



Fisioterapia Psicossomática: a relação entre o Corpo e a Mente

A pessoa que sente dores crônicas, pode desenvolver depressão ou vice-versa, e o fisioterapeuta adepto ao Modelo Biopsicossocial, tem um papel fundamental nesse processo, ajudando o paciente a estabelecer a relação entre a mente e o corpo, ou seja, os aspectos emocionais e físicos.

“Começou-se a observar que muitos pacientes com ansiedade, estresse emocional, depressão, problemas familiares, que sentem dificuldade de interação social, ou os que têm medo de realizar atividades físicas, são mais suscetíveis a terem dores crônicas do que os pacientes que têm hérnia de disco, dor lombar, artrose de joelho, dentre outras, portanto a necessidade de intervenções que abordem o paciente como um todo”, explica Dr. Edson Santiago, fisioterapeuta especialista em Musculoesquelética e Pesquisador em Dor pela Santa Casa de São Paulo.

Anteriormente as dores eram tratadas apenas fisicamente, causa e efeito: o modelo biomédico. O paciente encontra a cura física, porém, após um breve período de tempo, a dor retorna. Hoje, acredita-se em um modelo mais humanizado para uma cura definitiva, o tratamento biopsicossocial. “O tratamento tradicional envolve tratar a causa, já o modelo biopsicossocial vai além, existe uma preocupação com a compreensão do comportamento humano, dedicando-se à relação entre corpo e mente. É um atendimento altamente personalizado, onde o mais importante é ouvir o paciente e torná-lo parte ativa no processo, para a partir daí, traçar os objetivos”, diz.

Ao aceitar tornar-se parte do procedimento de reabilitação, o paciente faz-se colaborativo em sua avaliação biopsicossocial, feita com auxílio de questionários, onde são investigados os impedimentos nas funções e na estrutura do corpo (possibilidades físicas), fatores sociais (como se comporta) e os aspectos psicológicos (stress, ansiedade, depressão), para que o fisioterapeuta possa identificar de onde

vem os distúrbios causadores de sua dor.

“As intervenções são muito particulares em cada caso, mas no geral, a maior necessidade é explicar exatamente ao paciente que o aumento da dor não quer dizer necessariamente um aumento de sua lesão, é preciso fazê-lo perder o medo e incentivá-lo a se manter ativo, (Educação em dor), pois a intenção de melhora tem que vir de iniciativa própria. Entretanto, não são descartadas a necessidade de fortalecimento muscular e de recursos analgésicos”, completa Dr. Edson.

Dr. Edson Santiago é fisioterapeuta especialista em musculoesquelética e Pesquisador em Dor pela Santa Casa de São Paulo.

[Fonte: Segs Saúde](#)

[Read More](#)
