EFICÁCIA DAS ESTRATÉGIAS FISIOTERAPÊUTICAS NA FUNCIONALIDADE E QUALIDADE DE VIDA NA DOR CRÔNICA.

Sara Vanessa Silva Menezes[1]
Acadêmica do curso de Fisioterapia da Faculdade Cathedral
saravanessa100@gmail.com
Késia Ribeiro da Silva[2]
Acadêmica do curso de Fisioterapia da Faculdade Cathedral
ribeirokesia07@gmail.com
Nayane Barbosa Mota[3]
Mestre em Saúde e Biodiversidade pela Universidade Federal de Roraima
fisio.nayane@gmail.com

A dor crônica é definida como uma sensação incômoda, física e emocional, com duração superior a três meses, originada por patologias musculoesqueléticas, neurológicas ou inflamatórias. Estima-se que esta condição atinja entre 20% e 30% da população global, tornando-se um obstáculo significativo à saúde pública devido aos custos elevados e à perda de produtividade. O objetivo geral é analisar a eficácia das estratégias fisioterapêuticas na promoção da capacidade funcional e no bem-estar de indivíduos com dor persistente, sob uma perspectiva integrada. O problema principal desta pesquisa investiga de que maneira a fisioterapia pode auxiliar na melhora da funcionalidade e qualidade de vida, considerando além do alívio da dor, os impactos multidimensionais que a acompanham. Para tanto, a metodologia empregada consistiu em uma pesquisa bibliográfica qualitativa, utilizando o método dedutivo para explorar produções científicas em bases de dados como SciELO e PubMed. O referencial teórico destaca que mecanismos de sensibilização central e fatores psicossociais, como a cinesiofobia, agravam o quadro clínico. As intervenções sugeridas englobam exercícios terapêuticos, condicionamento aeróbico, terapias manuais e educação em dor, visando a reconceituação da experiência dolorosa. Conclui-se que a fisioterapia é imprescindível para a restauração da autonomia e manutenção da saúde funcional. A aplicação de estratégias humanizadas e personalizadas permite que o paciente supere limitações nas atividades de vida diária, resultando em uma melhora significativa nos escores de qualidade de vida e na reintegração social.

Palavras-Chaves: Dor crônica. Fisioterapia. Funcionalidade. Qualidade de vida.