



**Universidade  
Potiguar**

UNIVERSIDADE POTIGUAR - UNP  
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
CURSO DE FISIOTERAPIA

RILDO BRUNO RODRIGUES DANTAS  
VICTOR SAMUEL DA SILVA TOMAS

**A TERAPIA COGNITIVO FUNCIONAL NA DOR LOMBAR  
CRÔNICA**

NATAL / RN

2023

RILDO BRUNO RODRIGUES DANTAS  
VICTOR SAMUEL DA SILVA TOMAS

A TERAPIA COGNITIVO FUNCIONAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Fisioterapia da Universidade Potiguar, como requisito parcial para aprovação na graduação de Fisioterapia

**Orientador: Marcella Cabral de Oliveira**

Natal / 2023

## FOLHA DE APROVAÇÃO

### A TERAPIA COGNITIVO FUNCIONAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Departamento de Fisioterapia da Universidade Potiguar, como requisito parcial para aprovação na graduação de Fisioterapia

**Orientador: Marcella Cabral de Oliveira**

APROVADO EM: \_\_\_ / \_\_\_ / \_\_\_\_\_

NOTA: \_\_\_\_\_

---

Prof. Ms. Marcella Cabral de Oliveira  
(Orientadora Interna - UNP)

---

Prof. Ms. Daniela Gibson Cunha  
(Examinadora-Interna - XXXX)

---

Prof. Ms. Ito Ferreira e Andrade  
(Examinadora-Interna - XXXX)

## SUMÁRIO

<b>RESUMO.....</b>	<b>5</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>6</b>
<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>7</b>
<b>2 METODOLOGIA.....</b>	<b>7</b>
<b>3 RESULTADOS .....</b>	<b>8</b>
<b>4 DISCUSSÃO .....</b>	<b>12</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS/ CONCLUSÃO .....</b>	<b>13</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>14</b>

**A TERAPIA COGNITIVO FUNCIONAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA  
FUNCTIONAL COGNITIVE THERAPY IN CHRONIC LOW BACK PAIN**

ORIENTADOR: Marcella Cabral de Oliveira

ALUNO (A): Rildo Bruno Rodrigues Dantas

Victor Samuel da Silva Tomas

**RESUMO**

**A TERAPIA COGNITIVO FUNCIONAL NA DOR LOMBAR CRÔNICA**

A Terapia cognitivo Funcional (TCF) é uma abordagem biopsicossocial apresentada por profissionais da fisioterapia, que representa um novo modelo de intervenção que consiste em domínios intitulados a dor, controle, e mudanças de vida, que são considerados fundamentos de psicologia, centrados no paciente em modo geral. O objetivo desse estudo foi mostrar, por meio de uma revisão de literatura, o bom prognóstico que a terapia cognitivo funcional tem quando aplicada na dor lombar crônica. Essa abordagem multidimensional tem como objetivo adquirir um tratamento na reabilitação de pacientes com dor lombar crônica, nos estudos realizados em diferentes localidades, apresentou adultos de 18 a 65 anos de idade como público-alvo para o tratamento, foi apresentado melhores resultados e mais eficaz na redução da incapacidade, depressão/ansiedade relacionados a dor, e outros aspectos relacionados a funcionalidade.

**Palavra-Chave:** Dor lombar, Crônica, Terapia cognitivo Funcional.

## **ABSTRACT**

### **FUNCTIONAL COGNITIVE THERAPY IN CHRONIC LOW BACK PAIN**

The Functional Cognitive Therapy (FCT) is a biopsychosocial approach presented by physiotherapy professionals, which represents a new intervention model that consists of domains entitled pain, control, and life changes, which are considered fundamentals of psychology, centered on the patient in general. The objective of this study was to show, through a literature review, the good prognosis that functional cognitive therapy has when applied to chronic low back pain. This multidimensional approach aims to acquire a treatment in the rehabilitation of patients with chronic low back pain. In studies carried out in different locations, adults aged 18 to 65 years were presented as the target audience for treatment, presenting better results and being more effective in reducing disability, depression/anxiety related to pain, and other aspects related to functionality.

**Keywords:** Low back pain, Chronic, Functional cognitive therapy.

## **1 INTRODUÇÃO**

A dor lombar (DL) é a principal causa de incapacidade em todo o mundo e está associada a uma significativa sobrecarga pessoal, social e econômica. É uma das principais causas de afastamento de serviço e gera uma grande despesa com necessidades médicas. (Maher C, Underwood M, Buchbinder R, 2017).

Por ela ser uma dor persistente e causa um grande problema de saúde pública, é o que revelou a Pesquisa Nacional em Saúde (PNS) publicada em 2014 segundo o qual, 27 milhões de adultos no país são acometidos pela doença, o que corresponde a 18,5% da população. Os problemas lombares são os mais comuns e a prevalência também é maior entre as mulheres (21%), contra 15% dos homens. Essa dor é gerada não só por uma condição física, mas sim por um grupo de fatores biopsicossociais que podem incluir: patoanatômicos, físicos, psicológicos, fatores de estilo de vida, e sociais (Avila,2022).

Diretrizes clínicas internacionais, publicadas, no ano de 2016, pelo Instituto Nacional de Excelência em Saúde e Cuidados (NICE), sediado na Inglaterra, incentivam o uso de tratamentos não farmacológicos na forma de terapias físicas e psicológicas, ou uma integração dessas terapias, para tratar lombalgia. Contudo, mesmo diante das evidências científicas, uma parcela significativa dos tratamentos ainda é inadequados e se limita ao modelo biomédico, geralmente, voltado às questões patoanatômicas e/ou cinesiopatológicas possivelmente subjacentes à dor (Buchbinder et al., 2020).

A terapia cognitivo funcional (TCF) é uma abordagem multidimensional biopsicossocial, proposta por fisioterapeutas alicerçada pela neurociência da dor, que considera fundamentos da psicologia, no qual consiste em três domínios intitulados: 1) dar sentido à dor, 2) exposição com controle e 3) mudanças de estilo de vida (O'SULLIVAN et al., 2018). Representa um novo modelo de intervenção, centrado no paciente no modo geral e coloca em desafio diretamente os comportamentos multidimensionais relacionados à dor de forma cognitivamente integrada, funcionalmente específica e que são potencialmente modificáveis.

O presente trabalho faz uma revisão de literatura com objetivo de analisar a efetividade da Terapia Cognitivo Funcional (TFC) como um tratamento na reabilitação de pacientes com dor lombar crônica.

## **2 METODOLOGIA**

Revisão de literatura realizada nas bases eletrônicas de saúde como: Pedro,

Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e PubMed. Usando os descritores: Dor Lombar, Dor Crônica, Comportamento Cognitivo, Low back pain, chronic pain, cognitive behavior, Dolor Lumbar, Dolor Crónico e comportamiento cognitivo.

Os critérios de inclusão foram que os artigos deveriam estar publicados no período de dez anos e que contemplasse todos os descritores, já os critérios de exclusão foram artigos em duplicatas, artigos não apresentados na íntegra e artigos que não contemplam o estudo em questão. Numa segunda filtragem observou artigos nos quais não foi possível acesso ao conteúdo por completo.

### **3 RESULTADOS**

A pesquisa nas bases de dados PEDRO, BVS e PubMed no qual foram 130 artigos com intervalo de publicação dos 10 últimos.

Iniciada a triagem e a organização para seleção de elegibilidade dos artigos para o estudo nos quais ficaram com oito artigos para o estudo.

Os estudos selecionados foram realizados em diferentes países, sendo dois na Noruega e um estudo em cada um destes países: Austrália, Irã e Irlanda. Nos artigos de ensaio clínico, apresentavam adultos na faixa de 18- 65 anos como público-alvo.

Na avaliação realizada através da escala PEDRO, os artigos de ensaio clínico obtiveram pontuação igual um teve pontuação de 4, dois tiveram pontuação 5, um teve pontuação 6 sendo considerados expressividade metodológica.

Quadro 1 – Resultados dos dados extraídos dos artigos incluídos

Autor e ano	Artigo	Desenho metodológico	Objetivo	Resultados
Ahmad et al, 2023	Comparação entre a terapia cognitivo-funcional e o tratamento do comprometimento do sistema de movimento em pacientes com dor lombar crônica: um ensaio clínico randomizado controlado	Ensaio clínico randomizado simples-cego	Comparação dos efeitos da terapia cognitivo-funcional e do tratamento baseado no comprometimento do sistema de movimento sobre a intensidade da dor, incapacidade, cinesiofobia e cinética da marcha em pacientes com lombalgia crônica inespecífica.	A CFT mostrou superioridade sobre o tratamento baseado em MSI na redução da intensidade da dor, tamanho do efeito e cinesiofobia em oito semanas, além de sugerir melhores resultados em características clínicas e cognitivas do tratamento.
O'Neil, 2020	Examinando quais fatores mediam o efeito do tratamento na dor lombar crônica: uma análise de mediação de um ensaio clínico de Terapia Cognitivo-Funcional	Ensaio clínico randomizado	Trabalha com a Terapia Cognitivo-Funcional como uma intervenção individualizada conduzida por fisioterapeutas para pessoas com dor lombar crônica inespecífica, envolvendo educação biopsicossocial em dor, exposição gradual ao movimento e orientação sobre estilo de vida.	A CFT não melhorou a maioria dos mediadores hipotéticos (estresse, medo da atividade física, enfrentamento, depressão, ansiedade e sono) e esses mediadores não se associaram nem à incapacidade nem à dor, portanto pesquisas futuras devem verificar o papel da autoeficácia e de outros desfechos clínicos.

Fersum et al, 2013	Eficácia da terapia cognitivo-funcional baseada em classificação em pacientes com dor lombar crônica inespecífica: um ensaio clínico randomizado e controlado	Ensaio clínico randomizado	Investigar a eficácia de uma abordagem flexível e comportamental para o tratamento, afim de individualizar o manejo de pessoas com DLC, os ensaios clínicos randomizados prévios, demonstram reduções na incapacidade para o grupo submetido a CFT em comparação a terapia Manual e exercícios, além de ser uma intervenção promissora que lida com aspectos e interações de fatores biopsicossociais, multidimensionais potencialmente modificáveis da dor.	O grupo terapia cognitivo-funcional baseado em classificação apresentou resultados significativamente superiores ao grupo de terapia manual e exercício, tanto estatisticamente, quanto clinicamente. Para o Índice de Incapacidade de Oswestry, o grupo de terapia cognitivo-funcional baseado na classificação melhorou em 13,7 pontos, e o grupo de terapia manual e exercício em 5,5 pontos. Para a intensidade da dor, a terapia cognitivo-funcional baseada em classificação melhorou 3,2 pontos, e a terapia manual e o grupo exercício 1,5 pontos.
O'Keeffe et al, 2019	Terapia cognitivo-funcional comparada com uma intervenção de exercício e educação baseada em grupo para dor lombar crônica: um ensaio clínico randomizado	Ensaio clínico randomizado e controlado	Investigou se uma intervenção individualizada de terapia cognitivo funcional administrada por um fisioterapeuta era mais eficaz do que um exercício e educação em grupo ministrados por um fisioterapeuta para indivíduos com dor lombar crônica.	A terapia reduziu a incapacidade, mas não a dor, aos 6 e 12 meses em comparação com a intervenção de exercício e educação baseada em grupo.

	controlado (ECRC) multicêntrico			
Fersum et al, 2019	Terapia cognitivo-funcional em pacientes com dor lombar crônica inespecífica - um ensaio clínico randomizado e controlado de 3 anos de seguimento	Ensaio clínico randomizado e controlado	Investigou através de um ensaio clínico randomizado e controlado, a eficácia da terapia cognitivo-funcional (CFT) em comparação com a terapia manual e o exercício (MT-EX) para pessoas com dor lombar crônica inespecífica no seguimento de 3 anos.	A CFT além de resultar em redução duradoura foi também mais eficaz na diminuição da incapacidade, depressão/ansiedade e medo relacionado à dor, mas não à dor, no seguimento de 3 anos do que a MT-EX.

## DISCUSSÃO

No trabalho de Ahmad et al, de título: “Comparação entre a terapia cognitivo-funcional e o tratamento do comprometimento do sistema de movimento em pacientes com dor lombar crônica: um ensaio clínico randomizado controlado” mostrou superioridade sobre o tratamento baseado no comprometimento do sistema de movimento (MSI) na redução da intensidade da dor, tamanho do efeito e cinesiofobia em oito semanas, além de sugerir melhores resultados em características clínicas e cognitivas do tratamento. Além disso, esse estudo obteve melhorias na cinética da marcha na TFC, onde parece ser um tratamento apropriado e aplicável no ambiente clínico. O mesmo acontece com o trabalho de Fersum et al, de título: “Eficácia da terapia cognitivo-funcional baseada em classificação em pacientes com dor lombar crônica inespecífica: um ensaio clínico randomizado e controlado”, O grupo terapia cognitivo-funcional baseado em classificação apresentou resultados significativamente superiores ao grupo de terapia manual e exercício, tanto estatisticamente, quanto clinicamente.

Em contrapartida o trabalho de O’Keeffe et al, de título: “Terapia cognitivo-funcional comparada com uma intervenção de exercício e educação baseada em grupo para dor lombar crônica: um ensaio clínico randomizado controlado (ECRC) multicêntrico”, investigou se uma intervenção individualizada de terapia cognitivo funcional administrada por um fisioterapeuta era mais eficaz do que um exercício e educação em grupo ministrados por um fisioterapeuta para indivíduos com dor lombar crônica. A terapia reduziu a incapacidade, mas não a dor, aos 6 e 12 meses em comparação com a intervenção de exercício e educação baseada em grupo, pesquisas futuras devem examinar se a maior redução da incapacidade alcançada pela TFC apresenta diferenças válidas para sistemas de saúde e seus pacientes. Na mesma linha de resultados temos o trabalho Fersum et al, de título: “Terapia cognitivo-funcional em pacientes com dor lombar crônica inespecífica - um ensaio clínico randomizado e controlado de 3 anos de seguimento”, investigou através de um ensaio clínico randomizado e controlado, a eficácia da terapia cognitivo-funcional (CFT) em comparação com a terapia manual e o exercício (MT-EX) para pessoas com dor lombar crônica inespecífica no seguimento de 3 anos. além de resultar em redução duradoura foi também mais eficaz na diminuição da incapacidade, depressão/ansiedade e medo relacionado à dor, mas não à dor, no seguimento de 3 anos do que a MT-EX, além de serem feitas descobertas que tiveram o apoio à benefícios a longo prazo de uma intervenção

individualizada, onde teve orientações para o comportamento que visa crenças de dor, restauração funcional e fatores de estilo de vida.

Por fim, e indo de encontro aos outros, o trabalho de O'Neil et al, de título: “Examinando quais fatores mediam o efeito do tratamento na dor lombar crônica: uma análise de mediação de um ensaio clínico de Terapia Cognitivo-Funcional”, trabalha com a Terapia Cognitivo-Funcional como uma intervenção individualizada conduzida por fisioterapeutas para pessoas com dor lombar crônica inespecífica, envolvendo educação biopsicossocial em dor, exposição gradual ao movimento e orientação sobre estilo de vida. E tem como resultados que a CFT não melhorou a maioria dos mediadores hipotéticos (estresse, medo da atividade física, enfrentamento, depressão, ansiedade e sono) e esses mediadores não se associaram nem à incapacidade nem à dor, portanto pesquisas futuras devem verificar o papel da autoeficácia e de outros desfechos clínicos.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS/ CONCLUSÃO**

A terapia cognitivo funcional, em comparação com outras terapias, para o tratamento da dor lombar crônica inespecífica, nos estudos que foram analisados, apresentou bons resultados nos aspectos relacionados à funcionabilidade da biomecânica da coluna lombar, bem como relação ao aspecto de significância da dor.

## REFERÊNCIAS

1. Ahmad, Sahar et al. Comparison of cognitive functional therapy and movement system impairment treatment in chronic low back pain patients: a randomized controlled trial. *BMC Musculoskeletal Disorders*. 2023.
2. O'Neill, Aoife et al. Examining what factors mediate treatment effect in chronic low back pain: A mediation analysis of a Cognitive Functional Therapy clinical trial. *European Journal of Pain* Volume 24, Issue 9 p. 1765-1774. 2020.
3. Fersum, Vibe et al. Efficacy of classification-based cognitive functional therapy in patients with non-specific chronic low back pain: A randomized controlled trial. *European Journal of Pain*. 2012.
4. O'Keeffe, Mary et al. Cognitive functional therapy compared with a groupbased exercise and education intervention for chronic low back pain: a multicentre randomised controlled trial (RCT). *Br J Sports Med*. 2019.
5. Fersum, Kjartan et al. Cognitive functional therapy in patients with non-specific chronic low back pain—a randomized controlled trial 3-year follow-up. *European Journal of Pain* Volume 23, Issue 8 p. 1416-1424. 2019.
6. ASCOM-MS. 57,4 milhões de brasileiros têm pelo menos uma doença crônica. Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional - COFFITO acessado em novembro de 2023.
7. Avila, LCM. Efeitos da terapia cognitivo-funcional comparada a exercícios de core em pacientes com síndrome da falha cirúrgica e dor lombar crônica. Universidade Federal de Santa Catarina. 2022