

# MENSAGENS DE TEXTO MOTIVACIONAIS COMO ESTRATÉGIA DE ADESÃO A INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA PARA PACIENTES COM DOR NA COLUNA

## II Encontro de Iniciação Acadêmica

Catharina Saraiva Nobre Cacau, Ana Ellen Nascimento, Maissa Helena de Sousa Oliveira, Ana Carla Lima Nunes, Fabianna Resende de Jesus Moraleida

**Introdução:** A dor na coluna (DC) é a condição de saúde que mais causa absenteísmo no Brasil, revelando seu impacto na funcionalidade da população. Sabe-se que um dos fatores que interferem no tratamento da DC é a falta de adesão, então se faz necessário o uso de estratégias para aumentar esta variável.

**Objetivo:** Verificar a efetividade do uso de mensagem de texto (SMS) motivacional como estratégia de adesão a intervenção fisioterapêutica em pacientes com DC.

**Métodos:** O estudo foi desenvolvido com a base de dados do Movimento, Projeto vinculado a Universidade Federal do Ceará. Realizou-se busca no banco de dados referente ao período de agosto de 2016 a julho de 2017. Os indivíduos foram chamados a participar de seis encontros semanais em grupo, focado no incentivo a uma vida ativa. Os grupos foram divididos em dois subgrupos de forma aleatória, o primeiro recebeu SMS semanais padrão (GRUPO A), com objetivo de lembrar do próximo encontro. O segundo recebeu SMS motivacional (GRUPO B), como estratégia de incentivo à adesão aos encontros e a prática de atividade física.

As seguintes variáveis foram coletadas: número de indivíduos convidados para grupo, que iniciaram esta etapa, finalizaram a intervenção e foram reavaliados. Dados analisados pelo Excel 2013.

**Resultados:** O número de pacientes convidados para a intervenção foi 51, com idade de 52,2 ( $\pm 12,3$ ) anos, sendo 76,5% mulheres. Destes, 39 iniciaram a intervenção. Dos 22 participantes do GRUPO A, 18 concluíram a etapa de grupo, 15 foram reavaliados. No GRUPO B, 16 iniciaram a intervenção, 14 concluíram e 13 foram reavaliados. A taxa de adesão completa à intervenção no GRUPO A foi de 68,2% e no GRUPO B de 81,2%. Esses dados corroboram com dados da literatura.

**Conclusão:** Observando os valores de adesão nos diferentes grupos, acredita-se que estratégias de motivação aliadas ao envio de SMS pode ser um método relevante de incentivo aos indivíduos com DC a aderirem ao tratamento.

**Palavras-chave:** Adesão. Mensagem de Texto. Dor na Coluna. Motivação.