

EMENTA

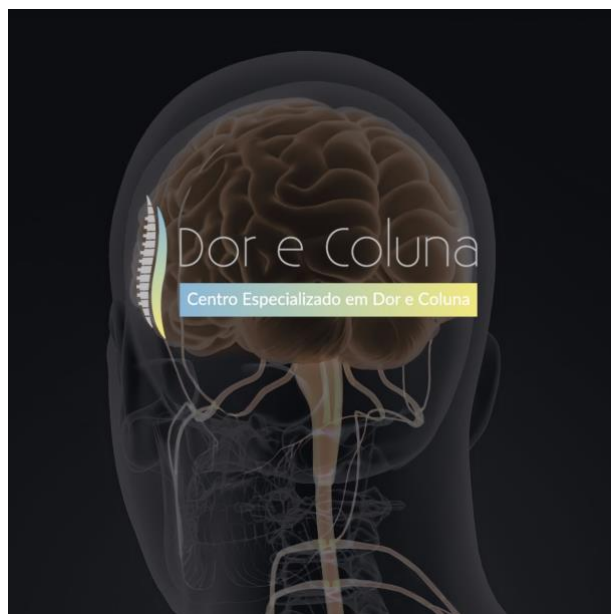
Florianópolis | Santa Catarina | Brasil | @dorecoluna
www.dorecoluna.com.br

Facilitador: Msc. Pt. Leonardo Avila

Conteúdo programático:

Curso: Entendendo a DOR.

Carga horária: 16 horas.



Entendendo a Dor: Abordagem multidimensional da dor segundo a neurociência.

Modelo de ensino e aprendizagem: Invertido, ou seja, colaborativo. Onde os participantes do curso terão acesso aos principais artigos previamente as discussões científicas e colaborarão com **respostas-chave** mediante os questionamentos enviados em anexo ao material de apoio (perguntas-chave que nortearão a discussão científica).

O que motivou desenvolvimento do curso Entendendo a Dor: O projeto surgiu em 2016 a partir da discussão científica mensal intitulada *Coffee with Science*, tendo seu início como um encontro científico itinerante, às segundas-feiras em Florianópolis. Os palestrantes voluntários responsáveis por conduzirem as discussões científicas estudam o manejo da dor e padrões mal adaptativos comportamentais (movimento) e cognitivos provocativos de dor com base na neurociência.

O objetivo do encontro é estabelecer uma linguagem científica comum entre profissionais da área da saúde que atuam e estudam o manejo da dor e padrões comportamentais mal adaptativos mediante a prática clínica baseada em evidências científicas. Além disso, apresentar o **subgrupo** de pacientes cujos sintomas persistentes são influenciados por crenças, emoções e comportamentos mal-adaptativos (**patológicos**).

Por fim, o curso traz uma nova perspectiva enquanto as dores musculoesqueléticas não oncológicas com **ênfase na dor lombar crônica inespecífica (DLCI) e pacientes com failure back syndrome surgery (FBSS) – síndrome da falha cirúrgica (coluna lombar).**

, que é um problema de saúde pública onde existem fortes evidências de que está associada a uma complexa interação multidimensional entre fatores **BIO** (patoanatômico) **PSICO** (psicológicas) **SOCIAL** (sociais). Porém, a maior parte das estratégias de tratamento para a dor lombar crônica inespecífica ainda são baseadas no modelo biomédico, ou seja, estrutural-anatômico-mecânico. A abordagem biopsicossocial em saúde, proposta por Engel (1977), é um modelo que aborda aspectos multidimensionais da dor que são potencialmente modificáveis tais como comportamentos cognitivos provocativos de dor, movimento e de estilo de vida.

Isto posto, devido a alta prevalência de dor musculoesquelética crônica e dor lombar crônica no Brasil e no mundo, inúmeras abordagens são propostas na tentativa do manejo eficiente da dor. Contudo, grande parte das propostas de tratamento são baseadas no modelo biomédico ou patoanatômico (*SAB | Structural, Anatomy, Biomechanical*), ou seja, voltados somente a estrutura, anatomia e biomecânica. Por consequência, um possível benefício do tratamento conservador pode não estar evidente devido à abordagem realizada usualmente estar baseada no modelo patoanatômico, não contemplando todo o conhecimento necessário entre os profissionais de saúde, sendo este um dos principais obstáculos para o manejo eficaz da dor. Além do mais, propostas exclusivamente baseadas no modelo patoanatômico vão na contramão das diretrizes (*guidelines*) de prática clínica para o manejo eficaz da dor. A avaliação abrangente da dor e os métodos multimodais de tratamento não são bem entendidos porque a dor costuma ser ensinada como um sintoma da doença e não como uma experiência **biopsicossocial**, com dimensões físicas e psicossociais.

Apesar da influência dos fatores biopsicossociais, os efeitos da abordagem biopsicossocial não se encontram completamente entendidos pelos profissionais da área da saúde e são insuficientemente considerados na clínica para auxiliar o manejo desses pacientes.

Desta forma, justifica-se a necessidade de um melhor entendimento enquanto a natureza multidimensional da dor.

Tendo em vista a linha de pesquisa e prática clínica do facilitador *Msc.Pt.* Leonardo Avila, foi estabelecido como título do curso; **Entendendo a Dor: Abordagem multidimensional da dor segundo a neurociência.**

Ajudando pessoas a entender melhor a dor.

Acompanhem o instagram: @dorecoluna

Conteúdo Programático - Ministrante: *Msc. Pt. Leonardo Avila*

Módulo I – Introductório:

- Apresentação dos objetivos propostos pelo curso: Entendendo a Dor: Abordagem multidimensional da dor segundo a neurociência.
- O propósito do curso.
- Moderador do curso: apresentação (modelo de ensino invertido).
- 8 dúvidas + 1.
- A problemática: Um castelo impenetrável de informações duvidosas (*a metáfora dos grãos de areia*).
- Relato de caso número 1 e primeira prática.
- Abordagem multidimensional da dor em pacientes com *failure back syndrome surgery* (FBSS) – síndrome da falha cirúrgica (coluna lombar).

Módulo II – Conceitos em Dor:

- Profissionais crônicos devem considerar ser tratados?
- Qual é o significado de sentir dor?
- Subjetividade: A arte e a dor.
- Dor e nocicepção são sinônimos?
- Qual a definição de dor?
- Qual a definição de dor crônica?
- Classificando a dor: Como podemos classificar a dor enquanto a duração?
- Como tipificar a dor enquanto a sua origem?
- Outros fenômenos neurofisiológicos.

- Quais síndromes a sensibilização central pode contribuir?
- Característica da dor enquanto ao movimento.
- Você trata: Mas afinal, sabe definir o que é dor lombar?
- Dor lombar: Como classificá-la?
- Quantas classificações (tipos) de dor lombar existem?
- A gênese da dor: O que é uma dor lombar de origem específica e inespecífica?
- Definindo saúde.

Módulo III – Novos conceitos em Dor:

- Contextualizando a dor: Do modelo cartesiano de Rene Descartes (1662) à Neuromatrix da Dor.
- Os mecanismos da terapia manual no tratamento da dor musculoesquelética.
- O estado da arte: Afinal, a dor é um problema de Saúde Pública no Brasil e no mundo (epidemiologia)?
- Dor e analgésicos opióides: Consumo indiscriminado (parte I).
- Onde está a falha, isto é, por que existe uma epidemia de dor crônica assolando o mundo (“um enorme elefante na sala”)?
- O enorme elefante na sala: Metáfora.
- Estou com dor lombar: Onde eu vou?
- A busca incessante do modelo biomédico visando identificar uma causa patoanatômica: Existe dificuldade em explicar a dor (aguda e crônica) aos profissionais da saúde e pacientes com os modelos de educação atuais?
- Eu fui ensinado que a dor só existe por que estou machucado: “Dor e nocicepção são sinônimos? É preciso reconceitualizar?”

- Uma breve história no tempo: “Do modelo biomédico ao modelo biopsicossocial em saúde: Modelos de Educação em Dor.”
- Incógnita: Os profissionais da saúde estão capacitados para uma abordagem clínica mais abrangente, isto é, uma investigação clínica além dos constructos patoanatômicos?

Módulo IV – O modelo multidimensional da dor em saúde:

- Afinal, o que é o modelo biopsicossocial de saúde?
- É preciso entender que no processo clínico investigativo existe um abismo entre detecção e tratamento. “Múltiplas experiências individuais: Fatores modificáveis e não modificáveis pelo profissional da saúde/paciente.”
- O que difere o modelo Biopsicossocial da educação em dor com base na neurociência?
- Quais fatores psicossociais medeiam a dor e a incapacidade? “*Múltiplos aspectos de uma experiência de dor individual.*” Fatores modificáveis e não modificáveis.
- Como avaliar um paciente com dor crônica?
- Como detectar fatores biológicos, psicológicos e sociais relevantes?
- Qual o propósito do uso de questionários de dor na avaliação de pacientes com sintomas crônicos?
- Quais são os aspectos que interferem na adesão ao tratamento?
- Por que e quando encaminhar o seu paciente a um psicólogo em casos de dor crônica?
- O que “tratar” – intervir - abordar – manejar (ênfase: Educação em Dor)?
- Temo, logo evito.
- Como “tratar” – intervir – abordar – manejar (ênfase: Educação em Dor)?
- E quando o tiro sai pela culatra?

- Existe uma sequência de abordagem clínica ideal (relato de caso II)?
- O que pode alterar S1 e M1?
- Revolução em dor: Educação em dor.
- Quais os requisitos para tornar a Educação em Dor com base na Neurociência eficiente?
- O quão bons somos na comunicação?
- Quando a dor crônica não é dor crônica?
- Os meus insucessos e frustrações clínicas.
- Encerramento: Os objetivos propostos do curso Entendendo a Dor foram alcançados?

2. Objetivos:

- **Apresentar** aos Fisioterapeutas e profissionais da área da saúde **conhecimento adequado** e atualizado sobre conceitos (taxonomia - IASP) e manejo adequado da dor (ênfase em dor lombar crônica inespecífica) segundo a neurociência (reconceitualizar a dor);
- **Informar** Fisioterapeutas e profissionais da área da saúde enquanto ao processo de **avaliação, diagnóstico e abordagem** segundo o modelo biopsicossocial em saúde com base na Neurociência;
- **Discutir** aspectos fundamentais sobre a abordagem biopsicossocial da dor em saúde;
- **Reconceitualizar** a dor, ou seja, apresentar aos profissionais da saúde conhecimento adequado e atualizado sobre os conceitos e manejo da dor segundo a neurociência;
- **Apresentar** um subgrupo de pacientes cujos sintomas persistentes são influenciados por crenças, emoções e padrões comportamentais mal adaptativos (**patológicos**);
- **Apresentar** ao Fisioterapeuta, em especial, que ele pode e deve ser visto como aquele profissional que trata a alteração no movimento e na função que podem estar alterados pelos aspectos psicossociais;
- **Praticar** habilidades de comunicação fundamentais na relação entre profissionais da saúde e pacientes;
- **Despertar** o profissional da área da saúde para uma nova proposta de abordagem clínica enquanto ao manejo adequado da dor persistente;
- **Utilizar** o modelo de ensino invertido, ou seja, colaborativo (dinâmico) por parte dos participantes do curso, onde o conteúdo será ministrado mediante questionamento prévio do moderador (Ismael).

3. **Investindo em conhecimento:** Valores, formas de pagamento e datas do curso Abordagem Biopsicossocial da dor em saúde.

3.1 Opção presencial:

- **Para curso presencial em sua cidade:** Honorários do facilitador **R\$5.000,00**. Refeições, estadia (hotel) e passagem (translado) do ministrante, ambos por conta do contratante.
- **Política de RESERVA do curso Entendendo a Dor:** 20% do valor total, ou seja, R\$1.000,00 deve ser depositado no ato da reserva na conta corrente número: 15763-5, agência: 3077-5, Banco do Brasil, em nome de Leonardo Cesar Melo Avila, CPF: 053.472.279-23. A confirmação da reserva do curso ocorrerá somente mediante o envio do comprovante de pagamento.
- **Política de CANCELAMENTO do curso Entendendo a Dor:** Após efetuar o pagamento dos 20% do valor total do curso (R\$1.000,00) como garantia de reserva da data o curso poderá ser cancelado pelo contratante. No entanto, o valor da reserva NÃO será ressarcido.
- **Carga horária é de 16 horas (8h por dia).** Dia 1: das 08:00h às 12:00h | das 14:00h às 18:00h, Dia 2: das 08:00h às 12:00h e das 14:00h às 18:00h. Dois intervalos de 10 minutos, um no período matutino e outro no período vespertino, em ambos os dias.

4. Público Alvo

- Profissionais da área da saúde.

5. Referências bibliográficas-chave:

5.1 Entendendo a Dor

- Adriaan Louw, PT, PhD et al. Sham Surgery in Orthopedics: A Systematic Review of the Literature. Pain Medicine Advance Access published. 2016.
- Balagué F, Mannion AF, Pellisé F, Cedraschi C. Non-specific low back pain. *Lancet*. 2012;379(9814):482-491. doi:10.1016/S0140-6736(11)60610-7.
- Buchbinder R, van Tulder M, Öberg B, et al. Low back pain: a call for action. *Lancet* 2018; 391:2384–8.
- Butler D, Moseley GL. (2013). Explain Pain. Adelaide, Aus: 2 ed.Noigroup Publications.
- Chris Maher. Non-specific low back pain. *The Lancet*. 2016.
- Foster NE, Anema JR, Cherkin D, et al. Prevention and treatment of low back pain: evidence, challenges, and promising directions. *Lancet* 2018; 391:2368–83.
- Hartvigsen J, Hancock MJ, Kongsted A, et al. What low back pain is and why we need to pay attention. *Lancet* 2018; 391:2356–67.
- Hoy D, March L, Brooks P, Blyth F, Woolf A, Bain C, et al. The global burden of low back pain: estimates from the Global Burden of Disease 2010 study. *Ann Rheum Dis*. 2014;73(6):968–74.
- International Association for the Study of Pain (IASP) <http://www.iasp-pain.org>
- Knowledge of physical therapy students and professionals about pain: a systematic review. Santos NCA. et al. *ABCS Health Sci*. 2017; 42(2):99-104
- Kopf. Andreas, Patel. Nilesh B. Guia para o tratamento da dor em contextos de poucos recursos., International Association for the Study of Pain, editors. Seattle: IASP; 2010.
- Louw, A. & Puentedura, E. J. (2013). Therapeutic Neuroscience Education, Vol. 1. Minneapolis, MN: OPTP.
- M J Tait, et al. Improved outcome after lumbar microdiscectomy in patients shown their excised disc fragments: a prospective, double blind, randomised, controlled trial M J Tai *J Neurol Neurosurg Psychiatry* 2009;80:1044–1046. doi:10.1136/jnnp.2008.156356.
- Maher C, Underwood M, Buchbinder R. Non-specific low back pain. *Lancet* [Internet]. 2016;6736(16):1–12. Available from: <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0140673616309709>
- Melzack R. Gate control theory. On the evolution of pain concepts. *Pain Forum* 1996; 5:128–38.
- Melzack R. From the gate to the neuromatrix. *Pain*. 1999 Aug;Suppl 6:S121-6. Department of Psychology, McGill University, Montreal, Quebec, Canada.

- Merskey H. Classification of chronic pain: descriptions of chronic pain syndromes and definitions of pain terms. 2nd ed. IASP Press: Seattle, 1994.
- Mosely G. L. Innovative treatments for back pain. *Pain*. 2016.
- Mosely L. Unraveling the barriers to reconceptualization of the problem in chronic pain: the actual and perceived ability of patients and health professionals to understand the neurophysiology. *J Pain*. 2003 May;4(4):184-9.
- Moseley GL¹, Butler DS² Fifteen Years of Explaining Pain: The Past, Present, and Future. *J Pain*. 2015 Sep;16(9):807-13. doi: 10.1016/j.jpain.2015.05.005. Epub 2015 Jun 5.
- Nijs J¹, Paul van Wilgen C, Van Oosterwijck J, van Ittersum M, Meeus M. How to explain central sensitization to patients with 'unexplained' chronic musculoskeletal pain: practice guidelines. *Man Ther*. 2011 Oct;16(5):413-8. doi: 10.1016/j.math.2011.04.005. Epub 2011 May 31.
- Nijs J, Meeus M, Cagnie B, Roussel N, Dolphes M, Van Oosterwijck J, Danneels L. (2014). A modern neuroscience approach to chronic spinal pain: combining pain neuroscience education with cognitio-targeted motor control training. *PhysTher*. 94: 1-9.
- O'Sullivan, P. (2005). Diagnosis and classification of chronic low back pain disorders: Maladaptive movement and motor control impairments as underlying mechanism. *Man Ther* 10, 242–255.
- O' Sullivan P., Dankaerts W., O' Sullivan K., Fersum K. (2015). Multidimensional approach for the targeted management of low back pain. *Lumbar Spine*.
- O'Sullivan P. It's time for change with the management of non-specific chronic low back pain. *Br J Sports Med*. 2012;46(4):224-227. doi:10.1136/bjsm.2010.081638.
- O'Sullivan PB, Caneiro JP, O'Keeffe M, Smith A, Dankaerts W, Fersum K *et al*. Cognitive Functional Therapy: An Integrated Behavioral Approach for the Targeted Management of Disabling Low Back Pain. *Phys Ther* 2018; **98**: 408–423.
- O'Sullivan P *et al*. Unraveling the complexity of low back pain. *J. Orthop. Sports Phys. Ther*. 2016;46(11):932-937.
- Overtreating Chronic Back Pain: Time to Back Off? Richard A. Deyo, Sohail K. Mirza, Judith A. Turner and Brook I. Martin *J Am Board Fam Med* January 2009, 22 (1) 62-68; DOI: <https://doi.org/10.3122/jabfm.2009.01.080102>
- Puentedura EJ, Louw A. (2012). A neuroscience approach to managing athletes with low back pain. *Physical Therapy in Sport* 2012; 13: 123-33.
- Puentedura EJ¹, Flynn T². Combining manual therapy with pain neuroscience education in the treatment of chronic low back pain: A narrative review of the literature. *Physiother Theory Pract*. 2016 Jul;32(5):408-14. doi: 10.1080/09593985.2016.1194663. Epub 2016 Jun 30.
- Ruth L. Chimenti, Laura A. Frey-Law, Kathleen A. Sluka. A Mechanism-Based Approach to Physical Therapist Management of Pain. *Phys Ther*. 2018; 98:302–314.
- Sluka *et al*. A mechanism-basead approach to physical therapist management of pain., 2018.
- Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor (SBED). <http://www.sbed.org.br/>
- Woolf CJ. Central sensitization: Implications for the diagnosis and treatment of pain. *PAIN*. 2011.

6. Facilitador | Currículo (breve):

Msc. Pt. Leonardo Avila

Fisioterapeuta - CREFITO 175488-F

Atualmente é Doutorando em Neurociências pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Graduado (2012/2) e Mestre em Fisioterapia pela Universidade do Estado de Santa Catarina UDESC/CEFID (2015/1). Área de concentração do mestrado: Avaliação e Intervenção em Fisioterapia. Além disso, é fundador e diretor científico do Centro Especializado em Dor e Coluna® em Florianópolis/SC desde 2013/2, atuando nas áreas de Neurociências da dor, Cinesioterapia e Recursos Terapêuticos Manuais.

Ainda possui cursos específicos tais como: Mechanical Diagnosis Treatment (MDT) A-B - McKenzie® (A-B); Mulligan Concept®; Conceito Maitland®; Cognitive Functional Therapy® (CFT) - Abordagem Multidimensional Biopsicossocial da Dor (nacional e internacional), e; Treatment Based Classification® (TBC | A-B-C) – Tratamento da Coluna por Sistema de classificação em Subgrupos - com endosso pelo University of Pittsburgh (EUA) e Dry Needling.

Ademais, é membro e pesquisador do Laboratório de Neurobiologia da dor e da inflamação - UFSC - LANDI | Pesquisa Clínica (linha de pesquisa: Neurobiologia da Dor e Inflamação), Diretor Científico da Associação Catarinense de Estudo da Dor (ACED) (Gestão: 2018/19) e diretor técnico do Coffee with Science - Grupo de Estudos da Dor (CWS).

Por fim, além de pesquisador é clínico e atende em seu consultório (Centro Especializado em Dor e Coluna®) anexo a Ideal Espaço Saúde em Florianópolis – Santa Catarina.

7. Contatos:

- Whatsapp: (48) 99909-9363
- E-mail: dorecoluna@gmail.com
- Plataforma on-line: www.dorecoluna.com.br
- Instagram: @dorecoluna
- Twitter: @dorecoluna
- Podcast (Spotify e Itunes):
https://open.spotify.com/show/1gvxqFQs2TVU9sXA1zx7fN?si=Oop_TkxGSL2qW-f0f3dTQA
- Youtube:
https://www.youtube.com/channel/UCyg5MORsSybJr8b1xzWve2w?view_as=subscriber
- Facebook: <https://www.facebook.com/dorecoluna/>

Oferecimento:

Centro Especializado em Dor e Coluna | Florianópolis | Santa Catarina

@dorecoluna