



II CONGRESSO MÉDICO UNIVERSITÁRIO DO CENTRO-OESTE DO PARANÁ

25, 26 e 27 de abril

AUTOGERENCIAMENTO DA DOR CRÔNICA: DESAFIOS, ADERÊNCIA E IMPACTOS DE UM PROGRAMA ONLINE INTERPROFISSIONAL

JOANA LADISLAU BRANDÃO; NAYARA GUISSO JIACOMELLI; MATEUS
UMPIERREZ VIEIRA; GABRIEL KOZAK JÚLIO; JOÃO EMANUEL YOHANNAN DE
MELO; JHONATAN TESTON RODE; GIOVANA MARTINS ZAFALON; GIOVANNA
DA SILVA GONÇALVES; BIANCA GABRIELLE LAZAROTTO; MARIA CRISTINA
UMPIÉRREZ.

Área Temática: Clínica Médica

Palavras-chave: Dor crônica; Tecnologia em saúde; Educação digital

1. INTRODUÇÃO

A dor crônica é uma condição multifatorial que impacta significativamente a vida de quem a vivência. Estudos apontam que, no Brasil, uma parcela significativa da população acima de 60 anos sofre com dor contínua (Lima-Costa, 2018). Programas de educação digital em neurociência da dor têm se mostrado promissores como estratégias não farmacológicas de autogestão (Silveira, *et al.*, 2013). O EducaDor, desenvolvido na UNICENTRO, é um programa interprofissional que utiliza tecnologias digitais para capacitar usuários do SUS no enfrentamento da dor crônica. Esta pesquisa objetivou analisar as percepções, impactos comportamentais e barreiras encontradas por usuários para aderirem ao programa EducaDor (Baroni *et al.*, 2023).

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo qualitativo, de caráter descritivo e exploratório, que faz parte de um de extensão intitulado “EducaDor” aprovado sob protocolo nº 5.530.422 do parecer do Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos. O estudo foi realizado com 14 usuários do SUS com dor musculoesquelética crônica. Os participantes foram alocados em três modalidades do EducaDor: grupo online síncrono com encontros semanais e e-book; grupo com vídeos assíncronos e e-book; e grupo apenas com e-book. As entrevistas foram conduzidas com roteiro semiestruturado, gravadas e transcritas. A análise dos dados seguiu a metodologia de análise de conteúdo proposta por Minayo (2014), resultando em três grandes temas: percepções, mudanças de comportamento e barreiras ao uso do programa digital.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Programa EducaDor foi percebido como uma experiência acolhedora e transformadora por parte dos usuários, que destacaram o suporte emocional, o aprendizado sobre a dor e o estímulo ao autocuidado como diferenciais em relação a outros atendimentos. Os participantes relataram melhora na autoestima, maior compreensão da dor e adoção de estratégias não farmacológicas, como respiração, meditação e práticas físicas, contribuindo para o controle da dor e o equilíbrio emocional (Gomes *et al.*, 2023).

Em relação ao comportamento, observou-se uma diversidade de trajetórias: enquanto alguns usuários aderiram ao programa e integraram suas orientações ao cotidiano, outros demonstraram dificuldades em manter a participação. Aspectos como motivação, apoio familiar e compreensão do conteúdo influenciaram diretamente na adesão. A participação ativa foi favorecida pelo suporte via WhatsApp e contato direto com facilitadores.



II CONGRESSO MÉDICO UNIVERSITÁRIO DO CENTRO-OESTE DO PARANÁ

25, 26 e 27 de abril

Contudo, barreiras importantes foram identificadas. Destacam-se: dificuldade de acesso e uso de tecnologias, impessoalidade do formato online, esquecimento, sobrecarga de papéis sociais e limitações no acesso à internet. A ausência de encontros presenciais também foi apontada como um limitador da experiência, sugerindo a necessidade de um modelo híbrido. Ante esta demanda, foi incluída a consulta de enfermagem para acompanhamento. Esses achados evidenciam o potencial do EducaDor, mas também a urgência de adaptar suas estratégias para garantir maior inclusão, personalização e engajamento dos participantes.

4. CONCLUSÃO

A pesquisa evidenciou tanto o potencial transformador do EducaDor quanto as limitações impostas por fatores tecnológicos, sociais e individuais. A personalização do suporte e a oferta de estratégias híbridas podem ampliar a efetividade do programa. Os resultados reforçam a importância de considerar o contexto de vida dos usuários no planejamento de intervenções digitais em saúde.

REFERÊNCIAS

BARONI, Marina Pegoraro *et al.* Implementation of an online pain science education for chronic musculoskeletal pain in Brazilian public health system: protocol for a hybrid type III randomised controlled trial with economic evaluation. **BMC Musculoskeletal Disorders**, v. 24, n. 1, pág. 1-16, 2023.

GOMES, Manoelise Linhares Ferreira *et al.* Aplicaciones móviles dirigidas a personas mayores para la autogestión del cuidado: revisión del alcances. **Revista Cuidarte**, v. 14, n. 1, 2023.

LIMA-COSTA, M. F. Envelhecimento e saúde coletiva: estudo longitudinal da saúde dos idosos brasileiros (ELSI-Brasil). **Revista de Saúde Pública**, v. 52, 2018.

MINAYO, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

SILVEIRA, Jorge William Pedroso *et al.* Ginástica laboral e prevenção de dores crônicas. **Cinergis**, v. 14, n. 2, p. 115-119, 2013.