

DOI: 10.35621/23587490.v12.n1.p1591-1601

O PAPEL DO FISIOTERAPEUTA NA PROMOÇÃO DA ADESÃO AO TRATAMENTO EM PACIENTES COM DOENÇAS REUMÁTICAS

THE ROLE OF THE PHYSIOTHERAPIST IN PROMOTING ADHERENCE TO TREATMENT IN PATIENTS WITH RHEUMATIC DISEASES

Barbara Machado Flores¹

Bruna Bosio²

Jhenifer Leticia Vieira³

Matheulli Guilherme Correa de Andrade⁴

RESUMO: As doenças reumatológicas representam um grupo de doenças crônicas que afetam o sistema musculoesquelético, impactando significativamente a qualidade de vida dos pacientes. A adesão ao tratamento fisioterapêutico e à prática regular de exercícios é essencial para a melhoria dos sintomas e funcionalidade desses indivíduos. No entanto, a adesão ao tratamento ainda é um desafio, exigindo estratégias específicas dos fisioterapeutas para promover maior engajamento dos pacientes. Assim, o presente estudo tem como objetivo analisar as estratégias adotadas por fisioterapeutas para incentivar a adesão ao tratamento em pacientes com doenças reumáticas. **Objetivo:** analisar as estratégias adotadas por fisioterapeutas para promover a adesão ao tratamento em pacientes com doenças reumáticas. **Método:** Uma revisão sistemática foi realizada em bases de dados da MEDLINE, Scielo e LILACS, considerando dados publicados em pesquisas originais entre 2019 e 2024, nos idiomas inglês e português. **Resultados:** As estratégias identificadas para promover a adesão ao tratamento fisioterapêutico incluíram a personalização dos programas de exercício, o uso de técnicas motivacionais, educação em saúde e abordagens multicomponentes que combinam terapia cognitivo-comportamental, educação sobre dor e exercício terapêutico. A abordagem multicomponente resultou em melhora significativa na dor, funcionalidade e adesão dos pacientes ao tratamento a longo prazo. No entanto, também foi observado que pacientes com sintomas depressivos graves tendem a apresentar maior taxa de desistência, destacando a importância de avaliação psicológica e suporte emocional.

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Fundação de Brusque - UNIFEBE.

² Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Fundação de Brusque - UNIFEBE.

³ Acadêmica do Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Fundação de Brusque - UNIFEBE.

⁴ Docente do Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Fundação de Brusque - UNIFEBE.

Conclusão: A adesão ao tratamento em pacientes com doenças reumáticas pode ser otimizada por meio de intervenções personalizadas, educação em saúde e abordagens psicossociais. A atuação do fisioterapeuta deve abranger aspectos físicos e emocionais, promovendo uma relação de confiança com o paciente. O suporte motivacional e o acompanhamento regular são essenciais para garantir o engajamento contínuo, reforçando a importância do tratamento para o bem-estar e a autonomia do paciente.

Palavras-chave: Fisioterapeuta, Adesão, Tratamento, Doenças Reumatológicas.

ABSTRACT: *Rheumatologic diseases represent a group of chronic conditions that affect the musculoskeletal system, significantly impacting patients' quality of life. Adherence to physiotherapeutic treatment and regular exercise is essential for improving symptoms and functionality in these individuals. However, treatment adherence remains a challenge, requiring specific strategies from physiotherapists to promote greater patient engagement. Thus, this study aims to analyze the strategies adopted by physiotherapists to encourage treatment adherence in patients with rheumatic diseases. **Objective:** To analyze the strategies adopted by physiotherapists to promote treatment adherence in patients with rheumatic diseases. **Method:** A systematic review was conducted in the MEDLINE, Scielo, and LILACS databases, considering original research published between 2019 and 2024 in English and Portuguese. **Results:** The identified strategies to promote adherence to physiotherapeutic treatment included personalized exercise programs, the use of motivational techniques, health education, and multicomponent approaches that combine cognitive-behavioral therapy, pain education, and therapeutic exercise. The multicomponent approach resulted in significant improvements in pain, functionality, and long-term patient adherence to treatment. However, it was also observed that patients with severe depressive symptoms tend to have higher dropout rates, highlighting the importance of psychological assessment and emotional support. **Conclusion:** Treatment adherence in patients with rheumatic diseases can be optimized through personalized interventions, health education, and psychosocial approaches. Physiotherapists should address both physical and emotional aspects, fostering a trusting relationship with patients. Motivational support and regular follow-up are essential to ensure continuous engagement, reinforcing the importance of treatment for the patient's well-being and autonomy.*

Keywords: *Physiotherapist, Adherence, Treatment, Rheumatologic Diseases.*

INTRODUÇÃO

As doenças reumatológicas representam um grupo de doenças crônicas que acometem o sistema musculoesquelético, incluindo músculos, articulações, ossos e tecidos conjuntivos. Essas condições são frequentemente caracterizadas por processos inflamatórios, dor crônica e perda de função, impactando na qualidade de vida dos pacientes. Dentre as principais doenças crônicas não transmissíveis, doenças reumáticas são consideradas umas das mais prevalentes dentro do território brasileiro, sendo o sexo feminino o mais acometido (SERRAT, *et al.*, 2021; CARVALHO *et al.*, 2018).

Para pacientes adultos com condições crônicas, é de suma importância que estejam aptos à atividade física regular promovendo sua saúde. Com um planejamento estruturado e planejado, caso preciso uma manutenção com o foco em aumento da capacidade cardiorrespiratória, aumento de força, resistência muscular e flexibilidade tem se mostrado um comportamento importante para o tratamento de doenças reumáticas, a adesão ao exercício físico tem alcançado resultados positivos (SWÄRDH, *et al.*, 2021).

O papel do fisioterapeuta torna-se crucial no tratamento de doenças reumatológicas. Intervenções baseadas em evidências, que incluem exercícios de fortalecimento, alongamento, educação sobre a dor e exercícios aeróbicos, têm demonstrado eficácia melhorando o bem-estar dos pacientes. A implementação de programas de exercícios e intervenções multicomponentes é uma estratégia recomendada para otimizar os resultados terapêuticos. (SERRAT, *et al.*, 2021; FERRÁNDEZ-GÓMEZ, *et al.*, 2024).

Além disso, a adesão do paciente ao tratamento fisioterapêutico e farmacológico é um fator determinante para a sua melhoria a longo prazo. Pacientes que têm domínio de sua condição e recebem o suporte educacional adequado tendem a se envolver mais ativamente no processo de tratamento. Este comprometimento, aliado ao cuidado contínuo dos profissionais da área da saúde, é de suma importância

para proporcionar aos pacientes uma orientação eficaz sobre sua condição e aumentar sua confiança no manejo da doença (FERRÁNDEZ-GÓMEZ, *et al.*, 2024).

Portanto, compreender e otimizar a adesão ao tratamento emerge como um dos principais desafios na manipulação das doenças reumatológicas. A promoção de uma abordagem colaborativa entre pacientes e profissionais de saúde pode ser determinante para alcançar melhores resultados e melhorar a qualidade de vida dos mesmos (SWÄRDH, *et al.*, 2021). Contudo, o objetivo presente dessa pesquisa será analisar as estratégias adotadas por fisioterapeutas para promover a adesão ao tratamento em pacientes com doenças reumáticas.

METODOLOGIA

A pesquisa é caracterizada por uma revisão integrativa, através de um levantamento bibliográfico, tendo como base a definição do tema e elaboração da questão norteadora de pesquisa: Qual o papel do fisioterapeuta na adesão de pacientes com doenças reumáticas ao seu tratamento. Foram utilizadas as bases de dados: MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online/PubMed), LILACS (Literatura científica e técnica da América Latina e Caribe/BVS - Biblioteca Virtual em Saúde) e Scielo (Scientific Electronic Library Online). A estratégia de busca foi realizada utilizando os seguintes descritores: Fisioterapeuta, Adesão, Tratamento, Doenças Reumatológicas e Physiotherapist, Adherence, Treatment, Rheumatic Diseases.

Os critérios de inclusão foram estudos publicados a partir de 2019 até 2024, de pesquisas originais, disponíveis na íntegra e escritos nos idiomas inglês e português. Como critérios de exclusão, foram estabelecidos com a finalidade de evitar possíveis distorções, excluindo assim publicações antes de 2019, pesquisas de outros tipos (trabalho de conclusão de curso, revisões e pesquisa que não apresentassem relação com o tema da pesquisa).

RESULTADOS

A pesquisa nas bases de dados foi realizada de maneira ordenada e eficaz. Na base MEDLINE, iniciamos com uma busca abrangente que resultou em 23 artigos relevantes. Aplicando os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos previamente, foram retidos 4 artigos para uma análise mais aprofundada. Desses, após uma leitura minuciosa dos resumos, 2 artigos foram selecionados por suas contribuições significativas ao tema em questão. Na base do LILACS, a pesquisa inicial revelou 4 artigos. Após a leitura dos resumos, 3 desses artigos foram escolhidos para uma avaliação, mas foram descartados após análise mais aprofundada por não serem relevantes ao tema de pesquisa. Na base Scielo, foram encontrados 2 artigos, que foram lidos posteriormente, porém, nenhum deles foi utilizado na pesquisa.

No quadro abaixo, estão descritos os artigos selecionados para a pesquisa bibliográfica, podendo observar os principais resultados pelos autores em relação a promoção da adesão ao tratamento fisioterapêutico de pacientes reumáticos.

Quadro 1: Características dos estudos analisados e incluídos.

Autor/Ano	Título	Objetivo	Metodologia	Resultados
SWARD <i>et al.</i> , 2021.	Compreendendo a promoção do exercício em doenças reumáticas: um estudo qualitativo entre fisioterapeutas.	Compreender como os fisioterapeutas promovem exercícios e encorajam a adesão em pacientes com doenças reumáticas.	Estudo qualitativo com entrevistas com fisioterapeutas e observação de sessões de tratamento.	A personalização dos programas de exercícios, considerando a condição clínica e as limitações dos pacientes, demonstrou aumentar a adesão. Os fisioterapeutas que empregaram técnicas motivacionais e educação em saúde relataram melhores resultados na adesão dos pacientes.
SERRAT <i>et al.</i> , 2021	Eficácia de um tratamento multicomponente baseado em Educação em Neurociência da dor, Exercício Terapêutico, Terapia cognitivo-	Avaliar a eficácia de um tratamento multicomponente em pacientes com fibromialgia, incluindo educação e terapia física.	Estudo experimental com design de grupo controle aleatório.	O tratamento multicomponente que integrou educação sobre dor, exercícios terapêuticos e terapia cognitivo-comportamental, demonstrou eficácia significativa na redução de sintomas e na melhoria da qualidade de vida, com

	comportamental e atenção plena em Pacientes com fibromialgia (Estudo FIBROWALK): Um ensaio clínico randomizado controlado.			pacientes relatando melhor manejo da dor e aumento da funcionalidade.
--	--	--	--	---

Fonte: Autor (2024).

DISCUSSÃO

Os resultados da pesquisa destacam a importância da adesão ao tratamento em pacientes com doenças reumáticas, mostrando que tanto as estratégias terapêuticas adotadas pelos fisioterapeutas quanto os fatores contextuais influenciam diretamente os resultados no manejo dessas condições crônicas.

O tratamento com a fisioterapia é um assunto amplamente abordado, é de suma importância que os fisioterapeutas estejam cientes das melhores condutas a serem realizadas. A adesão às práticas clínicas e a efetividade na promoção do exercício requerem não apenas conhecimento técnico, mas também habilidades em comunicação e suporte motivacional, aspectos que influenciam a continuidade e a eficácia do tratamento (FERRÁNDEZ-GÓMEZ, *et al.*, 2024).

As estratégias para aumentar a adesão ao tratamento devem ir além da simples prescrição de exercícios. Elas incluem intervenções educacionais e motivacionais que fortalecem o envolvimento ativo do paciente. A educação em saúde é fundamental para capacitar os pacientes a entenderem sua condição e a importância de seguir o tratamento prescrito. Isso não só melhora a adesão, mas também promove maior autoconfiança na gestão da própria saúde (FERRÁNDEZ-GÓMEZ, *et al.*, 2024).

Com toda a personalização dos programas de reabilitação, ajustando-se às necessidades específicas de cada paciente, tem mostrado ser um fator determinante no sucesso das intervenções fisioterapêuticas. A promoção da autonomia é fundamental para garantir que o paciente se sinta capaz de gerenciar sua condição e desenvolvendo sua independência (SWÄRDH, *et al.*, 2021).

Uma abordagem eficaz no tratamento fisioterapêutico de doenças reumatológicas envolve uma comunicação clara e contínua entre o fisioterapeuta e o paciente. A personalização do tratamento, que leva em consideração não apenas as condições clínicas, mas também as circunstâncias sociais e emocionais do paciente, tem se mostrado essencial para maximizar a adesão ao tratamento. A construção de uma relação de confiança, onde o paciente se sente ouvido e compreendido, facilita o comprometimento com o tratamento. Além disso, o uso de técnicas motivacionais, como o reforço positivo e a definição de metas realistas, contribui significativamente para o engajamento do paciente no processo de reabilitação (PEREIRA, *et al.*, 2023).

Fatores como dor crônica, fadiga, comorbidades e limitações físicas que, na maior parte das vezes, são uns dos sintomas de doenças reumatológicas podendo atuar como barreiras para adesão, enquanto o suporte social, estratégias educacionais e monitoramento regular são identificados como facilitadores. Por exemplo, o uso de diários para monitorar exercícios foi descrito como uma estratégia eficaz para promover a autorreflexão e aumento da autonomia do paciente (SWÄRDH, *et al.*, 2021).

O foco na dor crônica é uma constante na literatura sobre o tratamento de doenças reumáticas. A neurociência da dor tem sido aplicada em intervenções educacionais para ajudar os pacientes a entenderem os mecanismos subjacentes da dor, promovendo uma abordagem mais positiva e eficaz no seu manejo. Combinadas com técnicas como *mindfulness* e terapia cognitivo-comportamental, essas intervenções têm demonstrado potencial para reduzir a carga emocional associada às doenças reumáticas e melhorar os resultados funcionais (SERRAT, *et al.*, 2021).

O treinamento multicomponente, que a depender do objetivo terapêutico combina diferentes tipos de exercícios como, aeróbico, força, flexibilidade, equilíbrio e aptidão física, tem apresentado eficácia na promoção da saúde. Este treinamento mostrou que possui efeitos significativos em 12 semanas, com uma melhora substancial no comprometimento funcional, dor, cinesiofobia e função física. Os efeitos tiveram resultados relevantes, indicando a eficácia da intervenção quando comparada ao tratamento usual, que predominantemente é farmacológico, foi

observado também melhoras na fadiga, ansiedade e sintomas depressivos (SERRAT *et al.* 2021; LINHARES, *et al.*, 2022).

Na terapia multicomponente em fibromialgia o qual mostrou uma desistência associada devido a depressão grave, alertando a importância de avaliação dos níveis de depressão, indicando a necessidade de personalizar abordagens terapêuticas nos aspectos psicológicos dos pacientes. Os resultados se firmaram, mesmo no acompanhamento aos 6 e 9 meses, apesar de uma leve piora dos sintomas ao longo do tempo. Existem algumas razões para a perda de eficácia do tratamento multicomponente, como o fato dos pacientes não comparecerem mais a sessões semanais ou ter reduzido a prática em casa (SERRAT *et al.* 2021).

Em relação ao estudo destaca a importância de não utilizar fármacos no tratamento da fibromialgia, focando em uma abordagem multicomponente para melhorar os sintomas físicos e psicológicos. Visto que pacientes com sintomas depressivos tendem a responder menos à intervenção fisioterapêutica, é de suma importância observar os pacientes em uma perspectiva geral para aumentar os benefícios do tratamento (SERRAT *et al.* 2021).

Sendo uma abordagem inovadora que ainda não havia sido amplamente testada para fibromialgia, propondo um tratamento multicomponente, juntamente com a educação em neurociência, exercício terapêutico e terapia cognitivo-comportamental (SERRAT *et al.* 2021).

O estudo de SWÄRDH *et al* (2021), realizado por fisioterapeutas promovendo exercícios para pacientes com doença reumática, assim identificando um quadro com os principais pontos de compreensão de promoção de exercícios, com abordagens distintas, e o incentivo do fisioterapeuta para a prática de atividade física.

A primeira categoria de Informação e Monitoramento do Comportamento onde o fisioterapeuta assumiu o papel de especialista instruindo o paciente, estimulando a iniciar e dar continuidade a prática dos exercícios, fornecendo estrutura e supervisionando, com o intuito de liberar serotonina, melhora muscular, benefícios musculares entre outros. A estratégia dessa categoria é que o fisioterapeuta verifique a frequência e a qualidade dos exercícios executados, reforçando o compromisso do paciente com a atividade física, fazendo com que o paciente se sinta estimulado

positivamente para que o mesmo apresente um resultado melhor (SWÄRDH *et al*, 2021).

Já na segunda categoria de Promoção do Exercício e a Construção de Habilidades o fisioterapeuta busca que o paciente construa habilidades e aprenda a realizar exercícios independentemente e com segurança. O objetivo dessa categoria seria capacitar o paciente entendendo o papel fundamental do exercício e encorajar o mesmo a realizar exercícios sem supervisão do fisioterapeuta, experimentando diversos tipos de exercícios e a incorporar a prática de atividades físicas no seu dia-a-dia (SWÄRDH *et al*, 2021).

A terceira categoria seria a Cocriação de Conscientização, definida pela igualdade entre fisioterapeuta e paciente, que buscam juntos entender a importância do exercício no tratamento e na melhora da qualidade de vida. Seu objetivo é elaborar uma percepção no paciente sobre os benefícios do exercício para a sua saúde e ajudá-lo a identificar metas realistas para sua realidade. Já o fisioterapeuta se prontifica como um parceiro e colaborador, promovendo uma tomada de decisão compartilhada sobre a importância do exercício na vida do paciente (SWÄRDH *et al*, 2021).

Na última categoria temos o Desenvolvimento de Independência e Autorreflexão visando autonomia do paciente, e capacitando-o a tomar controle sobre seu comportamento de exercício e assim refletindo a importância dessa prática. O fisioterapeuta utiliza técnicas que incentivam a auto eficácia, como diários de exercício e pedômetros, com o intuito que o paciente possa monitorar seu progresso e ajustar a prática conforme a necessidade do paciente. Seu objetivo é elevar a autoconfiança e autorreflexão para gerenciar sua condição de forma proativa (SWÄRDH *et al*, 2021).

O estudo qualitativo sobre a promoção do exercício em doenças reumáticas destaca contribuições relevantes para prática clínica e entendimento da promoção do exercício físico. Sua significância explora as diversas maneiras as quais os fisioterapeutas compreendem e constituem a promoção do exercício, refletindo abordagens que variam de controle externo a incentivo para autogestão (SWÄRDH *et al*, 2021).

Este estudo realça a importância de métodos focados nas necessidades individuais de cada paciente, identificando qual a motivação que mais se adapta ao

indivíduo, ajustando o plano de conduta para a realidade e interesse particular do paciente. Recomenda-se que futuras pesquisas envolvam a expectativa dos próprios pacientes, promovendo uma adesão maior e melhorando cada vez mais o desempenho do paciente (SWÄRDH *et al*, 2021).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A combinação de intervenções personalizadas, educação em saúde e abordagens psicossociais se destaca como um caminho eficaz para melhorar a adesão ao tratamento em pacientes com doenças reumáticas. É fundamental que os fisioterapeutas adotem uma abordagem abrangente que considere tanto os aspectos físicos quanto emocionais do paciente para maximizar os resultados. Além disso, a construção de uma relação de confiança entre o paciente e o fisioterapeuta é essencial para incentivar o engajamento contínuo. O suporte motivacional e o acompanhamento regular são ferramentas fundamentais para manter a adesão ao longo do tempo, assegurando que o paciente sinta-se amparado e compreenda a importância do tratamento para seu bem-estar e autonomia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARVALHO, F. *et al.* Perfil Epidemiológico E Clínico Dos Pacientes Com Doenças Reumáticas Atendidos Pela Fisioterapia Na Cidade De Goiânia. **Enciclopédia Biosfera**, [S.L.], v. 15, n. 28, p. 1280-1288, 3 dez. 2018.

FERRÁNDEZ-GÓMEZ, J. É. *et al.* Physiotherapists' adherence to clinical practice guidelines in fibromyalgia: a cross-sectional online survey. **Rheumatology International**, 2024.

LINHARES, D. G. *et al.* Efeitos do treinamento físico multicomponente na saúde de mulheres idosas com osteoporose: uma revisão sistemática e meta-análise. **Revista Internacional de Pesquisa Ambiental e Saúde Pública**, v. 21, pág. 14195, 2022.

PEREIRA, A. *et al.* Adesão ao tratamento e qualidade de vida em pacientes pediátricos com doenças crônicas. **Jornal de Pediatria**, v. 99, n. 1, p. 1-7, 2023.

SERRAT, M. *et al.* Effectiveness of a multicomponent treatment based on pain neuroscience education, therapeutic exercise, cognitive behavioral therapy, and mindfulness in patients with fibromyalgia: a randomized controlled trial. **Physical Therapy & Rehabilitation Journal**, 2021.

SWÄRDH, E. *et al.* Understanding exercise promotion in rheumatic diseases: a qualitative study among physical therapists. **Physiotherapy Theory and Practice**, 2021.