

Práticas corporais: uma intervenção terapêutica ocupacional no tratamento da dor cervical

Body practices: an occupational therapeutic intervention in the treatment of cervical pain

Prácticas corporales: una intervención terapéutica ocupacional en el tratamiento del dolor de cuello

Ana Carolina de Souza Damasceno¹, Elyenne de Nazaré Prazeres da Silva Alves², Roberta de Oliveira Corrêa³, Ana Cláudia Martins e Martins³.

RESUMO

Objetivo: Constatar as repercussões dos atendimentos de terapia ocupacional em grupo no cotidiano de sujeitos com dor cervical, utilizando as práticas corporais como recurso de intervenção no tratamento da dor cervical. **Métodos:** Esta pesquisa trata-se de uma investigação qualitativa do tipo pesquisa intervenção. O eixo teórico foi construído a partir da contextualização da dor cervical e da terapia ocupacional. Como instrumento de coleta de dados utilizou-se uma entrevista semiestruturada, assim como as práticas corporais com vivências e relaxamentos. A investigação envolveu 6 participantes atendidos na Unidade de Ensino e Assistência de Fisioterapia e Terapia ocupacional (UEAFTO). Para a análise dos dados coletados, usou-se a técnica da análise de conteúdo. **Resultados:** Os resultados obtidos revelam que houve a ressignificação do cotidiano dos sujeitos participantes, contribuindo para o resgate e manutenção das habilidades de controle dos aspectos psicoemocionais e na corporeidade. **Conclusão:** Diante desses resultados, pode-se comprovar a eficácia do trabalho corporal realizado pelo terapeuta ocupacional com esses pacientes.

Palavras-chave: Cervicalgia, Estresse fisiológico, Terapia ocupacional.

ABSTRACT

Objective: To verify the repercussions of group occupational therapy sessions in the daily life of subjects with neck pain, using body practices as an intervention resource in the treatment of neck pain. **Methods:** This research is a qualitative investigation of the intervention research type. The theoretical axis was built from the context of neck pain and occupational therapy. As a data collection instrument, a semi-structured interview were used, as well as body practices with experiences and relaxation. The investigation involved 6 participants attended at the Physiotherapy and Occupational Therapy Teaching and Assistance Unit (UEAFTO). For the analysis of the collected data, the technique of content analysis was used. **Results:** The results obtained reveal that there was a resignification of the daily life of the participating subjects, contributing to the rescue and maintenance of the abilities to control psycho-emotional aspects and in corporeality. **Conclusion:** In view of these results, it is possible to prove the effectiveness of the body work performed by the occupational therapist with these patients.

Keywords: Neck pain, Physiological stress, Occupational therapy.

RESUMEN

Objetivo: Verificar las repercusiones de las sesiones de terapia ocupacional grupal en el cotidiano de sujetos con dolor de cuello, utilizando las prácticas corporales como recurso de intervención en el tratamiento del dolor de cuello. **Métodos:** Esta investigación es una investigación cualitativa del tipo investigación de intervención. El eje teórico se construyó a partir del contexto del dolor de cuello y la terapia ocupacional. Como instrumento de recolección de datos se utilizó la entrevista semiestructurada, además de prácticas corporales con vivencias y relajación. La investigación involucró a 6 participantes atendidos en la Unidad de Enseñanza y Asistencia de Fisioterapia y Terapia Ocupacional (UEAFTO). Para el análisis de los datos recolectados se

¹ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSERH), Belém - PA.

² Prefeitura Municipal de Abaetetuba, Abaetetuba - PA.

³ Universidade de Estado do Pará (UEPA), Belém - PA.

utilizó la técnica de análisis de contenido. **Resultados:** Los resultados obtenidos revelan que hubo una resignificación del cotidiano de los sujetos participantes, contribuyendo para el rescate y mantenimiento de las capacidades de control de los aspectos psicoemocionales y de la corporeidad. **Conclusión:** Ante estos resultados, es posible comprobar la efectividad del trabajo corporal realizado por el terapeuta ocupacional con estos pacientes.

Palabras clave: Dolor de cuello, Estrés fisiológico, Terapia ocupacional.

INTRODUÇÃO

A cervicalgia, comumente referida como dor cervical, é considerada com uma síndrome cuja principal característica é a presença de dor e limitação na movimentação da região cervical, a qual pode causar leves desconfortos a dores intensas, sendo assim passível de incapacidades (BORGES MC, et al., 2013). Além do enquadramento como síndrome dolorosa, também é definida como dor de acometimento da região cervical aguda ou crônica, apresentando extensa etiologia, causando repercussões nas atividades de vida diária do sujeito (SILVA RMV, et al., 2012).

É identificada como uma dor localizada na parte posterior do pescoço e superior das escápulas ou zona dorsal alta, na qual raramente inicia de maneira súbita e normalmente está relacionada com movimentos bruscos, longa permanência em posição forçada, esforço ou trauma (SOBRAL MKM, et al., 2010).

A cervicalgia está associada a altos custos de saúde e níveis significativos de absenteísmo no trabalho, sendo a quarta maior condição de saúde para gerar incapacidade (JESUS-MORALEIDA FR, et al., 2017). Além disso, segundo o autor supracitado, questões psicossociais relacionadas ao aumento da demanda ocupacional e consequente estresse também tem sido relatadas como importantes fatores de risco para o desenvolvimento de queixas de dor no ombro e pescoço, sendo uma das causas para aposentadoria precoce.

Deste modo, observa-se que a dor, em geral, é uma experiência psicossomática afetada por fatores culturais, históricos ambientais e sociais, por isso subjetiva, produzindo limitações nas atividades e restrições na participação que nem sempre são observadas com facilidade (BRODY LT e HALL CM, 2012). A dor é um dos pontos centrais de queixa, sendo o fator negativo mais referido pelos sujeitos, seguido pelos impactos no desempenho ocupacional e, conseqüentemente, na qualidade de vida de quem é acometido por esta (FUCHS M e CASSAPIAN MR, 2012).

Diante dessas repercussões multidimensionais associadas à cervicalgia crônica, é importante considerar a perspectiva do indivíduo acometido por essa condição, pois o conhecimento dos fatores relacionados à cervicalgia é de grande importância, tanto para o alívio dos sintomas, como para a prevenção dos episódios repetidos de dor, sofrimento emocional e diminuição da produtividade (JESUS-MORALEIDA FR, et al., 2017).

Dessa forma, dentre os tratamentos direcionados para além da sintomatologia da cervicalgia, encontra-se a terapia ocupacional. O profissional de terapia ocupacional destaca-se por intervir junto ao indivíduo que apresenta limitações funcionais diante do impacto do acometimento no desempenho e envolvimento do indivíduo com seu cotidiano e ocupações significativas (SASAKI AK, et al., 2019).

A terapia ocupacional é compreendida como o uso terapêutico das ocupações em indivíduos e/ou grupos com o propósito de melhorar ou possibilitar a participação em papéis, hábitos e rotinas nos diferentes contextos do indivíduo (DE CARLO MMRP e BARTALOTTI CC, 2001).

A essência do trabalho da terapia ocupacional se dá através da atenção simultânea às funções e estruturas do corpo, habilidades, papéis, hábitos, rotinas e contexto, combinada com o foco no cliente como um ser ocupacional. O conhecimento de saúde do profissional e a melhora do desempenho decorrente do envolvimento em ocupações, que resultam em efetivação do desempenho ocupacional, da competência em papéis e da participação na vida diária (GOMES D, et al., 2021).

O terapeuta ocupacional utiliza as ocupações como método primário de intervenção durante todo o processo terapêutico, visando contribuir para que os clientes alcancem os resultados desejados, favorecendo as interações entre o cliente, seus ambientes e contextos, e as ocupações as quais se envolve (GOMES D, et al., 2021).

Neste contexto, as práticas corporais em terapia ocupacional apresentam-se como potente instrumento de transformação do cotidiano da população atendida, à medida que se tornam experiências do próprio sujeito, propiciam a apropriação de si e instauram uma condição de trabalho que promove a consciência e a criação de um cotidiano e de uma saúde em constante cuidado e produção (SAITO CM e CASTRO ED, 2011).

Diante do exposto, este estudo refere-se a um recorte de um trabalho de conclusão de curso de terapia ocupacional, o qual pretendeu analisar as contribuições do trabalho corporal realizado pelo terapeuta ocupacional junto ao sujeito afetado pela cervicalgia e nível de estresse alterado.

MÉTODOS

A presente pesquisa foi desenvolvida com abordagem qualitativa, adotando, em relação aos objetivos, caráter descritivo, e desenvolvida de acordo com o método indutivo, configurando-se como pesquisa intervenção, a partir de atendimentos em grupo.

O público-alvo da pesquisa constituíram-se de 6(seis) participantes com diagnóstico de cervicalgia e nível de estresse alterado, com encaminhamento para reabilitação na Unidade de Ensino e Assistência de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (UEAFTO) da Universidade do Estado do Para. O local de realização foi o setor de psicomotricidade.

O estudo ocorreu em conformidade com os preceitos éticos da Resolução 466/12, com aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) do campus II da referida Universidade, com número do parecer 1.004.937 e CAAE nº 42961014.0.0000.5174.

Como critérios de inclusão optou-se por adultos com idades entre 18 a 59, com diagnóstico de cervicalgia e que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Como exclusão os sujeitos com idade inferior a 18 anos e superior a 59, e que não estavam matriculados na UEAFTO e não diagnosticados com cervicalgia.

Utilizou-se como instrumento de coleta de dados uma entrevista elaborada pelas pesquisadoras, conforme o modelo história oral temática, semiestruturada seguindo um percurso com as temáticas do estudo com tópicos como “Cervicalgia e suas restrições no cotidiano”, “Sinais do estresse presente no cotidiano” e “Repercussões desses sinais e sintomas no cotidiano”. Desta forma possibilitando abertura de falas dos participantes.

As práticas corporais foram também utilizadas como instrumentos de coleta, por favorecerem a reflexão e expressão de demandas de dor e estresse, inseridas no cotidiano dos participantes, assim como o diário de campo, através de observações durante essas vivências realizadas, contendo anotações e reflexões que surgiram no grupo, com registro fotográfico e das falas com uso do aparelho gravador e câmera fotográfica. A intervenção foi efetivada totalizando 20 sessões, com duração de uma hora e meia cada sessão, duas vezes na semana, englobando as técnicas de relaxamento de Schultz e Jacobson e as vivências com atividades de consciência, expressão e criação corporal.

As técnicas de relaxamento utilizadas fazem parte dos métodos de Schultz e de Jacobson, os quais apresentam como objetivo principal o relaxamento físico e mental do corpo dos praticantes. O método de Schultz consiste em um treinamento autógeno o qual leva o indivíduo ao relaxamento a partir da mentalização de sensações corpóreas, como peso e calor nas extremidades do corpo. O método de Jacobson consiste na relação direta entre estímulo aversivos e tensão muscular, onde a partir de comandos indutivos verbais conduzem o paciente a discriminar estado de tensão e descontração muscular no próprio corpo, alcançando respostas progressivas de relaxamento (SANTOS JAG, 2018).

Os dados coletados, obtidos por meio de respostas verbais de caráter subjetivo foram tratados qualitativamente, seguido de análise realizada através da técnica de análise de conteúdo, a partir da categorização das unidades temáticas. A análise dos dados foi realizada a partir, dos depoimentos advindos das entrevistas e das exposições dialogadas do grupo, através de uma leitura do diário de campo e das entrevistas, respeitando-se cada participante, com a finalidade de uma melhor contemplação dos dados coletados. Deste modo para a análise dos dados utilizou-se como suporte metodológico a técnica de análise de conteúdo (BARDIN L, 2007).

Na categoria corporeidade, as falas e reflexões dos participantes foram analisadas na ótica das restrições no cotidiano, contribuições das intervenções corporais e a ressignificação das mesmas. Para resguardar os envolvidos na pesquisa, foi usado nas falas o termo “P” para participante e em seguida do número correspondente.

RESULTADO E DISCUSSÃO

Dentre as categorias advindas das unidades temáticas, encontra-se a Corporeidade, na qual abordou-se questões relacionadas a consciência, capacidade e expressão corporal. Nesse sentido, ressalta-se os pensamentos de Liberman F (2010a), na qual afirma que o corpo é constituído em sua totalidade a partir de uma genética pré-definida, limitada, porém em constante transformação, desenvolvendo-se a partir de suas vivências, atravessado por histórias, aspectos ligados à cultura, sempre no devir, em constante peregrinação, marcado pelos acontecimentos vividos.

Almeida MVM (2011) acrescenta que a Terapia Ocupacional contribui para o pensamento de que o corpo não deve ser entendido como uma estrutura universal, mas como objeto que está constantemente se configurando, sem chegar a uma unidade estável, instabilidade esta que faz o corpo seja entendido como objeto histórico temporal, mediante suas experiências vividas em um tempo, espaço e cultura determinados.

A intervenção da Terapia Ocupacional na abordagem corporal apoia-se em três pilares: Reconhecer o corpo, com e sem a dor por meio de procedimentos que envolvem o desenvolvimento e o resgate da consciência corporal; reeducação da utilização do corpo como maior e mais importante do que a dor; e redimensionar o cotidiano com a prática de atividades prazerosas e significantes voltadas tanto para reconstrução da auto estima quanto para promoção da autonomia à emancipação (CAVALCANTI A e GALVÃO C, 2007).

A partir desta concepção foi proposto, no primeiro encontro do grupo, a vivência da fotografia dos seus próprios corpos, a fim de estimular e favorecer a consciência e expressão corporal dos mesmos a partir de seus corpos marcados pelas algias cervicais e alto nível de estresse apresentados por eles.

Nota-se que as fotografias foram potencializadoras da percepção dos sujeitos no momento em que eles se depararam em analisar seus corpos, possibilitando que eles pudessem observar os impactos da cervicalgia e do estresse em seu cotidiano no que tange os aspectos corporais, como observado nas falas a seguir:

“Identifico bem fácil minha dor no corpo, e o estresse intensifica a tensão no meu pescoço, é um estado que não gosto de recordar” (P1).

“Eu sinto muitas dores no corpo, é fácil de ver em qualquer movimento que eu faça” (P2).

“Em todas as atividades, até para dormir eu sinto dores” (P3).

“Eu vim do trabalho muito estressada dá pra ver bastante isso no meu corpo” (P4).

Nestes relatos foi possível perceber a concordância com a ideia de Liberman F e Maximino V (2015) que o corpo é afetado pelas experiências que vive, sendo estas físicas emocionais, as quais produzem sensações complexas, por vezes controversas.

Observa-se que o corpo tem uma grande capacidade de criação, sendo possível pensar em práticas corporais criadoras, produzindo assim uma existência corporal intensa, produzida no encontro do homem com a cultura, com os fazeres cotidianos e com o meio, expandindo a concepção inicial de um corpo anatomofisiológico para uma atuação mais existencial do corpo e seus movimentos (ALMEIDA MVM, 2011).

As experiências moldam os corpos, o corpo torna-se então um processador dessas vivências, produzindo como produto novos olhares, novas reações, novos acontecimentos, enfim, novos desdobramentos no cotidiano de quem as vive (LIBERMAN F, 2010a). As seguintes falas apontam esta afirmação:

“Sinto desconforto quando não deito na posição que estou acostumado” (P5).

“Fico toda dura, difícil pra me mexer por causa da dor” (P6).

“Fico com vergonha de me olhar no espelho” (P5).

Diante dos relatos, percebem-se as implicações corporais para cada sujeito, todos apresentam o mesmo quadro fisiológico e psicoemocional, mas cada um sente e expressa esses impactos de diferentes maneiras, de acordo com o que é significativo para si.

Concorda-se então que a construção desses corpos e conseqüentemente seu funcionamento são influenciados por diferentes fatores como a cultura, a genética, o cotidiano, as relações interpessoais e todos os outros aspectos presentes no contexto em que o sujeito está inserido, tornando o corpo algo singular (LIBERMAN F, 2010b).

A partir da ideia da autora supracitada e as afirmações dos sujeitos, percebe-se que a experiência da dor molda o corpo tornando-o limitado nos fazeres cotidianos. Para tanto, faz-se necessário a intervenção terapêutica ocupacional neste corpo.

A intervenção da Terapia Ocupacional se torna de extrema relevância com esses sujeitos, já que os mesmos, instintivamente, reduzem o seu corpo a um acessório secundário à dor, fazendo-se necessário um olhar terapêutico ocupacional, pois esta profissão trabalha o corpo em todas as suas redes e complexidades, dos pés à cabeça, em toda e qualquer atividade. Terapia Ocupacional é a paixão de imaginar o corpo inteiro, ou melhor, de produzir um corpo sonhador (ALMEIDA MVM, 2004).

Neste sentido, pensa-se que as abordagens corporais em terapia ocupacional são como estratégias de aproximações entre pessoas, tendo como principal foco a ideia de um corpo tratado em suas múltiplas dimensões (LIBERMAN F, 2010a). Como a seguir:

“Eu me surpreendi com os movimentos que meu corpo consegue fazer” (P2).

“Quando venho pra cá depois desse relaxamento eu me sinto bem melhor” (P3).

“Aliviou a dor assim que eu deitei e me concentrei no relaxamento” (P6).

Diante dos relatos, é possível perceber o reflexo das vivências afetando a corporeidade de cada sujeito e como cada um toma consciência deste fato em diferentes momentos, ora referindo o relaxamento, ora a diminuição das algias e até mesmo o conhecimento de sua capacidade corporal e sensações antes desconhecidas.

Na maioria das vezes, essas percepções se configuram como encontros, o encontro consigo mesmo, não só com o que já é de conhecimento, mas com todas as possibilidades serem e como serem vividas, diferente do habitual (LIBERMAN F, 2017). Como se pode verificar nas afirmações que seguem:

“Durante o relaxamento senti tudo, vinha apertando o lado esquerdo, apertou a respiração, mas depois fui relaxando com a voz” (P2).

“Me senti bem relaxado” (P5).

“Senti tensão no braço todo” (P4).

“Me senti mais relaxada, senti todos os movimentos, limpei a mente” (P1).

“Senti um peso no corpo todo e depois relaxando. Tenho a sensação de que meu corpo pesa e relaxa, pesa e relaxa, aí quando o peso vai embora parece que vai também todas as coisas ruins e o corpo fica leve” (P3).

“Na hora senti meu corpo flutuando, principalmente na parte que a gente suspendeu os braços” (P4).

Observa-se que os participantes puderam perceber a sensação corporal que experimentaram na atividade e nela conseguiram reconhecer a presença do corpo e o que nele ocorre.

Os encontros entre corpos nos instigam a refletir e a expressar nossas percepções, inclusive ampliando-as ao cuidado de si (LIBERMAN F, 2017). Dessa forma, segundo Liberman F (2010a), o que é vivido nos laboratórios do corpo ressaltam-no como um lugar de experimentação, criação e reflexão, do qual se consegue ampliar mais e mais a capacidade de afetar e ser afetado pelos encontros, como ratificado nas falas a seguir:

“Nas primeiras a gente fica nervosa e não sai nada, depois o corpo vai se soltando” (P4).

“Para fazer a mímica ou qualquer serviço a gente tem que movimentar o corpo” (P5).

“Na hora de fazer a mímica temos que ter conhecimento das nossas limitações, assim como no dia a dia” (P3).

Através dos relatos é possível concordar com a afirmação de Liberman F (2010b) onde quando se consegue experimentar no corpo, a maneira de fazer, sentir, moldam a forma em que os acontecimentos afetam e como são sustentados pelo sujeito, podendo produzir mudanças significativas nos modos de funcionamento.

Pode-se observar a concordância dos resultados deste trabalho com a ideia de Liberman F, et al. (2017) que *“estar em grupo amplia a chance de acionar nos participantes a experiência estética, apostando que estas podem colocar a pessoa em movimento, desencadeando processos de criação, engendrando novos territórios existenciais, reinventando vidas”*, o que pode ser observado nas seguintes afirmações:

“É muito difícil mudar nossos hábitos, mas tô tentando dormir na cama e não na rede pra melhorar a postura” (P2).

“Sempre neguei o alongamento, agora que tô cuidando de mim e dando atenção pro meu corpo” (P1).

“Hoje eu estou bem melhor, tô até ensinando os exercícios que a gente faz aqui” (P3).

É notável as mudanças que os sujeitos assumiram com o passar de cada prática corporal, moldando seus corpos com o aprendizado de cada experiência e consequentemente produzindo a ressignificação do cotidiano.

Galheigo SM (2003) acrescenta que o terapeuta ocupacional tem uma importante participação na contribuição na construção do olhar crítico do sujeito para com seu cotidiano. A reflexão sobre a vida cotidiana e suas possibilidades, a análise criteriosa e singular de uma rotina dita imutável, contribui de forma marcante para as iniciativas de autodeterminação, reorganização e ressignificação do cotidiano do sujeito

As artes com sua linguagem expressiva aliada a um grau de presença dos corpos acabam por produzir afetos e criações que se fazem muitas vezes por pequenos acontecimentos, pequenos deslocamentos na sua continuidade habitual, muitas vezes automatizada e desprovida de sentido permeando os nossos cotidianos e nossa vida. Tais experiências nos fazem pensar e repensar nossos modos de estar no mundo, procurando talvez inventar outros (LIBERMAN F, 2020).

Na última sessão de intervenção foi realizada a repetição da atividade de fotografia, onde os participantes puderam comparar e então analisar as mudanças observadas em relação às suas respectivas representações corporais antes e após a realização da pesquisa, a partir desta análise surgiram os seguintes relatos:

“Dá pra ver que hoje eu sou uma nova M.B., até minha nora disse que eu parecia mais jovem” (P2).

“Mudei meus hábitos, hoje eu faço os exercícios constantemente e sinto o meu corpo muito diferente, muito melhor, dá pra perceber pela foto” (P1).

“Os relaxamentos que a gente fez aqui me ajudou bastante, porque aliviava muito as tensões, hoje eu me sinto bem mais aliviada, com meu corpo leve” (P4).

“O grupo me ajudou a levantar, me devolveu o brilho no olhar!” (P3).

“Antigamente não conseguia fazer as coisas de casa e quando fazia era com muita dor. Hoje já tô bem melhor! Já faço muitas atividades normalmente.” (P5).

“Foi muito bom pra mim, melhorei bastante do meu estresse e da minha dor também, os relaxamentos e as dinâmicas me fizeram enxergar as coisas de uma outra maneira” (P6).

Observa-se que os caminhos da intervenção terapêutica ocupacional corporal foram efetivos, com potentes resultados favorecendo a produção de subjetividades frente às experiências vivenciadas, culminando na autodescoberta do sujeito com seu próprio corpo, melhorando a percepção de estar e agir no mundo, ressignificando seu cotidiano.

CONCLUSÃO

Através da pesquisa obteve-se como resultado a ressignificação do cotidiano dos sujeitos participantes, contribuindo para o resgate da habilidade de controle dos aspectos psicoemocionais, minimizando seus efeitos negativos e a corporeidade como a contribuição na capacidade, consciência e expressão corporal, podendo-se comprovar, assim, a eficácia do trabalho corporal realizado pelo terapeuta ocupacional. Portanto, sugere-se maior utilização por parte dos profissionais de Terapia Ocupacional deste importante instrumento de intervenção, que é o trabalho corporal e o aprofundamento deste conhecimento para o domínio desta habilidade, visando intervenções terapêuticas ocupacionais corporais cada vez mais eficazes.

REFERÊNCIAS

1. ALMEIDA MVM. Corpo e Arte em Terapia Ocupacional. Rio de Janeiro: Enelivros, 2004; 184p.
2. ALMEIDA MVM. A Selvagem Dança do Corpo. Curitiba: CRV, 2011; 246p.
3. BARDIN L. Análise de Conteúdo. Lisboa: Edições 70, 2007; 229p.
4. BORGES MC, et al. Avaliação da qualidade de vida e do tratamento fisioterapêutico em pacientes com cervicálgia crônica. *Fisioterapia em Movimento*, 2013;26(4).
5. BRODY LT, HALL CM. Exercício Terapêutico: Na Busca da Função. 3 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012; 356p.
6. CAVALCANTI A, GALVÃO C. Terapia Ocupacional: Fundamentação e Prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007; 531p.
7. DE CARLO MMRP, BARTALOTTI CC. Terapia Ocupacional no Brasil: fundamentos e perspectivas. 2 ed. São Paulo: Plexus, 2001; 184p.
8. FUCHS M, CASSAPIAN MR. A Terapia Ocupacional e a dor crônica em pacientes de Ortopedia e Reumatologia: revisão bibliográfica. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional da UFSCAR*, 2012; 20(1).
9. GALHEIGOS M.O cotidiano na terapia ocupacional: cultura, subjetividade e contexto histórico-social. *Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo*, 2003; 14(3).
10. GOMES D, et al. Enquadramento da Prática da Terapia Ocupacional: Domínio & Processo 4ª Edição. Versão Portuguesa de Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process 4th Edition (AOTA - 2020). Politécnico de Leiria. 2021; 73p.
11. JESUS-MORALEIDA FR, et al. Multidimensional features of pain in patients with chronic neck pain. *Fisioterapia em Movimento*, 2017;30(3).
12. KESTENBERG C, et al. Estresse em graduando de enfermagem: técnicas de relaxamento para lidar com fatores estressores. *Interagir: pensando a extensão*, 2014; 17: 37-43.
13. LIBERMAN F. O corpo como pulso. *Interface*, 2010a; 14(33).
14. LIBERMAN F. Delicadas Coreografias: apontamentos sobre o corpo e procedimentos em uma terapia ocupacional. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, 2010b; 18(1): 67-76.
15. LIBERMAN F, et al. Práticas corporais e artísticas, aprendizagem inventiva e cuidado de si. *Revista de Psicologia*, 2017; 29(2).
16. LIBERMAN F, MAXIMINO V. Planos grupais e experiência estética: friccionando ideias, emoções e conceitos. In: *Grupos e Terapia Ocupacional, formação, pesquisas e ações*. São Paulo: Summus, 2015; 115-127.
17. SAITO CM, CASTRO ED. Práticas corporais como potência de vida. *Cadernos de Terapia Ocupacional da UFSCar*, 2011; 19(2).
18. SANTOS JAG. Efeitos do treinamento autógeno na atividade cerebral e sobre a ansiedade em indivíduos com altos níveis ansiogênicos. *Dissertação (Mestrado em Neurociência) – Centro de Ciências Humanas e Letras, João Pessoa*, 2018; 94p.
19. SASAKI AK, et al. Efeitos de um programa de intervenção grupal de terapia ocupacional na dor, no desempenho ocupacional e na qualidade de vida de pacientes com lombalgia. In: NUNES EFC, TEIXEIRA RC. (org.). *Pesquisa em saúde: experiências do centro de saúde escola do marco*. Belém: EDUEPA, 2019.
20. SILVA RMV, et al. Efeitos da quiropraxia em pacientes com cervicálgia: revisão sistemática. *Revista Dor*, 2012; 13(1): 71-74.
21. SOBRAL MKM, et al. A efetividade da terapia de liberação posicional (TLP) em pacientes com cervicálgia. *Fisioterapia em Movimento*, 2010; 23(4).