

IMPACTO DA FISIOTERAPIA INFORMADA PSICOLÓGICAMENTE NA INCAPACIDADE, MEDO E AUTOEFICÁCIA DE IDOSAS COM DOR LOMBAR CRÔNICA

Luís Richard Mercaus*

Patrícia Cilene Freitas Sant'Anna**

Resumo: As dores crônicas afetam mais de dois terços da população brasileira, entre elas, a dor lombar crônica é a mais prevalente. A proposta da Fisioterapia Informada Psicologicamente vai de encontro a maioria das diretrizes, entretanto, ainda são necessários estudos que demonstrem a sua eficácia, principalmente quando ela é entregue por teleconsultas. Esse estudo tem como objetivo verificar o impacto da Fisioterapia Informada Psicologicamente na incapacidade, medo e autoeficácia de idosas com dor lombar crônica não específica. Para esse estudo, a amostra será reunida através de um convite por ligação telefônica para 20 idosas que já frequentaram programas de saúde da Universidade do Vale do Rio dos Sinos (UNISINOS). Serão incluídas aquelas que relatem como queixa principal dor por mais de 3 meses na região lombar, que não estejam recebendo outro acompanhamento fisioterapêutico e que possuam acesso à *Internet* e dispositivo eletrônico que permite videochamada, bem como habilidade para usá-lo ou alguém que possa ajudá-las. Serão excluídas do estudo aquelas que apresentarem dor orofacial, visceral, irradiada ou relacionada a câncer, que tenha realizado cirurgia ou tiveram fratura gessada nos 6 meses anteriores, com diagnóstico médico de doenças como Parkinson, Esclerose Múltipla ou Lateral Amiotrófica e Fibromialgia, perda de peso inexplicada maior que 5 quilogramas em 2 semanas ou febre. A coleta de dados será realizada por 1 avaliador supervisionado por uma Fisioterapeuta professora da instituição. As intervenções serão entregues de forma *on-line* através de um aplicativo de mensagens. Serão realizadas 10 teleconsultas, elas se darão 1 vez por semana, em um horário de comum acordo com as participantes, terão duração estimada entre 30 minutos e 1 hora. As participantes serão alocadas em dois grupos, Grupo Fisioterapia Tradicional (GFT) e Grupo Fisioterapia Informada Psicologicamente (GFIP). O GFT realizará um programa de exercícios aeróbios, de fortalecimento e

* Acadêmico de Fisioterapia na Universidade do Vale do Rio dos Sinos, mercaus@edu.unisinos.br.

** Docente de Fisioterapia na Universidade do Vale do Rio dos Sinos, psantanna@unisinos.br.

alongamentos durante as teleconsultas. O GFIP receberá o mesmo que o GFT mais um pacote de educação entregue pela *Internet* através de diálogos durante as teleconsultas e vídeos e infográficos enviados de forma assíncrona entre duas teleconsultas. As análises serão feitas através do *software IBM SPSS Statistics 25®* com um intervalo de confiança de 95% com um $p < 0,05$. Será utilizado o teste *t* de Student para grupos independentes para analisar as variáveis com valores absolutos. Para as variáveis em percentis, será utilizado o teste de Man-Whitney.

Palavras-chave: dor lombar crônica; biopsicossocial; incapacidade; medo; autoeficácia; fisioterapia informada psicologicamente; idosos.