



**CONFORME SOLICITAÇÃO DO AUTOR, ESTA  
PRODUÇÃO INTELECTUAL POSSUI  
RESTRIÇÃO DE ACESSO**

**CAXIAS DO SUL  
2024**



**A INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NO ENFRENTAMENTO DA DOR CRÔNICA  
E A VIVÊNCIA DOS QUE SOFREM**

**Ceneida Ferraiuli Paes**

**Caxias do Sul, 2024**

UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL  
ÁREA DO CONHECIMENTO DE HUMANIDADES  
CURSO DE MESTRADO PROFISSIONAL EM PSICOLOGIA

**A INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NO ENFRENTAMENTO DA DOR CRÔNICA  
E A VIVÊNCIA DOS QUE SOFREM**

Dissertação de Mestrado apresentada à banca examinadora do programa de Pós-Graduação em Psicologia – Curso de Mestrado Profissional da Universidade de Caxias do Sul – como requisito parcial para obtenção do título de Mestra em Psicologia. Linha de Pesquisa: Diagnóstico e Intervenções Clínicas em Contextos Psicossociais. Orientadora: Profa. Dra. Alice Maggi

Ceneida Ferraiuoli Paes

**Caxias do Sul, 2024**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
Universidade de Caxias do Sul  
Sistema de Bibliotecas UCS - Processamento Técnico

P126i Paes, Ceneida Ferraiuoli  
A intervenção psicológica no enfrentamento da dor crônica e a vivência dos que sofrem [recurso eletrônico] / Ceneida Ferraiuoli Paes. – 2024.  
Dados eletrônicos.  
Dissertação (Mestrado) - Universidade de Caxias do Sul, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, 2024.  
Orientação: Alice Maggi.  
Modo de acesso: World Wide Web  
Disponível em: <https://repositorio.ucs.br>  
1. Dor crônica. 2. Psicologia. 3. Dor - Aspectos psicológicos. I. Maggi, Alice, orient. II. Título.

CDU 2. ed.: 616.8-009-7

Catalogação na fonte elaborada pela(o) bibliotecária(o)  
Carolina Machado Quadros - CRB 10/2236



*A INTERVENÇÃO PSICOLÓGICA NO ENFRENTAMENTO DA DOR CRÔNICA E A  
VIVÊNCIA DOS QUE SOFREM*

**Ceneida Ferraiuoli Paes**

Dissertação de Mestrado submetida à Banca Examinadora designada pela Coordenação do Programa de Pós-Graduação em Psicologia – Mestrado Profissional, da Universidade de Caxias do Sul, como parte dos requisitos necessários para obtenção do título de Mestre em Psicologia. Linha de Pesquisa: Diagnóstico e Intervenções Clínicas em Contextos Psicossociais.

Caxias do Sul, 23 de fevereiro de 2024

Banca Examinadora:

Profa. Dra. Alice Maggi (Presidenta)  
Universidade de Caxias do Sul

Profa. Dra. Ana Maria Paim Camardelo  
Universidade de Caxias do Sul

**Participação por videoconferência**

Profa. Dra. Valesca do Rosário Campista  
Universidade Estácio de Sá

## AGRADECIMENTOS

À minha mãe, Luísa, meu suporte diário e meu maior exemplo.

Ao *mio nonno*, por todas as vezes que segurou minha mão para me levar à escola, pelos 25 anos garantindo gargalhadas diárias e pelos 18 anos que vem sendo meu anjo da guarda.

À minha família por todo suporte e apoio em todos os momentos, em especial minhas irmãs e meus sobrinhos – Pedro, Maria, Mariana, Hugo e Bem – por serem os melhores presentes que a vida me deu.

A todo corpo docente do PPGPSI/UCS, pelos ensinamentos e afetos. Agradecimento especial à minha orientadora Dra. Alice Maggi, pelas orientações e trocas essenciais durante todo o percurso e, também, por ter sido calma em meio às minhas tempestades e pela paciência diante das minhas impaciências.

Aos colegas, companheiros do ‘vagão mestrado’, no trem da vida. Conseguimos: seguimos “com”! Afinal, como já dizia Raul, um sonho para ser realidade, tem que ser sonhado junto.

À querida Rejane, por nos representar e presentear com sua amizade.

Às professoras Dra. Ana Maria Paim Camardelo e Dra. Valesca do Rosário Campista, por terem aceitado participar das bancas de qualificação e defesa, contribuindo imensuravelmente para o desenvolvimento desse trabalho.

Aos participantes da pesquisa, que aceitaram dividir um pouco de suas vivências, dando o verdadeiro sentido a esse estudo.

Às minhas amigas Gabi, Dani, Carolina e Caroline, por fazerem parte da minha vida. Por serem como são e me aceitarem como sou.

E, por último, mas nem de longe menos importante, ao Pipoca. Meu amor, minha vida, meu sorriso, minha força, meu motivo, meu exemplo, minha melhor companhia.

Até bem pouco tempo atrás poderíamos mudar o mundo. Quem roubou nossa coragem? Tudo é dor e toda dor vem do desejo de não sentir dor.

Renato Russo

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO .....	12
2 DOR: UMA EXPERIÊNCIA COMPLEXA E MULTIFACETADA .....	17
2.1 A Dor como Quinto Sinal Vital .....	22
2.1.1 Instrumentos unidimensionais da dor .....	23
2.1.2 Instrumentos multidimensionais da dor .....	23
2.2 Prevalência da Dor Crônica no Brasil .....	24
3 DOR E PSICOLOGIA .....	29
3.1 Intervenções Psicológicas .....	32
3.1.1 A dor sob a ótica da Psicanálise .....	32
3.1.2 Dor e Terapia Comportamental / Behaviorismo .....	35
3.1.3 Terapia Cognitiva e Terapia Cognitivo-comportamental .....	37
4 MÉTODO .....	40
4.1 Delineamento .....	40
4.2 Participantes .....	40
4.3 Instrumentos e Procedimentos .....	42
4.4 Análise de Conteúdo .....	44
5 APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS .....	47
5.1 Raio X da Dor Crônica .....	47
5.1.1 Características gerais da dor .....	47
5.1.2 Itinerário terapêutico .....	50
5.1.3 Acolhimento Profissional .....	54
5.2 Convivendo com a Dor Crônica .....	57
5.2.1 A experiência dolorosa .....	58
5.2.2 Comportamento da dor .....	60
5.2.3 Saúde mental e dor crônica .....	63
5.3 Psicologia e Dor Crônica .....	66
5.3.1 Tratamento Psicológico .....	67
5.3.2 Conhecimento do psicólogo no campo da dor crônica .....	70
6 PROJETO “CAMPOS ACOLHEDORES” .....	74
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	79
REFERÊNCIAS .....	83
ANEXOS .....	88

## ANEXOS

ANEXO A. Termo de Consentimento Livre e Esclarecido .....	88
ANEXO B. Questionário Formulado para a Pesquisa .....	90
ANEXO C. Parecer Final do Comitê de Ética em Pesquisa .....	93

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1. As Perspectivas Teóricas da Dor e suas Características .....	18
Tabela 2. Classificação da Dor, segundo a Temporalidade .....	21
Tabela 3. Características da Dor Crônica no Brasil: Comparativo entre os sexos .....	25
Tabela 4. Contribuições de Freud para a Compreensão da Dor .....	33
Tabela 5. Perfil dos Participantes da Pesquisa .....	42
Tabela 6. Categorização, Subcategorização e Foco de Análise .....	45
Tabela 7. Relação de Diagnóstico entre os Participantes da Pesquisa .....	48
Tabela 8. Raio X da Dor dos Participantes da Pesquisa .....	49
Tabela 9. Compreensão dos Participantes da Pesquisa quanto a Relação entre Emoção e Dor e o quadro Psicológico por eles apresentado .....	64
Tabela 10. A intervenção psicológica no tratamento da dor crônica, pela lente dos que sofrem .....	68

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Escalas Unidimensionais de Avaliação da Dor .....	23
Figura 2. Mapa da Dor por Região Brasileira .....	25
Figura 3. Impacto da Dor Crônica nas Atividades Diárias de Brasileiros .....	26
Figura 4. Lógica de Ramificação do Questionário Aplicado .....	43
Figura 5. Tempo para Definição Diagnóstica dos Participantes da Pesquisa .....	51
Figura 6. Vertentes Fisiológicas e Psicológicas do Comportamento Doloroso .....	61
Figura 7. Manifestações Psíquicas e Comportamentais entre os Participantes da Pesquisa.	63
Figura 8. Experiência dos Participantes da Pesquisa em Serviços Psicológicos .....	67
Figura 9. Arte Urbana: Grafite e Cartaz lambe-lambe .....	75
Figura 10. Capa do e-book em elaboração .....	76
Figura 11. Rede Social <i>Instagram</i> .....	76
Figura 12. <i>Google drive</i> : Disponibilização de materiais .....	77
Figura 13. <i>Quizlet</i> : Plataforma de Ensino Digital .....	77

## RESUMO

Embora a dor sempre tenha feito parte da vida dos seres humanos, os estudos para sua compreensão iniciaram já na metade do século XIX. A dor é uma experiência pessoal, sensitiva e emocional desagradável, influenciada por diversos fatores, exigindo uma avaliação biopsicossocial. Quanto à temporalidade, a dor pode ser aguda ou crônica. Quando crônica, ela deixa de ser um sintoma e se torna a própria doença. A dor crônica é um problema de saúde global, afetando milhares de pessoas em todo o mundo. No Brasil, aproximadamente 60 milhões de pessoas sofrem com dor crônica. O aporte teórico aborda o fenômeno doloroso em todas as suas dimensionalidades, bem como sua relação com a psicologia, discorrendo sobre as contribuições das principais abordagens psicológicas no tratamento da dor. Muitos profissionais e pacientes ainda não compreendem a relação entre dor e psicologia. O objetivo geral da pesquisa é compreender como os pacientes que sofrem com dor crônica percebem a psicologia em seu tratamento. Trata-se de um estudo qualitativo exploratório. Para a coleta de dados, foram utilizados questionários, via plataforma *survey monkey*. O link de acesso ao questionário fora disparado, nas redes sociais, em grupos para pessoas com dores crônicas e repassados a pessoas conhecidas, que repassavam para outras, constituindo o formato bola de neve. Para garantir os critérios de inclusão, fora aplicado uma lógica de ramificação aos questionários. Para dar prosseguimento, era necessário aceitar o Termo de Consentimento Livre e esclarecido, ter dor crônica por no mínimo seis meses e ter entre 18 e 60 anos de idade. Para análise dos resultados fora utilizada a técnica proposta por Bardin (2011), sendo estabelecidas três grandes categorias, as quais foram subdivididas em subcategorias, conforme foco de análise. Entre os vinte entrevistados, dezenove afirmaram que, após o surgimento das dores, desenvolveram alguma patologia psíquica, sendo a depressão e a ansiedade as com maior prevalência. Além disso, todos os participantes apresentam algum grau de frustração e impotência. O acompanhamento psicológico é considerado fundamental para muitos dos participantes, auxiliando no processo de aceitação, no manejo e enfrentamento do dor e suas dificuldades. Conforme relato dos participantes, o acolhimento recebido pelos profissionais de saúde pode impactar positivamente no tratamento, assim como, a falta dele, pode ser um fator prejudicial. Todos os participantes acreditam que as emoções influenciam na dor, mesmo aqueles que não veem a psicologia como uma possibilidade de tratamento, seja por desconhecimento, seja por experiências passadas negativas. Visto que a educação em dor pode auxiliar na adesão aos tratamentos propostos, fora criado o projeto “Campos AcholheDores”.

**PALAVRAS-CHAVE:** Dor crônica; Intervenção psicológica; Psicologia

## ABSTRACT

Although pain has always been part of the life of human beings, studies to understand it began in the mid-nineteenth century. Pain is an unpleasant personal, sensitive and emotional experience, influenced by several factors, requiring a biopsychosocial assessment. As for temporality, pain can be acute or chronic. When chronic, pain ceases to be a symptom, becoming the disease itself. Chronic pain is considered a global health problem, affecting thousands of people around the world. In Brazil, approximately 60 million people suffer from chronic pain. The theoretical contribution addresses the painful phenomenon in all its dimensions, as well as its relationship with psychology, discussing the contributions of the main psychological approaches in the pain's treatment. Many professionals and patients still do not understand the relationship between pain and psychology. The overall goal of the research is to understand how patients suffering from chronic pain perceive psychology in their treatment. This is a qualitative exploratory study. For data collection, questionnaires were used, via the survey monkey platform. The link to access the questionnaire was sent on social networks in groups for people with chronic pain and passed on to acquaintances, who passed it on to others, constituting the snowball format. To proceed, it was necessary to accept the Free and Informed Consent Form, have chronic pain for at least six months, and be between 18 and 60 years old. For the analysis of the results, the technique proposed by Bardin (2011) was used, and three major categories were established, which were subdivided into subcategories, according to the focus of analysis. Among the twenty interviewees, nineteen stated that, after the onset of pain, they developed some psychic pathology, with depression and anxiety being the most prevalent. In addition, all participants show some degree of frustration and powerlessness. Psychological counseling is considered fundamental for many of the participants, helping in the acceptance, management pain's process and their difficulties. According to the participants' reports, the reception received by health professionals can have a positive impact on treatment, as well as the lack of it, which can be harmful. All participants believe in the influence of emotions on pain, even those who do not see psychology as a possible treatment, either due to lack of knowledge, or because of negative past experiences. Believing that pain education can help in adherence to the proposed treatments, was created "Campos AcholheDores" project, which aims to educate and raise awareness about the painful experience.

**KEYWORDS:** Chronic Pain, Psychological Intervention, Psychology