

Dança Sênior como recurso Terapêutico Ocupacional em um grupo de Reumatologia: Relato de experiência

Senior Dance as an Occupational Therapeutic resource in a Rheumatology group: Experience report

DOI:10.34117/bjdv7n9-056

Recebimento dos originais: 07/08/2021

Aceitação para publicação: 01/09/2021

Cynthia Grazielle Arruda Santos

Terapeuta Ocupacional
Hospital São Luiz, Surubim – PE
Rua José Natal Carneiro da Cunha, 27- Coqueiro. Surubim - PE. CEP: 55750-000
E-mail: cynthia-@hotmail.com

Amanda Cavalcanti Belo

Terapeuta ocupacional e especialista em Terapia Ocupacional em contexto hospitalar e cuidados paliativos.

HC/UFPE e Unidade de queimados do Hospital da Restauração
Avenida Governador de Lima Cavalcanti, 3691, apt 601. Casa caída. Olinda - PE.
CEP: 53040-000
E-mail: amanda_cavalcantib@hotmail.com

Mariana Barboza Ferreira

Discente de Terapia Ocupacional da UFPE
Departamento de Terapia Ocupacional – UFPE
Deptº de Terapia Ocupacional na Rua Jornalista Aníbal Fernandes, SN, Cidade
Universitária- Recife-PE. CEP: 50740-560
E-mail: mbf6@outlook.com

Manuela Martins da Silva

Discente de Terapia Ocupacional
Departamento de Terapia Ocupacional da UFPE
Deptº de Terapia Ocupacional na Rua Jornalista Aníbal Fernandes, SN, Cidade
Universitária- Recife-PE. CEP: 50740-560
E-mail: manuelamartins30@outlook.com

Maria Gisele Cavalcanti de Oliveira

Discente de Terapia Ocupacional da UFPE
Departamento de Terapia Ocupacional – UFPE
Deptº de Terapia Ocupacional na Rua Jornalista Aníbal Fernandes, SN, Cidade
Universitária- Recife-PE. CEP: 50740-560
E-mail: giselecavalcanti1@hotmail.com

Flávia Pereira da Silva

Docente do curso de Terapia Ocupacional da UFPE
Deptº de Terapia Ocupacional na Rua Jornalista Aníbal Fernandes, SN, Cidade
Universitária- Recife-PE. CEP: 50740-560

E-mail: flaibia@yahoo.com.br

Marina Araújo Rosas

Docente do curso de Terapia Ocupacional da UFPE
Deptº de Terapia Ocupacional na Rua Jornalista Aníbal Fernandes, SN, Cidade
Universitária- Recife-PE. CEP: 50740-560
E-mail: marina.rosas@ufpe.br

RESUMO

As doenças reumáticas englobam um grupo de doenças crônicas que tem como sintoma predominante a dor e a rigidez no aparelho locomotor, que são as principais queixa dos pacientes. Os reumáticos apresentam comprometimentos que impactam negativamente em suas ocupações cotidianas, sendo assim, a assistência terapêutica ocupacional é indicada tanto na modalidade individual quanto na grupal, aliada ao acompanhamento de uma equipe multidisciplinar. Como recurso terapêutico ocupacional para o tratamento de doenças reumáticas pode-se utilizar a Dança Sênior que é lúdica e motivante, uma opção de atividade sócio-físico-mental e emocional, que é realizada em grupo. Além disso, é considerada uma atividade de baixo impacto, ter curta duração e não requerer esforços intensos. O presente estudo tem como objetivo relatar uma experiência com a Dança Sênior em um grupo de pacientes reumáticos em um ambulatório de Reabilitação física de Terapia Ocupacional. Trata-se de uma pesquisa qualitativa do tipo relato de experiência que aborda as atividades com Dança Sênior durante estágio supervisionado em Terapia Ocupacional. Participaram sete pacientes com mais de 60 anos, foram utilizadas quatro músicas para o presente estudo com a observação deles antes, durante e logo após a intervenção. Ao final dos encontros os pacientes apresentaram melhoras nas suas queixas iniciais. Também, após esta vivência e com fins terapêuticos ocupacionais, houve o aumento da vinculação entre as pacientes e a estagiária, os objetivos definidos foram atingidos e o processo de formação continuada foi favorecida, diante do aprendizado durante a experiência relatada.

Palavras chaves: Terapia Ocupacional; Dança; Doenças Reumáticas; Envelhecimento.

ABSTRACT

Rheumatic diseases encompass a group of chronic diseases that have pain and stiffness in the locomotor system as predominant symptoms, which are the main complaints of patients. Rheumatic patients present impairments that negatively impact their daily activities; thus, occupational therapeutic assistance is indicated both in the individual and group modality, allied to the follow-up of a multidisciplinary team. As an occupational therapeutic resource for the treatment of rheumatic diseases, the Senior Dance can be used, which is playful and motivating, an option for social-physical-mental and emotional activity, which is performed in a group. Besides, it is considered a low impact activity, having a short duration and not requiring intense effort. The present study aims to report an experience with Senior Dance in a group of rheumatic patients in an Occupational Therapy physical rehabilitation outpatient clinic. This is a qualitative research of the experience report type that addresses the activities with Senior Dance during supervised internship in Occupational Therapy. Seven patients over 60 years old participated, four songs were used for the present study with their observation before, during and right after the intervention. At the end of the meetings the patients presented improvements in their initial complaints. Also, after this experience and with occupational therapy purposes,

there was an increase in the bond between the patients and the trainee, the defined objectives were reached, and the process of continued education was favored, in face of the learning during the reported experience.

Keywords: Occupational Therapy; Dance; Rheumatic Diseases; Aging.

1 INTRODUÇÃO

As doenças reumáticas englobam um grupo de doenças crônicas que tem como sintomas predominantes a dor e a rigidez no aparelho locomotor (MOREIRA; CARVALHO, 1996; TROMBLY, 2005). São doenças autoimunes que existem devido a quebra da tolerância imunológica na produção de autoanticorpos e de uma série de substâncias que correspondem as lesões das diversas estruturas do organismo. Dentro desta categoria as principais doenças existentes são: Artrite Reumatóide, Miopatias Inflamatórias, Esclerose Sistêmica e o Lupús eritematoso (ABRÃO *et al.*, 2016). Vale ressaltar, que tanto as pessoas com doenças reumáticas e as com lesões ortopédicas crônicas apresentam como queixa principal a dor, o que se torna o centro das discussões e o fator mais falado pelos pacientes, é apontada 98% das pessoas que são consultadas por reumatologistas (PAIVA *et al.*, 2006).

O diagnostico é dado através dos sintomas e sinais clínicos, além de achados em exames de imagem e laboratoriais. Além da dor retratada acima, também há queixas de artrites em mais de 3 articulações, principalmente na mão, fator reumatoide sérico, nódulos reumatoides, artrite simétrica e erosões e descalcificação em mãos e punhos. Com alguns desses sintomas persistindo por pelo menos seis semanas, sendo o diagnostico precoce essencial para a prevenção da incapacidade articular e lesões articulares irreversíveis. Desta forma, o tratamento objetiva prevenir ou controlar as lesões articulares, prevenir as perdas de funções e diminuir as dores, para tentar promover qualidade de vida ao paciente, apesar de que a remissão completa da doença ser alcançada raramente (BÉRTOLO, *et.*, 2007)

Segundo o que Nunes (2007) relata em seu estudo, pode ser observado pelo comportamento do indivíduo que a dor reflete na capacidade funcional e nas ações ocupacionais do sujeito. Essas complicações podem levar a alterações em todas as áreas pertinentes ao bom desempenho do indivíduo em seu dia a dia, a exemplo do sono, da concentração, do desempenho nas Atividades de Vida Diárias (AVD). Isto pode contribuir para uma diminuição da motivação, da mobilidade e da capacidade de realizar

um bom desempenho no trabalho, além de afetar o estado emocional do indivíduo (MOREIRA; CARVALHO, 1996; TROMBLY, 2005).

A Terapia Ocupacional é uma profissão da área de saúde que auxilia o indivíduo a desenvolver e recuperar habilidades que são importantes para sua independência funcional, saúde, segurança e integração social. Almejando o melhor desempenho ocupacional, as áreas de abrangência da intervenção terapêutica ocupacional encontram-se centradas nas Atividades de Vida Diária (AVD), no trabalho e no lazer que são potencialmente prejudicados em decorrência de processos que interfiram na funcionalidade dos indivíduos (AOTA, 2015). Assim, considerando-se os pacientes acometidos pelas doenças reumáticas como sendo pessoas que apresentam comprometimentos potenciais em suas funções do cotidiano, o tratamento da Terapia Ocupacional é indicado tanto individualmente como em grupo, aliado ao acompanhamento médico e dos demais profissionais da área da saúde.

Um grupo de Reumatologia tem como objetivos principais trazido por Melvin (1982), a busca por favorecer o conhecimento acerca da doença e de seus impactos funcionais, orientar sobre a adoção de comportamentos favoráveis à proteção das articulações e à conservação de energia corporal e promover atividades que estimulem as potencialidades do sujeito e promova diminuição das dores e maior bem estar. Além de propor a socialização e troca de experiências entre os pacientes, aumentando a aceitação do processo de adoecimento.

A Dança Sênior é uma dança pensada para idosos que teve início na Alemanha, com Ilse Tutti em 1974 e chegou ao Brasil em 1978 com Christel Weber. Esse tipo de dança é lúdico e motivacional, é uma opção de atividade sócio-físico-mental e emocional, sendo feita em grupo e é considerada uma atividade de baixo impacto com curta duração e que não requer esforços intensos. Suas coreografias podem ser realizadas em pé ou sentado, proporcionando a manutenção da amplitude de movimento, o aumento da flexibilidade, mobilidade e agilidade (SILVA, 2015). Esta arte possibilita melhora da coordenação motora global, da capacidade cognitiva e visa conservar a capacidade intelectual, desenvolvendo o equilíbrio e mantendo a concentração presente e focada. (FORTES, 2008).

Visto a grande demanda a ser abordada em pacientes reumáticos, a Terapia Ocupacional pode utilizar de diferentes recursos, que irão de acordo com os objetivos e metas a serem alcançados, como por exemplo a Dança Sênior. Neste sentido o presente

estudo tem como objetivo relatar a experiência com a Dança Sênior em um grupo de pacientes reumáticos em um ambulatório de Reabilitação física de Terapia Ocupacional.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, acerca das atividades desenvolvidas, utilizando como estratégia a Dança Sênior, no ambulatório de Terapia Ocupacional de um Hospital Universitário da Cidade do Recife/PE. As ações ocorreram durante o processo de estágio supervisionado em Terapia Ocupacional e os grupos, foram realizados no período de Agosto a Dezembro, com encontros semanais, e duração de 1 hora e 15 minutos por encontro, totalizando 16 encontros. Mas, dentre os encontros, três foram específicos para a Dança Sênior e mais a execução de uma coreografia durante a confraternização dos pacientes.

Os participantes tinham faixa etária entre 55 e 70 anos, de ambos os sexos, com comprometimento articular e/ou muscular em diferentes níveis, associados às doenças de ordem reumática e/ou a outras comorbidades.

As oficinas de Dança Sênior foram estruturadas a partir de uma ordem pré-estabelecida, a saber: início com todos os participantes na postura sentada, em círculo, seguido de uma abordagem inicial sobre o transcorrer da semana de cada um e as expectativas acerca do que iria ser desenvolvido no grupo. Findada tal etapa, realizavam-se alongamentos e, por fim, as coreografias que eram ensinadas e reproduzidas com o grupo, realizando movimentos suaves e sempre respeitando os limites de cada um dos participantes. Para finalizar reunia-se todos os participantes em um círculo para uma roda de conversa sobre o que ocorreu na sessão.

Foram utilizadas como recurso música: “Boas-vindas”, “Valsa sentada”, “Sete pulos”, e “Suspiro”, seguindo sempre esta respectiva ordem. Ao final da intervenção realizava-se uma roda de conversa onde os participantes falavam sobre suas percepções e impressões sobre o grupo naquele dia e sobre as músicas dançadas.

Nesse sentido, todas as atividades realizadas foram baseadas nas demandas levantadas pelos participantes em conformidade com as necessidades, interesses e sugestões apontadas pelos mesmos. Após o final de cada grupo, foi realizado um registro sobre o andamento de cada dinâmica, considerando a observação dos indivíduos antes, durante e logo após a intervenção.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O atendimento a pessoas acometidas por doenças reumáticas inclui princípios de conservação de energia, técnicas de simplificação do trabalho, programa de exercícios e técnicas de proteção articular. Dentre os objetivos da Terapia Ocupacional em atendimento ambulatorial em grupo com pacientes reumáticos está também o fortalecimento do vínculo terapeuta-paciente e entre o grupo (CARVALHO, 2006).

Durante os encontros da Dança Sênior as queixas mais presentes foram nas habilidades motoras: fortes dores nas articulações, rigidez muscular, fraqueza e limitações de movimentos. Zanin *et al.* (2018) trazem em seu estudo que as doenças reumáticas e sintomatologia, como as dores articulares e as limitações na amplitude de movimento geram um impacto direto na funcionalidade do sujeito, impactando diretamente a qualidade de vida do mesmo.

Além das queixas motoras, também surgiram as psicossociais como a preocupação em relação ao avanço dos sintomas, com familiares por não poderem ajudá-los nas tarefas cotidianas e angústia sobre as incertezas do futuro. Também, é preciso compreender que são pacientes que já vêm de um processo longo de adoecimento e de perda de funções em decorrência de suas patologias. Falsarella *et al.* (2010) relatam que idosos que apresentam sintomas articulares de característica crônica possuem uma maior possibilidade de obter um declínio funcional, em que impacta diretamente nos fatores psicossociais.

Ademais, em algum momento dos atendimentos todos os pacientes denotaram humor deprimido na conversa inicial e dois pacientes apresentaram, em todo o período de acompanhamento, um retraimento social maior em relação aos demais. Os sujeitos que possuem doenças reumatológicas possuem uma maior propensão a desenvolver ansiedade, depressão e com isso uma menor qualidade de vida, quando há uma comparação com sujeitos sem a doença (ZANIN *et al.*, 2018).

Ainda sobre os aspectos emocionais, ocorreram alguns discursos com temáticas relacionadas à desmotivação no desempenho de determinadas atividades, especialmente às relacionadas ao trabalho. A continuidade no mercado de trabalho mostra-se um pouco dificultosa, pois, alguns sintomas das doenças reumáticas dificultam a realização dessa ocupação, como a diminuição da força, limitação da amplitude de movimento e até as possíveis deformidades que podem aparecer. As limitações ambientais, como um mobiliário inadequado também podem ser um fator que dificulte o desempenho e a

motivação desse sujeito no ambiente de trabalho (TORRES; CASTRO; LUSTOSA, 2019).

No primeiro dia de intervenção grupal, utilizando a Dança Sênior como estratégia, todos os participantes demonstraram estranhamento ao serem informados que iriam “dançar”, entretanto, não houve resistência em desenvolver a vivência.

O primeiro contato com o processo de aprendizagem de coreografias gerou sentimento de insegurança e, concomitantemente, curiosidade frente ao desconhecido. Porém, nos demais encontros, os participantes demonstraram mais tranquilidade e foram mais receptivos às coreografias, visto que já haviam tido contato no primeiro encontro. Thiesen (2008) traz em seu estudo que o processo de aprender algo novo não se limita a reprodução daquilo que o outro está fazendo, mas sim da reconstrução conjunta.

Mesmo diante das limitações esse grupo não revelou grandes dificuldades na execução das coreografias, sendo percebidos erros comuns às danças realizadas em círculo como a tendência a espelhar a pessoa a sua frente. No entanto, a flexibilidade e resistência foram os fatores que mais se mostraram prejudicados e todos os componentes do grupo. O trabalho em conjunto com indivíduos que apresentam sintomas semelhantes pode favorecer a identificação das potencialidades de cada um, assim como, desenvolver um aprendizado interpessoal quando se está em contato com o outro. Quando esse sujeito reconhece as suas potencialidades ele torna-se um agente ativo da sua própria mudança, frente as limitações advindas da doença reumatológica (TAVARES et al., 2012).

O respeito das limitações do grupo mostra a importância do terapeuta ocupacional na intervenção com esse público, pois através da atividade ele pode reabilitar esse sujeito para a realização das atividades significativas e orientar quanto a importância da proteção articular, gradação dos movimentos e conservação de energia (NOORDHOEK et al., 2009).

De acordo com Fortes (2008), durante uma atividade, a autopercepção é constantemente incentivada nos participantes, para que percebam o quanto evoluíram nos movimentos e na coordenação motora. O esquema corporal e a consciência corporal foram bastante estimulados durante o grupo devido às alterações corporais, como as deformidades advindas de suas patologias que interferem na imagem corporal, levando a consequências motoras e emocionais.

A partir dos objetivos já mencionados foi notada a importância de reforçar também habilidades de desempenho e cognitivas que possibilitem melhor execução dos pacientes em suas AVD. Outras ações estimuladas durante a Dança Sênior foram o

contato visual, a escuta atenta da música para percepção do ritmo e da melodia e de colocar a intenção do movimento representado na música, como por exemplo energia nas “Boas-vindas” e serenidade em “Suspiro”. A intervenção terapêutica ocupacional através da estimulação sensorial favorece um melhor desempenho do idoso na realização das AVD, no funcionamento cognitivo e físico, assim como, favorece um melhor engajamento nas AVD (XERFAN; BARROS, 2020).

Após a finalização das coreografias os pacientes apresentaram outro discurso em relação a três pontos anteriormente falados: primeiro ao humor de quando chegaram, pois relataram estar desanimados, e após o grupo haviam se divertido bastante, e isso deixava a semana mais animada. Venâncio *et al.* (2018) corrobora que a prática da Dança Sênior por idosos pode ser um fator importante para o tratamento do mesmo e que isso ajuda na melhoria do humor, favorecendo assim uma melhor qualidade de vida.

O segundo ponto foi em relação às preocupações, pois em um dos dias chegamos à reflexão de que ninguém fazia perfeitamente uma coisa pela primeira vez, neste caso a coreografia, então um dos pacientes levou a reflexão para a vida pessoal dizendo que teria que ter paciência com a família, e assim, um ajudaria ao outro. A Dança Sênior oferece ao idoso uma melhora psicoemocional, através de reflexões sobre as melodias e a socialização no grupo (NADOLNY *et al.*, 2020).

O terceiro ponto foram as dores, os pacientes relataram que estavam com bastante dor, porém durante a música conseguiram fazer os movimentos sem sentir dor, ou com uma dor mínima, alcançando um dos principais objetivos do grupo naquele dia que era estimular amplitude de movimento nas grandes articulações. Venancio *et al.* (2018) traz que idosos que praticam Dança Sênior apresentam uma melhora no equilíbrio, qualidade de vida, humor e na diminuição das dores.

Para o enfrentamento das condições de saúde é necessário estimular o paciente a participar ativamente de seu processo de reabilitação e que utilizar as atividades lúdicas, que envolvam a arte servem de grandes aliadas. Permitindo assim, intervenções mais eficientes que promovam o bem estar físico e emocional, visto que Zanin *et al.* (2018) mostra que há relação das condições emocionais com a piora dos sintomas em pacientes reumáticos.

Dessa forma, as intervenções da Terapia Ocupacional com a Dança Sênior favorecem uma melhor qualidade de vida, equilíbrio, melhora nos aspectos físicos, cognitivos e sociais, que ajudam diretamente na realização das AVD (NADOLNY *et al.*, 2020).

4 CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÃO

Diante do que foi vivenciado e apresentado nesse estudo, reafirma-se a relevância de atividades lúdicas como a Dança Sênior com pacientes reumáticos tendo em vista as demandas físicas, emocionais e sociais que estão totalmente interligadas e que colocam o paciente em uma situação complexa que prejudica suas vivências pessoais, e o seu modo de ser e estar no mundo.

A Dança Sênior traz consigo uma nova forma de abordar a expressão corporal e combina benefícios psicossociais e motores que se alinham com os objetivos das intervenções da Terapia Ocupacional, além de trazer progressos mesmo à medida que as incapacidades estão se desenvolvendo.

Essa atividade favoreceu um processo de reflexão sobre a prática terapêutica ocupacional, fortalecimento de vínculo entre os pacientes e também com terapeutas ocupacionais. Assim como, foi possível atingir os objetivos definidos e favorecer uma formação continuada, diante do aprendizado durante a experiência relatada.

REFERÊNCIAS

- ABRÃO, A.L.P. *et al.* **O que o reumatologista deve saber sobre as manifestações orofaciais das doenças reumáticas autoimunes.** Revista Brasileira de Reumatologia, 2016, 56 (5), 441 – 450.
- AOTA. American Occupational Therapy Association- **Estrutura da prática da Terapia Ocupacional: domínio & processo - 3ª ed. traduzida.** Revista De Terapia Ocupacional Da Universidade De São Paulo, 26 (esp), 1 - 49, 2015.
- BÉRTOLO, M.B. *et al.* **Atualização do Consenso Brasileiro no Diagnóstico e Tratamento da Artrite Reumatoide.** Revista Brasileira Reumatologia, v. 47, n.3, p. 151-159, mai/jun, 2007
- CARVALHO, M.G.R.; NOORDHOEK, J.; SILVA, M. C. O. **Grupo de orientação a indivíduos acometidos por doenças reumáticas: espaço educativo e terapêutico.** Rev. Bras. Reumatologia. v. 46, n. 2, p. 134-136, 2006.
- CARVALHO, P.C. *et al.* **Avaliação da qualidade de vida antes e após terapia com Dança sênior em pacientes hemiparéticos pós-AVE.** Rev Conscientiae Saúde.11(4):573-9, 2012.
- FALSARELLA, G. R. *et al.* **Prevalência e fatores associados às doenças reumáticas e aos sintomas articulares crônicos em idosos.** Tese de Mestrado, 2010.
- FORTES, F.M. **Superação das limitações da terceira idade através de danças adaptadas.** An Prod Academ Docente. 2(3):419-33, 2008.
- MELVIN, J.L. **Rheumatic disease: occupational therapy and rehabilitation.** 2. ed. Philadelphia: Davis Company, 1982.
- MOREIRA, C.; CARVALHO, M.A.P. **Noções práticas de reumatologia.** Belo Horizonte: Health, 1996.
- NADOLNY, A. M. *et al.* **A Dança Sênior como recurso do terapeuta ocupacional com idosos: contribuições na qualidade de vida.** Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 28, n. 2, p. 554-574, 2020.
- NOORDHOEK, J. *et al.* **Relato de experiência da atuação da terapia ocupacional em grupo de indivíduos reumáticos.** Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo, v. 20, n. 1, p. 13-19, 2009.
- NUNES, C.M.P. **Dor neuromusculoesquelética.** In: CAVALCANTI, A.; GALVÃO, C. Terapia Ocupacional: fundamentação e prática. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan. p. 258-268, 2007.
- PAIVA, E.S. *et al.* **Manejo da dor.** Revista Brasileira de Reumatologia, v. 46, n. 4, p. 292-296, 2006.

Silva, A.F.G; Berbel, A.M. **O benefício da dança sênior em relação ao equilíbrio e às atividades de vida diárias no idoso.** ABCS Health Sci. 40(1):16- 21, 2015.

TAVARES, A. A. *et al.* **(Re) Organização do cotidiano de indivíduos com doenças crônicas a partir da estratégia de grupo/(Re) Organization of daily life of individuals with chronic diseases based on group strategy.** Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 20, n. 1, 2012.

TORRES, J. L.; CASTRO, C.M. S. de; LUSTOSA, L. P. **Manutenção do trabalho e presença de condições crônicas em idosos comunitários: evidências da Rede Fibrá-BH.** Ciência & Saúde Coletiva, v. 24, p. 1845-1852, 2019.

THIESEN, J.S. **A interdisciplinaridade como um movimento articulador no processo ensino-aprendizagem.** Revista brasileira de educação, v. 13, n. 39, p. 545-554, 2008.

TROMBLY, C. **Terapia ocupacional para disfunções físicas.** Rio de Janeiro: Santos Editora, 2005.

VENANCIO, R. C.P. *et al.* **Efeitos da prática de Dança Sênior nos aspectos funcionais de adultos e idosos.** Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 26, n. 3, p. 668-679, 2018.

XERFAN, K. F. V. S; BARROS, I. F. O. **A intervenção da terapia ocupacional com idosos hospitalizados: Uma revisão de literatura A.** Revista amazonense de geriatria e gerontologia, p. 181.

ZANIN, C. *et al.* **Dor e qualidade de vida em indivíduos com doenças reumáticas osteoarticulares.** Revista Inspirar Movimento & Saude, n. 2, 2018.