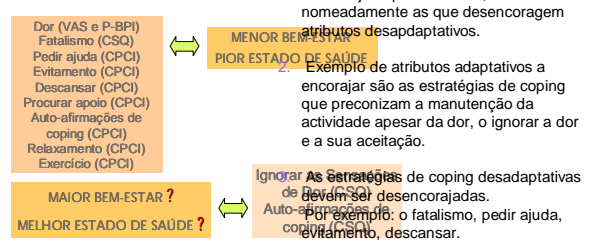
COEFICIENTES DE CORRELAÇÃO DE PEARSON ENTRE AS SUB-ESCALAS DO CSQ E MEDIDAS DE DOR E SAÚDE / BEM-ESTAR					
	VAS	P-BPI	SF-12 PCS ^a	SF-12 MCS ^a	
Desviar a atenção	0.06	0.02	-0.07	-0.04	
Reinterpretar as sensações de dor	0.11	0.08	0.06	-0.18	
Fatalismo	0.19*	0.57**	-0.46**	-0.22	
Ignorar as sensações	-0.13	-0.25*	0.27	0.00	
Rezar / Esperança	0.14	0.26*	-0.25	-0.19	
Auto-afirmações de coping	-0.12	-0.03	0.13	-0.09	
Aumentar a actividade comportamental	-0.03	0.11	0.02	-0.20	

^a p < 0.05 ** p < 0.01
^b Scores elevados indicam melhor saúde / bem-estar

MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

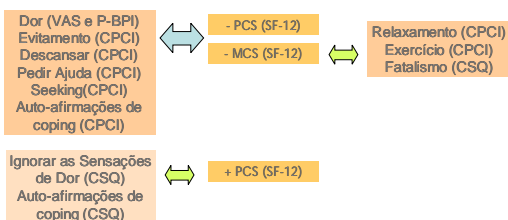
Discussão



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

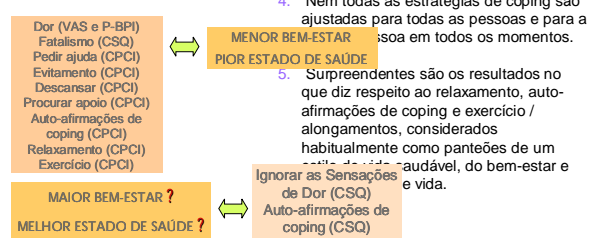
Resultados



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Discussão



MA Ferreira-Valente, JL Pais-Ribeiro & MP Jensen

Saúde e Bem-Estar em Pessoas com Dor Crónica Músculo-Esquelética

Promoção através do Coping

8.º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde
Lisboa, Portugal, 11-13 Fevereiro 2010

M. Alexandra Ferreira-Valente
José L. Pais-Ribeiro
Mark P. Jensen

