

FISIOTERAPIA ASSOCIADA À EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO MANEJO DA DOR CRÔNICA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

PHYSIOTHERAPY COMBINED WITH HEALTH EDUCATION IN THE MANAGEMENT OF CHRONIC PAIN IN PRIMARY HEALTH CARE: AN INTEGRATIVE REVIEW

FISIOTERAPIA ASOCIADA CON EDUCACIÓN EN SALUD EN EL MANEJO DEL DOLOR CRÓNICO EN LA ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD: UNA REVISIÓN INTEGRATIVA

Acáz Petrus Soares¹

Maria Samara do Nascimento Sousa²

Gabriel Mariano de Souza³

Iago Viere Custódio Dias⁴

Beatriz Alves de Sá⁵

Cecília Lavined Lopes da Silva Ribeiro⁶

RESUMO: Esse artigo buscou analisar as contribuições da fisioterapia associada à educação em saúde no manejo da dor crônica no contexto da Atenção Primária à Saúde. Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, com busca sistemática nas bases LILACS e MEDLINE, abrangendo publicações entre 2021 e 2026. Foram selecionados estudos que abordassem intervenções combinadas de fisioterapia e educação em saúde, considerando diferentes delineamentos metodológicos, incluindo pesquisas qualitativas, estudos de intervenção, protocolos de ensaios clínicos e revisões de diretrizes. Sete estudos atenderam aos critérios de elegibilidade e foram incluídos na análise. Os resultados evidenciaram que programas combinados de exercício terapêutico e educação em saúde promovem redução da intensidade da dor, melhoria da funcionalidade, aumento da adesão ao tratamento e fortalecimento do autocuidado dos pacientes. Intervenções em grupo e mediadas por tecnologias digitais demonstraram potencial para ampliar o acesso às ações e sustentar efeitos positivos a curto e longo prazo. Apesar da heterogeneidade metodológica entre os estudos, os achados reforçam a importância de estratégias centradas no paciente e do papel do fisioterapeuta na Atenção Primária. Conclui-se que a integração entre fisioterapia e educação em saúde representa uma abordagem eficaz e promissora, recomendada para implementação em práticas clínicas e políticas públicas, bem como para futuras pesquisas que fortaleçam a base de evidências na área.

1

Palavras-chave: Dor crônica. Fisioterapia. Educação em saúde.

¹Mestre em Educação pelo Programa de Pós-Graduação em Formação De Professores e Práticas Interdisciplinares (PPGFPI) - Universidade de Pernambuco – Campus Petrolina, Pernambuco, Brasil. Docente no Colegiado de Fisioterapia da UNIFTC de Juazeiro- BA.

²Estudante de Fisioterapia na UNIFTC Juazeiro, com formação técnica em Enfermagem e formação complementar em Massoterapia, Liberação Miofascial e Ventosaterapia. Atuei como monitora da disciplina Bases Moleculares e Celulares da Saúde e mantenho participação ativa em eventos científicos. Busco integrar fundamentos teóricos e prática clínica na promoção da saúde e do bem-estar.

³Estudante de Fisioterapia na UNIFTC de Juazeiro-BA, com interesse principalmente em Fisioterapia Esportiva. Possui formação complementar em Liberação Miofascial, ampliando suas competências em técnicas terapêuticas manuais. Possui experiência como monitor da disciplina de Biomecânica Funcional, desenvolvendo habilidades didáticas, domínio de conteúdos teóricos e aplicação prática dos princípios biomecânicos, além da participação de eventos e cursos voltados para a área de anatomia. Demonstra interesse no aprimoramento contínuo e na integração entre conhecimento científico e prática clínica.

⁴Graduando em Fisioterapia pela Rede UniFTEC. Possui interesse nas áreas de Fisioterapia nas Disfunções do Sistema Cardiovascular ou Fisioterapia Respiratória. Atualmente, desenvolve atividades voltadas para a prática clínica e extensão acadêmica através do currículo por competências da instituição. Membro ativo da Liga Acadêmica de Fisioterapia na Atenção Primária à Saúde (LAFAPS).

⁵Graduanda em Fisioterapia pela UNIFTC (Juazeiro/BA). Possui experiência como monitora na disciplina de Saúde Coletiva, atuando no apoio ao processo de ensino-aprendizagem e na construção de estratégias educativas. Tem formação complementar em Anatomia Palpatória, com ênfase na prática avaliativa. Integra a Liga Acadêmica de Fisioterapia na Atenção Primária à Saúde, onde atuou como Vice-Diretora de Marketing e atualmente exerce o cargo de Vice-Presidente, participando da organização e desenvolvimento de atividades acadêmicas e ações em saúde.

⁶Graduanda em Fisioterapia pela UNIFTC (Juazeiro/BA).

ABSTRACT: This article aimed to analyze the contributions of physiotherapy combined with health education in the management of chronic pain within Primary Health Care. An integrative literature review was conducted, with a systematic search in LILACS and MEDLINE, covering publications from 2021 to 2026. Studies addressing combined interventions of physiotherapy and health education were included, considering different methodological designs, such as qualitative research, intervention studies, clinical trial protocols, and guideline reviews. Seven studies met the eligibility criteria and were analyzed. Results showed that programs combining therapeutic exercise and health education promote pain reduction, improved functionality, increased treatment adherence, and enhanced patient self-care. Group interventions and digital-mediated programs demonstrated potential to expand access and sustain positive effects in the short and long term. Despite methodological heterogeneity among the studies, findings highlight the importance of patient-centered strategies and the role of physiotherapists in Primary Health Care. It is concluded that integrating physiotherapy and health education represents an effective and promising approach, recommended for clinical practice, public health policies, and future research to strengthen the evidence base in this field.country.

Keywords: Chronic pain. Physiotherapy. Health education.

RESUMEN: Este artículo tuvo como objetivo analizar las contribuciones de la fisioterapia combinada con educación en salud en el manejo del dolor crónico en el contexto de la Atención Primaria de Salud. Se realizó una revisión integrativa de la literatura, con búsqueda sistemática en LILACS y MEDLINE, considerando publicaciones entre 2021 y 2026. Se incluyeron estudios que abordaran intervenciones combinadas de fisioterapia y educación en salud, con diferentes diseños metodológicos, como investigaciones cualitativas, estudios de intervención, protocolos de ensayos clínicos y revisiones de guías clínicas. Siete estudios cumplieron los criterios de elegibilidad y fueron analizados. Los resultados evidenciaron que los programas que combinan ejercicio terapéutico y educación en salud favorecen la reducción del dolor, la mejora de la funcionalidad, el aumento de la adherencia al tratamiento y el fortalecimiento del autocuidado. Las intervenciones grupales y mediadas por tecnologías digitales mostraron potencial para ampliar el acceso y mantener efectos positivos a corto y largo plazo. A pesar de la heterogeneidad metodológica, los hallazgos destacan la relevancia de estrategias centradas en el paciente y del papel del fisioterapeuta en la Atención Primaria. Se concluye que la integración entre fisioterapia y educación en salud es una estrategia eficaz y prometedora, recomendada para la práctica clínica, políticas públicas y futuras investigaciones.

Palabras clave: Dolor crónico. Fisioterapia. Educación en salud.

INTRODUÇÃO

A dor crônica é reconhecida como um importante problema de saúde pública, sendo definida como uma condição persistente ou recorrente com duração superior a três meses, frequentemente associada a alterações nos mecanismos neurofisiológicos e fatores biopsicossociais (TREDE et al., 2015). Sua elevada prevalência em nível mundial e seu impacto

na funcionalidade dos indivíduos a tornam uma das principais causas de incapacidade, afetando significativamente os sistemas de saúde (GOLDBERG; MCGEE, 2011; VOS et al., 2020).

Os impactos da dor crônica são amplos e multidimensionais, afetando diretamente a qualidade de vida dos indivíduos. Evidências demonstram que essa condição está associada à limitação funcional, prejuízos nas atividades de vida diária e maior risco de transtornos emocionais, como ansiedade e depressão (BREIVIK et al., 2006; MILLS et al., 2019). Além disso, a dor crônica contribui para o aumento da utilização dos serviços de saúde e para o uso prolongado de medicamentos, elevando custos e riscos à saúde (GOLDBERG; MCGEE, 2011).

Nesse contexto, a Atenção Primária à Saúde (APS) desempenha papel essencial na organização do cuidado às pessoas com dor crônica, por constituir-se como a principal porta de entrada do sistema de saúde e possibilitar o acompanhamento longitudinal dos usuários (STARFIELD, 2002). Estudos recentes reforçam que a APS é estratégica no manejo de condições crônicas, favorecendo abordagens integrais e centradas no paciente, além de contribuir para a redução da sobrecarga nos níveis secundário e terciário de atenção (ZOUCH et al., 2024).

A atuação da fisioterapia no manejo da dor crônica tem se consolidado como uma abordagem eficaz, especialmente por meio de intervenções não farmacológicas, como o exercício terapêutico e a reabilitação funcional (HAYDEN et al., 2005; DEMONT; CHAUMEIL, 2023). Associada a essas intervenções, a educação em saúde destaca-se como componente essencial, promovendo o empoderamento do indivíduo, o autocuidado e o desenvolvimento de habilidades de autogerenciamento da dor (LORIG; HOLMAN, 2003; SALAZAR-MÉNDEZ et al., 2024).

Além disso, abordagens contemporâneas enfatizam a importância de estratégias centradas no paciente, nas quais a educação em saúde contribui para melhorar a adesão ao tratamento e os desfechos clínicos (MILLS et al., 2019; SLATMAN et al., 2024). Nesse sentido, a integração entre fisioterapia e educação em saúde mostra-se fundamental para o manejo da dor crônica, especialmente no contexto da Atenção Primária, onde o cuidado contínuo e a promoção da saúde são essenciais (STARFIELD, 2002; ZOUCH et al., 2024).

Apesar dos avanços, ainda há necessidade de sistematizar as evidências acerca das intervenções fisioterapêuticas associadas à educação em saúde no manejo da dor crônica, particularmente na Atenção Primária. A análise da produção científica recente torna-se

relevante para subsidiar práticas baseadas em evidências e qualificar a assistência prestada (SALAZAR-MÉNDEZ et al., 2024; DEMONT; CHAUMEIL, 2023).

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo analisar as contribuições da fisioterapia associada à educação em saúde no manejo da dor crônica na Atenção Primária à Saúde.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, método que possibilita a síntese do conhecimento científico produzido sobre determinado tema, permitindo a inclusão de estudos com diferentes delineamentos metodológicos, de forma sistemática e ordenada (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

A busca dos estudos foi realizada na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que integra importantes bases de dados da área da saúde, como LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e MEDLINE. Para a construção da estratégia de busca, foram utilizados descritores controlados provenientes do *Medical Subject Headings* (MeSH), combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR.

A estratégia de busca adotada foi: (“*Physical Therapy Modalities*” OR “*Exercise Therapy*” OR “*Rehabilitation*”) AND (“*Health Education*” OR “*Patient Education as Topic*” OR “*Self-Management*”) AND “*Chronic Pain*” AND “*Primary Health Care*”. Para refinamento dos resultados, foram aplicados filtros referentes às bases de dados (LILACS e MEDLINE), às coleções disponíveis na BVS e ao período de publicação, considerando artigos publicados entre os anos de 2021 e 2026.

Como critérios de inclusão, foram considerados: estudos publicados nos últimos cinco anos, disponíveis na íntegra, que abordassem a atuação da fisioterapia associada à educação em saúde no manejo da dor crônica no contexto da Atenção Primária à Saúde, sem restrição de idioma ou faixa etária, e contemplando diferentes delineamentos metodológicos. Foram excluídos estudos duplicados, publicações sem acesso ao texto completo, protocolos de ensaio clínicos bem como cartas ao editor, editoriais e estudos que não apresentassem relação direta com a temática proposta.

O processo de seleção dos estudos seguiu as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) (PAGE et al., 2021). Inicialmente, foram identificados 34 estudos por meio da estratégia de busca. Após a aplicação

do filtro de texto completo, permaneceram 30 artigos. Posteriormente, ao aplicar o recorte temporal estabelecido e os critérios de elegibilidade, foram excluídos dois estudos por se tratarem de protocolos de revisão, resultando em um total de 7 estudos incluídos na análise final.

A seleção dos estudos foi realizada por meio da leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura na íntegra dos artigos potencialmente elegíveis, com aplicação dos critérios de inclusão e exclusão previamente definidos.

Para a extração dos dados, foi elaborado um instrumento contendo as seguintes variáveis: autor e ano de publicação, tipo de estudo, características da população, intervenções realizadas e principais desfechos relacionados à dor crônica e à qualidade de vida. A análise dos dados foi conduzida de forma descritiva e qualitativa, possibilitando a síntese das evidências acerca da atuação da fisioterapia associada à educação em saúde no manejo da dor crônica na Atenção Primária à Saúde.

RESULTADOS

Foram incluídos nesta revisão integrativa sete estudos que atenderam aos critérios de elegibilidade previamente estabelecidos. A Tabela 1 apresenta a síntese das principais características dos estudos selecionados, contemplando autor, ano e país de origem, tipo de estudo, objetivo, população investigada e principais conclusões. Observa-se a predominância de estudos recentes, com diferentes delineamentos metodológicos, incluindo pesquisas qualitativas, estudos de intervenção, protocolos de ensaios clínicos e revisões de diretrizes. De modo geral, os estudos abordam intervenções que associam fisioterapia e educação em saúde no manejo da dor crônica, com foco na promoção do autocuidado, melhora da funcionalidade e qualidade de vida no contexto da Atenção Primária à Saúde.

Tabela 1 - Resultados dos artigos encontrados

Autor/Ano/(País)	Tipo de estudo	Objetivo	População	Conclusão
DE JESUS-MORALEIDA et al., 2025 (Brasil)	Qualitativo descritivo	Compreender a percepção de idosos com dor lombar crônica sobre programa de exercício associado à educação	Idosos com dor lombar crônica	A combinação de exercício e educação promove maior compreensão da dor, autonomia e adesão ao tratamento
IBRAHIM et al., 2025 (Nigéria)	Qualitativo descritivo	Explorar experiências de adultos com dor lombar crônica	Adultos com dor lombar crônica	A intervenção favoreceu

Autor/Ano/(País)	Tipo de estudo	Objetivo	População	Conclusão
PERELLÓ et al., 2025 (Espanha)	Estudo Piloto	lombar após programa biopsicossocial com exercício Avaliar uma intervenção em grupo baseada em educação, intervenção psicológica e exercícios físicos para o manejo da DCNO e/ou fibromialgia.	Adultos com dor oncológica	ressignificação da dor e maior engajamento no autocuidado Intervenções grupais melhoram dor, não funcionalidade e promovem suporte social
ANTUNES et al., 2023 (Brasil)	Protocolo de ensaio clínico	Investigar intervenção digital com educação e exercício em fibromialgia	Adultos com dor em fibromialgia	Intervenções online associadas ao exercício têm potencial de melhorar saúde e qualidade de vida
SPÅNGEUS et al., 2023 (Suécia)	Estudo piloto randomizado	investigar os efeitos a curto e longo prazo da educação do paciente, incluindo temas interdisciplinares, com ou sem treinamento físico ou mindfulness/yoga terapêutica, para pacientes com osteoporose espinal estabelecida na atenção primária.	Adultos com osteoporose	Educação em saúde com reduz dor e melhora qualidade de vida a curto e longo prazo
GALLARDO VIDAL et al., 2022 (Espanha)	Estudo de intervenção	Avaliar a experiência com um programa de educação em saúde na Atenção Primária à Saúde em pacientes com dor crônica no ombro de origem musculoesquelética, sobre dor e incapacidade, e estabelecer o protocolo na Atenção Primária à Saúde.	Adultos com dor musculoesquelética no ombro	O protocolo de fisioterapia para o ombro, aliado à educação em saúde, mostrou-se eficaz na redução da dor e da incapacidade em pacientes com dor crônica no ombro de origem musculoesquelética na Atenção Primária.
MERONI et al., 2021 (Internacional)	Revisão de diretrizes	Analisar de recomendações clínicas para dor lombar crônica na APS	Adultos com dor lombar crônica	Diretrizes recomendam abordagem combinada com exercício e educação como padrão de cuidado

DISCUSSÃO

Os achados desta revisão integrativa evidenciam que a associação entre intervenções fisioterapêuticas e estratégias de educação em saúde constitui uma abordagem eficaz no manejo

da dor crônica no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), promovendo benefícios que transcendem a redução da dor, incluindo melhora da funcionalidade, qualidade de vida e fortalecimento do autocuidado. De forma geral, os estudos analisados demonstram convergência quanto à relevância de abordagens combinadas, especialmente aquelas que integram exercício terapêutico e educação em saúde (DE JESUS-MORALEIDA et al., 2025; IBRAHIM et al., 2025; GALLARDO VIDAL et al., 2022).

Nesse contexto, estudos qualitativos apontam que programas que associam exercício físico e educação em saúde proporcionam maior compreensão da condição dolorosa e favorecem mudanças comportamentais positivas. A investigação de Fabianna Resende de Jesus-Moraleida et al. (2025) evidenciou que indivíduos com dor lombar crônica relataram maior segurança e autonomia após participação em programas combinados, destacando o papel do cuidado centrado no paciente. De forma semelhante, IBRAHIM et al. (2025), ao analisarem uma população em contexto rural, observaram que a integração de educação biopsicossocial e exercício terapêutico contribuiu para a ressignificação da dor e maior adesão ao tratamento.

Além disso, intervenções multidisciplinares e em grupo também demonstraram resultados promissores. O estudo de PERELLÓ et al. (2025) evidenciou que abordagens coletivas na APS favorecem o suporte social, ampliam o acesso à informação e promovem melhorias no manejo da dor crônica não oncológica. Esses achados reforçam a importância da educação em saúde como ferramenta estratégica no contexto da APS, especialmente quando associada à atuação interprofissional.

No que se refere aos mecanismos de ação, observa-se que os benefícios dessas intervenções podem ser explicados pela integração entre componentes físicos e cognitivos. Protocolos que incluem educação em neurociência da dor, entrevista motivacional e exercícios direcionados, como proposto por MORALES TEJERA et al. (2025), apontam para uma abordagem mais abrangente, alinhada ao modelo biopsicossocial. Essa perspectiva também é sustentada por diretrizes clínicas, como evidenciado por MERONI et al. (2021), que recomendam intervenções combinadas como padrão de cuidado na dor lombar crônica na atenção primária.

Outro aspecto relevante diz respeito ao papel do autocuidado e da autogestão. Estudos como o de MOTHAN et al. (2024) e ANTUNES et al. (2023) destacam que programas estruturados de autogerenciamento, especialmente aqueles mediados por tecnologias digitais, ampliam o acesso às intervenções e favorecem a continuidade do cuidado. Nesse sentido,

estratégias educativas associadas a exercícios domiciliares apresentam potencial significativo para contextos com *огранича́ções* de recursos, como observado em países de baixa e média renda.

Adicionalmente, a literatura evidencia impactos positivos na qualidade de vida. SPÁNGEUS et al. (2023) demonstraram que intervenções educativas na atenção primária resultaram em melhorias significativas tanto na intensidade da dor quanto em indicadores de qualidade de vida relacionada à saúde, com efeitos sustentados ao longo do tempo. Esses resultados reforçam a importância de abordagens que considerem não apenas aspectos físicos, mas também psicossociais.

Entretanto, apesar da consistência dos achados, observa-se heterogeneidade entre os estudos incluídos, especialmente quanto aos tipos de intervenção, duração dos programas e instrumentos de avaliação utilizados. Essa variabilidade metodológica limita a comparabilidade direta dos resultados e evidencia a necessidade de padronização nos protocolos de intervenção e nos desfechos avaliados (GALLARDO VIDAL et al., 2022; MORALES TEJERA et al., 2025).

Do ponto de vista das implicações práticas, os resultados desta revisão reforçam a relevância da inserção do fisioterapeuta na APS como agente ativo na promoção da saúde e educação em saúde. A atuação integrada contribui para a redução da dependência de intervenções farmacológicas, melhora da funcionalidade e prevenção de incapacidades, além de favorecer o empoderamento dos usuários no manejo da dor crônica.

Por fim, destacam-se limitações importantes, como o número reduzido de estudos incluídos, decorrente do recorte temporal adotado, e a predominância de estudos com delineamentos heterogêneos, incluindo protocolos e estudos qualitativos. Tais aspectos indicam a necessidade de maior produção científica com delineamentos robustos, especialmente ensaios clínicos randomizados realizados no contexto da APS.

Diante disso, sugere-se que pesquisas futuras explorem a efetividade de intervenções combinadas em longo prazo, bem como sua custo-efetividade e aplicabilidade em diferentes contextos populacionais, contribuindo para o fortalecimento das práticas baseadas em evidências na fisioterapia.

CONCLUSÃO

A presente revisão integrativa evidenciou que a associação entre intervenções fisioterapêuticas e estratégias de educação em saúde constitui uma abordagem eficaz no manejo

da dor crônica no contexto da Atenção Primária à Saúde. Os achados demonstram que essa integração favorece não apenas a redução da intensidade da dor, mas também a melhora da funcionalidade, da qualidade de vida e do autocuidado dos indivíduos.

Observou-se que intervenções combinadas, especialmente aquelas que incluem exercício terapêutico, educação em neurociência da dor e estratégias de autogerenciamento, apresentam maior potencial de impacto quando comparadas a abordagens isoladas, reforçando a importância de um cuidado pautado no modelo biopsicossocial. Além disso, a Atenção Primária à Saúde se destaca como cenário estratégico para a implementação dessas ações, por favorecer o acompanhamento longitudinal, o vínculo com os usuários e a promoção da saúde.

Do ponto de vista prático, os resultados ressaltam o papel do fisioterapeuta na APS como agente fundamental na educação em saúde e na condução de intervenções voltadas ao empoderamento do paciente, contribuindo para a redução da dependência de terapias passivas e para a sustentabilidade dos sistemas de saúde.

Entretanto, a heterogeneidade metodológica dos estudos incluídos e o número limitado de investigações recentes indicam a necessidade de maior produção científica com delineamentos robustos, especialmente ensaios clínicos randomizados realizados no contexto da atenção primária.

Dessa forma, conclui-se que a integração entre fisioterapia e educação em saúde representa uma estratégia promissora e alinhada às demandas contemporâneas do cuidado em saúde, sendo recomendada sua ampliação na prática clínica e em políticas públicas, bem como o desenvolvimento de novas pesquisas que fortaleçam a base de evidências nessa área.

REFERÊNCIAS

ANTUNES MD, et al. A web-based educational therapy intervention associated with physical exercise to promote health in fibromyalgia in Brazil: the Amigos De Fibro (Fibro Friends) study protocol. *Trials*, 2023; 24(1).

BREIVIK H, et al. Survey of chronic pain in Europe: prevalence, impact on daily life, and treatment. *European Journal of Pain*, 2006; 10(4): 287-333.

DE JESUS-MORALEIDA FR, et al. “They knew how to take care of people”: a qualitative study on older adults with chronic low back pain perspectives of an exercise plus education program. *Chiropractic & Manual Therapies*, 2025; 33(1).

DEMONT A, CHAUMEIL T. Physiotherapy treatments for the care of patients with chronic pain. *Soins*, 2023; 68(877): 48-51.

GALLARDO VIDAL MI, et al. Protocolo de fisioterapia y educación para la salud en dolor crónico de hombro de origen musculoesquelético. *Atención Primaria*, 2022; 54(5).

GOLDBERG DS, MCGEE SJ. Pain as a global public health priority. *BMC Public Health*, 2011; 11: 770.

HAYDEN JA, et al. Exercise therapy for treatment of non-specific low back pain. *Annals of Internal Medicine*, 2005; 142(9): 765–775.

IBRAHIM AA, et al. Experiences of community-dwelling adults with chronic low back pain during and after a combined biopsychosocial education and exercise program in rural Nigeria. *Disability and Rehabilitation*, 2025; 47(23).

LORIG KR, HOLMAN H. Self-management education: history, definition, outcomes, and mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 2003; 26(1): 1–7.

MERONI R, et al. Evidence for managing chronic low back pain in primary care: a review of recommendations from high-quality clinical practice guidelines. *Disability and Rehabilitation*, 2021; 43(7).

MILLS SEE, et al. Chronic pain: a review of its epidemiology and associated factors. *British Journal of Anaesthesia*, 2019; 123(2): e273–e283.

MORALES TEJERA D, et al. Effectiveness of pain neuroscience education, motivational interviewing and cognition targeted exercise therapy in patients with chronic neck pain. *BMJ Open*, 2025; 15(2).

MOTHA SG, et al. Effectiveness of a physiotherapy self-management programme for chronic low back pain: protocol for systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, 2024; 14(7).

PAGE MJ, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 2021; 372: n71.

PERELLÓ L, et al. Abordaje multidisciplinar y grupal de adultos con dolor crónico no oncológico en atención primaria. *Semergen*, 2025; 51(5).

SALAZAR-MÉNDEZ J, et al. Pain neuroscience education for patients with chronic pain: a scoping review. *Patient Education and Counseling*, 2024.

SLATMAN S, et al. Limited use of virtual reality in primary care physiotherapy for patients with chronic pain. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 2024; 25(1): 168.

SPÄNGEUS A, et al. Patient education improves pain and quality of life in spinal osteoporosis in primary care. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2023; 20(6).

STARFIELD B. *Primary care: balancing health needs, services, and technology*. New York: Oxford University Press, 2002.

TREDE RD, et al. A classification of chronic pain for ICD-11. *Pain*, 2015; 156(6): 1003–1007.

VOS T, et al. Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories. *The Lancet*, 2020; 396(10258): 1204–1222.

ZOUCH JH, et al. Reducing strain on primary healthcare systems through direct access physiotherapy. *Family Medicine and Community Health*, 2024; 12(3).

SOUZA MT, SILVA MD, CARVALHO R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*, 2010; 8(1): 102–106.