

COLÓQUIO



CONFERENCE

ISPA PSYCHOLOGY  
& PAIN MANAGEMENT

PSYCHOLOGICAL MANAGEMENT OF PAIN:  
A STATE-OF-THE-SCIENCE UPDATE

MARCH 30 AND 31, 2022

ISPA - INSTITUTO UNIVERSITÁRIO, LISBON, PORTUGAL

KEYNOTE SPEAKERS

Mark Jensen • Melissa Day • Naide Ferreira • Arndt Büssing

ORGANIZING COMMITTEE

Alexandra Ferreira Valente • José Pais Ribeiro • William James Center for Research

NAIDE FERREIRA  
MELISSA A. DAY  
ARNDT BÜSSING  
ALEXANDRA FERREIRA-VALENTE  
PATRÍCIA PINTO  
ANA CARINA RESINA  
MARIA JOSÉ RAMALHO  
FABRIZIA RAGUSO  
MARTA OSÓRIO DE MATOS  
CATARINA TOMÉ PIRES  
MARK P. JENSEN

PROGRAMA  
BIOGRAFIAS  
LIVRO DE RESUMOS

COLÓQUIO

**CONFERENCE**

**ISPA PSYCHOLOGY & PAIN MANAGEMENT**

PSYCHOLOGICAL MANAGEMENT OF PAIN:  
A STATE-OF-THE-SCIENCE UPDATE

-----

**MARCH 30 AND 31, 2022**

ISPA - INSTITUTO UNIVERSITÁRIO, LISBON, PORTUGAL

-----

**KEYNOTE SPEAKERS**

Mark Jensen • Melissa Day • Naide Ferreira • Arndt Büsing

**ORGANIZING COMMITTEE**

Alexandra Ferreira Valente • José Pais Ribeiro • William James Center for Research



Nos dias 30 e 31 de março tem lugar o encontro científico Ispa Psychology & Pain Management: A State-of-the-Science Update, dedicado ao contributo que a psicologia e os psicólogos podem dar à gestão da dor e a pessoas com dor aguda e/ou crónica.

Serve de mote à realização deste encontro o bom acolhimento do primeiro encontro científico nacional dedicado à temática da psicologia da dor que se realizou no ano de 2021, no Ispa, e a reta final do projeto de investigação COPAHS, a decorrer no William James Center for Research desde o ano de 2018, e financiado pela Fundação Bial.

Este encontro pretende ser uma plataforma de encontro de profissionais e investigadores nacionais a trabalhar neste domínio, permitindo o desenvolvimento de um olhar integrado da problemática, com discussão de novas ferramentas de trabalho e abordagens baseadas na evidência. Ao longo destes quase dois dias, pretende-se trazer à discussão os resultados mais recentes da investigação no domínio do contributo da psicologia - baseada na evidência - para a gestão da dor - aguda e crónica - e a sua aplicabilidade ao contexto português, e serão ainda apresentados os efeitos de abordagens novas e integrativas na experiência de dor.

O painel de oradores conta com reconhecidos investigadores e profissionais da área, nacionais e internacionais, entre os quais Mark P. Jensen, Melissa A. Day, Arndt Büsing, e Naide Ferreira, só para citar alguns e a quem desde já agradeço a sua prontidão em aceitar o nosso convite para partilhar, neste encontro, a sua experiência profissional e académica e os resultados dos seus trabalhos de investigação mais recentes.

É nossa expectativa que este encontro permita o desenvolvimento de sinergias conducentes a uma melhor resposta a um problema virtualmente universal e que afeta, no caso da dor crónica, cerca de um terço da população adulta a nível mundial. É nosso desejo que este evento científico seja um palco privilegiado para o encontro, o cruzamento de ideias, e discussão aberta, favorecido pelo apoio da Associação Portuguesa para o Estudo da Dor (APED) e da Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde (SPPS).

COLÓQUIO

**CONFERENCE**

**ISPA PSYCHOLOGY  
& PAIN MANAGEMENT**

PSYCHOLOGICAL MANAGEMENT OF PAIN:  
A STATE-OF-THE-SCIENCE UPDATE

-----

**MARCH 30 AND 31, 2022**

ISPA - INSTITUTO UNIVERSITÁRIO, LISBON, PORTUGAL

-----

**KEYNOTE SPEAKERS**  
Mark Jensen • Melissa Day • Naide Ferreira • Arndt Büsing

**ORGANIZING COMMITTEE**  
Alexandra Ferreira Valente • José Pais Ribeiro • William James Center for Research



Estou grata à Reitoria do Ispa – Instituto Universitário, à direção do William James Center for Research, à APED e à SPPS, pelo incentivo e apoio na organização desta reunião científica. E grata aos colegas e mentores que aceitaram o meu desafio de comigo assumirem o papel de anfitriões e/ou aceitarem graciosamente o convite para partilhar com todos nós a sua experiência, conhecimentos e programa de investigação.

Um agradecimento também à equipa de investigação do projeto COPAHS, à Fundação Bial, e ao Gabinete de Comunicação e Marketing do Ispa-Instituto Universitário, pelo apoio à organização deste encontro.

A todos os participantes nesta conferência, sem a qual a realização da mesma não faria sentido, o meu bem-haja, e votos de um bom encontro.

Até breve!

Alexandra Ferreira-Valente

março de 2022

**Comissão Organizadora**

Alexandra Ferreira Valente  
José Pais Ribeiro  
William James Center for Research

**Comissão Científica**

Alexandra Ferreira Valente  
Cláudia Carvalho  
Filipa Pimenta  
José Pais Ribeiro  
Mark P. Jensen  
Melissa A. Day  
Rui M. Costa  
Sónia Bernardes

COLÓQUIO

**CONFERENCE**

**ISPA PSYCHOLOGY & PAIN MANAGEMENT**

PSYCHOLOGICAL MANAGEMENT OF PAIN: A STATE-OF-THE-SCIENCE UPDATE

MARCH 30 AND 31, 2022

ISPA - INSTITUTO UNIVERSITÁRIO, LISBON, PORTUGAL

KEYNOTE SPEAKERS  
Mark Jensen • Melissa Day • Naide Ferreira • Arndt Büssing

ORGANIZING COMMITTEE  
Alexandra Ferreira Valente • José Pais Ribeiro • William James Center for Research



# PROGRAMA

## 30 DE MARÇO 2022

### 09H30 - OPENING

CHAIR OF THE WJCR, PROFESSOR GÜN SEMIN  
CHAIR OF THE ORGANIZING COMMITTEE, DOCTOR ALEXANDRA FERREIRA VALENTE

### 10H00 - SYMPOSIUM 1

**PSYCHOLOGY AND PSYCHOLOGICAL INTERVENTION(S) FOR PAIN MANAGEMENT IN PORTUGAL: AN HISTORICAL OVERVIEW**

NAIDE FERREIRA, MSC (CENTRO HOSPITALAR LISBOA OCIDENTAL; TASK FORCE IN PSYCHOLOGY OF THE PORTUGUESE ASSOCIATION FOR THE STUDY OF PAIN)

### 10H45 - COFFEE BREAK

### 11H00 - SYMPOSIUM 2

**MINDFULNESS MEDITATION, COGNITIVE THERAPY, AND BEHAVIORAL ACTIVATION FOR CHRONIC LOW BACK PAIN: PRELIMINARY FINDINGS FROM A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL.**

MELISSA A. DAY, PHD (DEPARTMENT OF REHABILITATION MEDICINE, UNIVERSITY OF WASHINGTON; SCHOOL OF PSYCHOLOGY, UNIVERSITY OF QUEENSLAND)  
MARK P. JENSEN PHD (DEPARTMENT OF REHABILITATION MEDICINE, UNIVERSITY OF WASHINGTON)

LUNCH BREAK

### 14H00 - SYMPOSIUM 3

**SPIRITUALITY AS A RESOURCE TO COPE WITH CHRONIC DISEASES – AN OVERLOOKED DIMENSION OF INTEGRATIVE MEDICINE**

ARNDT BÜSSING, PHD (SCHOOL OF HEALTH, WITTEN/HERDECKE UNIVERSITY)

### 15H00 - SYMPOSIUM 4

**COPING WITH PAIN THROUGH HYPNOSIS, MINDFULNESS, AND SPIRITUALITY: STATE-OF-THE-ART AND RESULTS OF A RANDOMIZED EXPERIMENTAL MIXED-DESIGN STUDY**

ALEXANDRA FERREIRA VALENTE, PHD (WILLIAM JAMES CENTER FOR RESEARCH, ISPA – INSTITUTO UNIVERSITÁRIO)  
MARGARIDA JAREGO, MSC (WILLIAM JAMES CENTER FOR RESEARCH, ISPA – INSTITUTO UNIVERSITÁRIO)

### 16H15 - COFFEE BREAK

### 16H30 - SYMPOSIUM 5

**PSYCHOLOGICAL MANAGEMENT OF PAIN AND QUALITY OF LIFE IN PEOPLE WITH HEMOPHILIA**

PATRICIA R. PINTO, PHD (ICVS, SCHOOL OF MEDICINE, UNIVERSITY OF MINHO)

### 17H15 - ROUND TABLE

**PAIN MANAGEMENT THROUGH THE EYES OF THE PSYCHOTHERAPISTS: CASE STUDIE**

ANA CARINA RESINA, MSC (CENTRO HOSPITALAR UNIVERSITÁRIO DE LISBOA CENTRAL, TASK FORCE IN PSYCHOLOGY OF THE PORTUGUESE ASSOCIATION FOR THE STUDY OF PAIN)

MARIA JOSÉ RAMALHO, MSC (CENTRO HOSPITALAR DE SETÚBAL)

FABRIZIA RAGUSO, PHD (PORTUGUESE CATHOLIC UNIVERSITY, CENTER OF PHILOSOPHICAL AND HUMANISTIC STUDIES)

### 18H15 - CLOSURE

## 31 DE MARÇO 2022

### 10H00 - SYMPOSIUM 6

**NON-PHARMACOLOGICAL STRATEGIES TO APPROACH CHRONIC PAIN IN LATE ADULTHOOD: AN OVERVIEW OF THE STATE-OF-THE-ART AND NEEDS ASSESSMEN**

MARTA OSÓRIO DE MATOS, PHD (ISCTE, DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY)

### 10H45 - COFFEE BREAK

### 11H15 - SYMPOSIUM 7

**PSYCHOLOGICAL MANAGEMENT OF PEDIATRIC PAIN: RECENT TRENDS AND FUTURE DIRECTIONS**

CATARINA TOMÉ PIRES, PHD (UNIVERSITY AUTÓNOMA OF LISBON, DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY)

### 12H00 - CLOSURE

VICE-CHAIR OF THE SCHOOL OF PSYCHOLOGY, PROFESSOR MARIA JOÃO GOUVEIA  
VICE-CHAIR OF THE ORGANIZING COMMITTEE, PROFESSOR JOSÉ PAIS-RIBEIRO

# BIOGRAFIAS



## NAIDE FERREIRA

MSc (Centro Hospitalar Lisboa Ocidental; Task Force in Psychology of the Portuguese Association for the Study of Pain)

**Painel:** 30 março, 10h – Psychology and Psychological Intervention(s) for Pain Management in Portugal: An historical overview

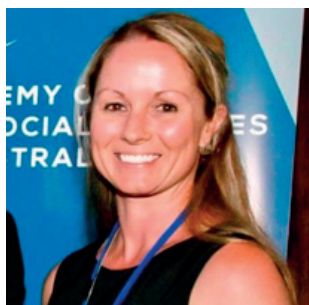
**Bio PT:** Naide Ferreira é psicóloga, com Especialidade em Psicologia Clínica e da Saúde e Especialidade Avançada em Neuropsicologia, pela Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP). Exerce a sua atividade no Centro Hospitalar de Lisboa Ocidental – Hospital de Egas Moniz, na Unidade de Neuropsicologia do Departamento de Neurociências. Integra a Unidade de Terapia de Dor Crónica, o Grupo Multidisciplinar de Neuromodulação para a Dor Crónica e o Centro de Referência de Epilepsia Refratária. Coordena o Grupo de Trabalho da Psicologia da Dor da Associação Portuguesa para o Estudo da Dor (APED) e é vogal do Conselho Fiscal. É membro e Presidente do Conselho Fiscal da Sociedade Portuguesa de Neuropsicologia (SPNPSY).

**Bio EN:** Naide Ferreira is a psychologist with a Specialty in Clinical and Health Psychology and Advanced Specialty in Neuropsychology by the Order of Portuguese Psychologists (OPP). She practices at the Hospital Center of Western Lisbon – Egas Moniz Hospital, at the Neuropsychology Unit, in the Department of Neurosciences. She is a member of the Chronic Pain Therapy Unit, the Multidisciplinary Group of Neuromodulation for Chronic Pain, and the Refractory Epilepsy Center of Reference. She coordinates the Task Force of Pain Psychology of the Portuguese Association for the Study of Pain (APED) and is a member of the Fiscal Council. She is a member and President of the Fiscal Council of the Portuguese Society of Neuropsychology (SPNPSY).

**Resumo:** O tratamento da Dor é reconhecido mundialmente como um direito fundamental do ser humano. Após quatro décadas e um processo de dois anos de observação e análise, a IASP (International Association for the Study of Pain) desenvolveu uma redefinição de Dor: "uma experiência sensorial e emocional desagradável associada, ou semelhante à associada, a danos reais ou potenciais nos tecidos". A própria definição suporta indubitavelmente que a dor é uma experiência inerentemente biopsicossocial e que é indiscutível o papel central que os fatores psicológicos, psicossociais e que as intervenções psicológicas, assumem na prevenção, prestação de cuidados e na reabilitação da dor crónica. Esta é uma das premissas espelhada na missão do Grupo de Trabalho da Psicologia da Dor da APED, a associação que conta já com mais de 30 anos ao serviço da dor em Portugal e cujo desenvolvimento e história serão o mote de discussão e reflexão nesta comunicação.

**Abstract:** Pain treatment is recognized worldwide as a fundamental right of every human being. After four decades and a 2-year process of observation and analysis, the International Association for the Study of Pain (IASP) developed a redefinition of pain: "an unpleasant sensory and emotional experience associated with, or resembling that associated with, actual or potential tissue damage". The definition in itself undoubtedly ascertains that pain is an inherently biopsychosocial experience, in which psychological and psychosocial factors and psychological interventions play an unquestionable central role in prevention, caretaking and rehabilitation in chronic pain. This is one of the premisses reflected in the mission of APED's Task Force of Pain Psychology, an association with over 30 years in the service of pain in Portugal and whose development and history will be the focus of discussion and reflection in this communication.





### MELISSA A. DAY

PhD (Department of Rehabilitation Medicine, University of Washington, Seattle, WA; School of Psychology, University of Queensland)

**Painel:** 30 de março, 11h – Mindfulness meditation, cognitive therapy, and behavioral activation for chronic low back pain: Preliminary findings from a randomized controlled trial

**Bio PT:** Melissa Day é psicóloga e completou o seu Mestrado e Doutorado em Psicologia Clínica da Saúde com foco na gestão da dor e, posteriormente, completou um Pós-Doutorado em Psicologia da Dor. É professora associada na Escola de Psicologia da Universidade de Queensland e professora associada afiliada na Universidade de Washington. O seu programa de investigação tem como objectivo a implementação de ensaios clínicos randomizados para avaliar a eficácia e os mecanismos de terapias cognitivo-comportamentais e baseadas em mindfulness para condições de dor crónica. Recentemente, publicou com a editora Wiley um livro da sua exclusiva autoria, intitulado "Terapia Cognitiva Baseada no Mindfulness para a Dor Crónica: Manual e Guia Clínico".

**Bio EN:** Melissa Day, Ph.D., completed her MA and Ph.D. in Clinical Health Psychology with a focus on pain management, and then completed a post-doctoral research fellowship in Pain Psychology. She works as an associate professor in the School of Psychology at the University of Queensland and is an affiliate associate professor at the University of Washington. Her research program has focused on implementing randomized controlled trials to evaluate the efficacy and mechanisms of cognitive-behavioural and mindfulness-based interventions for chronic pain conditions. She recently published a sole authored book with Wiley titled "Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Chronic Pain: A Clinical Manual and Guide".

**Resumo:** As intervenções psicossociais para a lombalgia crónica baseadas em princípios cognitivos, de mindfulness e comportamentais evidenciam reduções na intensidade da dor e melhorias no funcionamento. Teoricamente, um mecanismo central da terapia cognitiva é a mudança de conteúdos cognitivos desadaptativos – o que as pessoas pensam – sendo a redução da catastrofização um alvo importante na intervenção. No contexto das abordagens baseadas no mindfulness, o objetivo passa por aumentar os processos cognitivos – como as pessoas pensam – sendo o aumento da atenção consciente um processo cognitivo subjacente à mudança teoricamente importante. Nos programas de ativação comportamental, um mecanismo teórico chave é a mudança comportamental – o que as pessoas fazem – sendo o alvo da intervenção um maior envolvimento em actividades. Contudo, não se sabe se os benefícios produzidos por estes tratamentos se devem a estes mediadores teóricos e terapêuticamente específicos, ou a factores terapêuticos partilhados e não-específicos. Nesta comunicação, serão apresentados os resultados preliminares de um estudo de mecanismos de um ensaio clínico randomizado que comparou estas intervenções na lombalgia crónica. Os resultados irão providenciar uma análise aprofundada dos mediadores partilhados e únicos de cada uma destas abordagens, e serão discutidos à luz dos quadros teóricos associados a estes três tratamentos. O avanço no conhecimento dos mecanismos destas intervenções, por meio de investigação guiada pela teoria, tem o potencial de levar ao desenvolvimento de protocolos que optimizam a eficácia e eficiência dos tratamentos psicossociais para a lombalgia.

**Abstract:** Psychosocial interventions for chronic low back pain (CLBP) that are based on cognitive, mindfulness, and behavioural principles have been shown to reduce pain intensity and improve function. Theoretically, a key mechanism of cognitive therapy is change in maladaptive cognitive content – what people think – with reductions in pain catastrophizing an important treatment target. Within mindfulness-based approaches the focus is on enhancing cognitive processes – how people think – with increased mindful awareness theorized to be a critical cognitive process underlying change. In behavioural activation programs, a key theoretical mechanism is to change behaviour – what people do – with increased activity engagement the target. However, it is not known if these treatments do engender benefits via these theorized, therapy specific mediators or via shared, non-specific therapeutic

factors. In this presentation I will present preliminary mechanism results from our recently completed randomized controlled trial (RCT) that compared these interventions for CLBP. The findings will provide an in-depth analysis of the mediators that are both shared and unique to each of these approaches, and I will discuss these findings within the context of the theoretical frameworks associated with the three treatments. Advancing our understanding of the mechanisms of these interventions via theoretically driven research has the capacity to lead to streamlined protocols that optimize the efficacy and efficiency of psychosocial treatments for CLBP.



### **ARNDT BÜSSING**

PhD (School of Health, Witten/Herdecke University)

**Painel:** 30 março, 14h – Spirituality as a Resource to Cope with Chronic Diseases – An overlooked dimension of Integrative Medicine

**Bio PT:** Arndt Büssing é médico e professor de qualidade de vida, espiritualidade e coping na Universidade de Witten/Herdecke, na Alemanha. Os seus interesses de investigação centram-se na espiritualidade enquanto mecanismo de coping, no suporte às necessidades espirituais de pessoas em situação de adversidade e na spiritual dryness como forma de crise espiritual. É co-editor-chefe da revista Religions e membro do conselho editorial das revistas Journal of Religion and Health, Spiritual Care e Journal for the Study of Spirituality.

**Bio EN:** Arndt Büssing is a MD and professor for quality of life, spirituality and coping at the Witten/Herdecke University, Germany. Research interests focus on spirituality as a resource to cope, support of spiritual needs in people in difficult life situations, and spiritual dryness as a form of spiritual crisis. He is co-Editor-in-Chief of the journal Religions, and member of the editorial boards of Journal of Religion and Health, Spiritual Care, and Journal for the Study of Spirituality.

**Resumo:** Vários estudos demonstram que a espiritualidade ou fé de uma pessoa é um recurso relevante para o coping, mesmo em sociedades seculares. A espiritualidade é um construto multidimensional que depende de factores culturais e religiosos, mas também de preferências pessoais. Dependendo deste recurso não “produz” saúde, mas pode auxiliar na adoção de uma perspectiva diferente e mais consciente da vida, mesmo em situações de vida difíceis. Ajuda à reconciliação com a situação e com a vida em geral e à reconexão com o Sagrado, o que pode trazer significado, segurança e esperança. Porém, a maioria dos profissionais de saúde não consideram que apoiar este recurso faz parte do seu dever, pois frequentemente têm falta de tempo, conhecimento e competências, ou não se sentem responsáveis por tal. Contudo, num sistema de cuidados de saúde moderno que tenha uma abordagem abrangente aos cuidados de saúde (apesar dos custos económicos), a consideração pelas necessidades existenciais/espirituais deveria ser não opcional, mas essencial. Isto implica que os pacientes sejam valorizados na sua situação de vida específica, contexto biográfico, procura de significado, esperanças e convicções religiosas e não religiosas, sendo isto importante tanto para o processo de doença, como de recuperação. Enquanto o apoio às necessidades espirituais é bem aceite em cuidados paliativos, estas não são ainda consideradas relevantes nos estádios iniciais de doença, em que os pacientes são maioritariamente deixados sozinhos com as suas necessidades existenciais/espirituais. A avaliação sistemática e estruturada das necessidades existenciais/espirituais é, portanto, um pré-requisito essencial para fazer justiça a um sistema de cuidados abrangente.

**Abstract:** There are several studies that clearly underline that a person’s spirituality or faith is a relevant resource to cope, also in secular societies. Spirituality as a multidimensional construct is depending on cultural and religious issues and also individual preferences. Relying on this resource will not ‘produce’ health, but may help to take a different, more aware perspective on life – even in difficult life situations. It helps to reconcile with the situation and life in general, and to reconnect with the Sacred, which may give meaning, hold and hope. Yet, most health care professionals do not regard it as their duty to support this

resource as they often lack adequate time resources, knowledge and competences, or don't feel responsible. However, for a modern healthcare system that takes a comprehensive healthcare mandate seriously (despite all the economic burdens) the consideration of existential/spiritual needs should not only be optional, but essential. This implies that patients are valued with their specific life situation, biographical background, search for meaning, their hopes and religious and non-religious convictions – and that it is important for both illness and recovery processes. While the support of spiritual needs is well accepted in palliative care, it is not yet recognized as relevant in the early phases of diseases when patients are mostly left alone with their existential/spiritual needs. The systematic and structured assessment of existential/spiritual needs is thus an essential prerequisite for being able to do justice to a comprehensive care mandate.



### ALEXANDRA FERREIRA-VALENTE

PhD (William James Center for Research, ISPA – Instituto Universitário)

**Painel:** 30 março, 15h00 – Coping with Pain through Hypnosis, mindfulness, and Spirituality: State-of-the-art and results of a randomized experimental mixed-design study

**Bio PT:** Alexandra Ferreira-Valente é psicóloga clínica e investigadora no William James Center for Research do ISPA – Instituto Universitário. Coordena projetos de investigação financiados no âmbito da Psicologia da Dor e do impacto psicossocial da COVID-19. Entre os seus interesses de investigação estão o estudo dos preditores psicossociais de ajustamento psicológico em pessoas com dor, e o papel da cultura no processo de ajustamento psicológico nesta população clínica.

**Bio EN:** Alexandra Ferreira-Valente is a clinical psychologist and researcher at the William James Center for Research at ISPA – University Institute. She coordinates financed research projects in the scope of Pain Psychology and the psychosocial impact of COVID-19. Among her research interests are the study of psychosocial predictors of psychological adjustment in people with pain, and the role of culture in the psychological adjustment process in this clinical population.

**Resumo:** Tem havido um interesse crescente em estudar os potenciais benefícios das chamadas abordagens complementares e alternativas para o tratamento da dor, como hipnose e intervenções baseadas em mindfulness.

Mais recentemente, os pesquisadores também se interessaram em estudar os efeitos das práticas espirituais na experiência da dor. Essas práticas podem aumentar a tolerância à dor, resultar numa reavaliação positiva da dor e influenciar outras variáveis psicológicas que sabidamente estão associadas à experiência da dor. O estudo COPAHS é um estudo de medidas repetidas de desenho misto experimental quantitativo randomizado, avaliando e comparando os efeitos imediatos da auto-hipnose, meditação mindfulness e uma intervenção espiritual relativa a uma condição de controle para aumentar a tolerância à dor, reduzir a intensidade e o stress relacionado com a dor, em resposta à estimulação dolorosa experimental. Adultos saudáveis elegíveis foram randomizados a uma das quatro condições de estudo. Os participantes ouviram 20 minutos de prática guiada por um áudio de auto-hipnose, meditação mindfulness ou oração cristã. Os participantes do grupo controle não foram orientados a utilizar qualquer estratégia específica durante a estimulação dolorosa. Os participantes foram submetidos a dois ciclos de Cold Pressor Arm Wrap. A intensidade da dor, a tolerância à dor e o stress relacionado com a dor, medidos pela variabilidade da frequência cardíaca, foram avaliados. Neste simpósio serão apresentados e discutidos os resultados racionais, protocolares e preliminares do estudo COPAHS.

**Abstract:** There has been an increasing interest in studying the potential benefits of so-called complementary and alternative approaches for pain management, such as hypnosis and mindfulness-based interventions. More recently, researchers have been interested in studying the effects of spiritual



practices on pain experience as well. These practices may increase pain tolerance, result in a positive re-appraisal of pain and influence other psychological variables that are known to be associated with pain experience. The study COPAHS is a randomised quantitative experimental mixed-design repeated-measures study, assessing and comparing the immediate effects of self-hypnosis, mindfulness meditation, and a spiritual intervention relative to a control condition for increasing pain tolerance and reducing pain intensity and pain-related stress, in response to experimental painful stimulation. Eligible healthy adults were randomised to one of the four study conditions. Participants listened to 20-minute audio-guided practice of either self-hypnosis, mindfulness meditation, or Christian prayer. Participants in the control group were not be instructed to use any specific strategy during the painful stimulation. Participants were submitted to two cycles of Cold Pressor Arm Wrap. Pain intensity, pain tolerance, and pain-related stress, as measured by heart rate variability, were assessed. In this symposium the rationale, protocol and preliminary results of the study COPAHS will be presented and discussed.



### **PATRÍCIA PINTO**

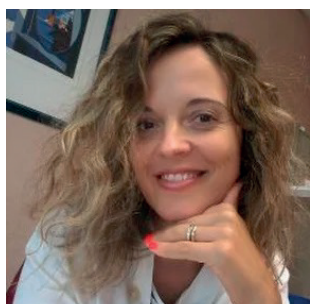
PhD (ICVS, School of Medicine, University of Minho)

**Painel:** 30 março, 16h30 – Psychological management of pain and quality of life in people with hemophilia

**Bio PT:** Patrícia Pinto é investigadora do Instituto de Investigação em Ciências da Vida e da Saúde (ICVS/3B's) da Escola de Medicina da Universidade do Minho, onde é responsável por diversos projetos de investigação e ensaios clínicos em contexto de saúde e doença, em particular na área da dor.

Doutorada em Psicologia da Saúde pela Universidade do Minho na área da dor cirúrgica, é especialista em Psicologia Clínica e da Saúde pela Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) e tem formação adicional em hipnose clínica e em terapias cognitivo-comportamentais de 3.ª geração.

**Bio EN:** Patrícia Pinto is a researcher at the Life and Health Sciences Research Institute (ICSV/ 3B's) of the School of Medicine at the University of Minho, where she is responsible for several research projects and clinical trials in the context of health and disease, particularly around pain. Ph.D. in Health Psychology at the University of Minho in surgical pain, she is a specialist in Clinical and Health Psychology by the Order of Portuguese Psychologists (OPP) and has additional training in clinical hypnosis and 3rd generation cognitive-behavioral therapies.



### **ANA CARINA RESINA**

MSc (Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central, Task Force in Psychology of the Portuguese Association for the Study of Pain)

**Painel:** 30 março, 17h15 – Round table: Pain management through the eyes of the psychotherapists: Case studies

**Bio PT:** Ana Carina Resina é psicóloga clínica da saúde, tendo completado o seu Mestrado em Psicologia Clínica da Saúde pela Faculdade de Psicologia – Universidade de Lisboa. Tem formação pós-graduada em Psicoterapia Cognitivo-Comportamental e em Coaching Psicológico. Atualmente, é psicóloga clínica da saúde no Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central – E.P.E. sendo elemento constituinte da equipa da Unidade Multidisciplinar de Dor Crónica desde 2005.

Atualmente, é psicóloga clínica da saúde no Centro Hospitalar Universitário de Lisboa Central – E.P.E. sendo elemento constituinte da equipa da Unidade Multidisciplinar de Dor Crónica desde 2005.

**Bio EN:** She is a clinical health psychologist who completed her Master's degree in Clinical Health Psychology at the School of Psychology – University of Lisbon. She has post-graduate training in Cognitive-Behavioural Psychotherapy and Psychological Coaching. She is currently a clinical health psychologist at the University Hospital Center of Central Lisbon – E.P.E., where she is a member of the Chronic Pain Multidisciplinary Unit since 2005.



### MARIA JOSÉ RAMALHO

MSc (Centro Hospitalar de Setúbal)

**Painel:** 30 março, 17h15 – Round table: Pain management through the eyes of the psychotherapists: Case studies

**Bio PT:** Maria José Ramalho é psicóloga com Especialização em Psicologia Clínica e da Saúde pela Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) desde 2016. É pós-graduada em Controlo da Dor (Avaliação e Intervenção Psicológica e Clínica) desde 2018 pelo Instituto Português de Psicologia e Outras Ciências, especialista em Intervenção Psicoterapêutica Cognitivo-Constructivista pela Universidad Nacional de Educación a Distancia, e psicoterapeuta pela Sociedade Portuguesa de Psicoterapias Constructivistas e pela OPP. Integra a equipa interdisciplinar da Unidade Multidisciplinar de Dor Crónica do Centro Hospitalar de Setúbal – E.P.E. e desenvolve prática clínica independente no Posto Médico de uma empresa da cintura industrial de Setúbal. No âmbito da sua actividade hospitalar tem integrado várias comissões hospitalares, desenvolvido atividade formativa com vários grupos profissionais e sido elemento de ligação em várias parcerias estabelecidas com outros organismos oficiais. Ao longo da sua carreira, tem participado como oradora em eventos científicos e publicado em revistas técnicas e não técnicas.

**Bio EN:** Maria José Ramalho is a psychologist with specialty in Clinical and Health Psychology by the Order of Portuguese Psychologists (OPP) since 2006. She completed a post-graduation in Pain Control (Clinical and Psychological Assessment and Intervention) in 2018 by the Portuguese Institute of Psychology and Other Sciences, she is a specialist in Cognitive-Constructivist Psychotherapeutic Intervention by the Universidad Nacional de Educación a Distancia, and a psychotherapist by the Portuguese Society of Constructivist Psychotherapies and by the OPP. She is a member of the Chronic Pain Multidisciplinary Unit of the Hospital Center of Setúbal, E.P.E., and has an independent clinical practice at a company's Medical Post in Setúbal's industrial belt. She has integrated several hospital commissions, taught courses to diverse professional groups and has served as connection in established partnerships between other official agencies. Throughout her career she has participated as speaker in scientific events and published in technical and non-technical journals.



### FABRIZIA RAGUSO

PhD (Portuguese Catholic University, Center of Philosophical and humanistic Studies)

**Painel:** 30 março, 17h15 – Round table: Pain management through the eyes of the psychotherapists: Case studies

**Bio PT:** Fabrizia Raguso é licenciada em Psicologia Clínica pela Universidade "La Sapienza" de Roma e em Teologia pela Universidade de Liubliana. Formou-se em Psicologia Relacional e Terapia Familiar na Academia de Terapia Familiar de M. Andolfi, em Roma, e tem frequentado vários seminários internacionais nesta área com M. Elkaïm, G. Cecchin, C. Saccu, F. Wolsh, entre outros. Doutorou-se em Filosofia Ética na Universidade do Minho e é Professora Auxiliar na Universidade Católica Portuguesa, CR Braga, onde leciona na área da Psicologia. Em 2010, foi investigadora júnior na Alta Scuola di Psicologia A. Gemelli, em Milão, a convite do Prof. Vittorio Cigoli. É membro integrado do Centro de Estudos Filosóficos e Humanísticos (CEFH) desde 2005 e, atualmente, está a realizar estudos na área da clínica familiar e da transmissão intergeracional de valores.

**Bio EN:** Fabrizia Raguso has a Bachelor's degree in Clinical Psychology by the University "La Sapienza" in Rome and in Theology by the University of Ljubljana. She is trained in Relational Psychology and Family Therapy by the Academy of Family Therapy of M. Andolfi in Rome, and frequented international seminars within this field with M. Elkaïm, G. Cecchin, C. Saccu, F. Wolsh, among others. She completed her Ph.D.

in Ethical Philosophy at the University of Minho and she is an assistant professor at the Portuguese Catholic University, CR Braga, where she teaches in the field of Psychology. In 2010, she was a junior researcher at the Alta Scuola di Psicologia A. Gemelli in Milan, by invitation of Professor Vittorio Cigoli. She is an integrated member of the Center of Philosophical and Humanistic Studies (CEFH) since 2005 and is currently researching in the field of family clinic and intergenerational transmission of values.

**Resumo:** Três psicólogas reúnem-se à volta da mesa para conversarem (in)formalmente sobre casos clínicos. Será apresentado um caso clínico de um utente com dor fantasma, que elucidará acerca do contributo da intervenção psicológica – cognitivo-comportamental – em contexto de intervenção multidisciplinar em ordem à melhoria da qualidade de vida. Um segundo caso clínico a ser discutido numa perspetiva familiar e relacional, será aquele de uma mulher de 79 que não responsiva a nenhum tratamento, apesar de ter um diagnóstico de tipo neurológico há mais de uma década. O terceiro caso clínico a discutir nesta mesa redonda será o de um utente com dor crónica junto de quem a terapia da aceitação e compromisso parece ter trazido benefícios significativos.

**Abstract:** Three psychologists gather around the table for an (in)formal talk on case studies. A case of phantom pain will be presented to elucidate on the contribution of psychological intervention within the scope of work of a multidisciplinary team, to improve the quality of life of people living with chronic pain, as well as a case of a 79-year old patient who does not respond to any cure, despite having a diagnosis of neurological type for over a decade.



**MARTA OSÓRIO DE MATOS**

PhD (ISCTE, Department of Psychology)

**Painel:** 31 março, 10h00 – Non-pharmacological strategies to approach chronic pain in late adulthood: An overview of the state-of-the-art and needs assessment

**Bio PT:** Marta Matos completou o seu Doutoramento em Psicologia Clínica e da Saúde pelo ISCTE-IUL. É investigadora integrada no Centro de Investigação e Intervenção Social (Cis, ISCTE) e co-coordenadora do Grupo de Investigação Health For All (H4A, Cis, ISCTE). Durante o seu Mestrado (2010) e Doutoramento (2016), focou-se no papel do suporte social dos cuidadores formais na experiência de dor crónica dos idosos. Com a sua investigação, pretende compreender as dinâmicas interpessoais de receber suporte social para a autonomia funcional em idosos com dor crónica e investigar as experiências de cuidadores formais e informais na prestação de cuidados a idosos. Motiva-a o interesse em traduzir conhecimento baseado na evidência em práticas de cuidar com um sólido quadro teórico subjacente. As suas investigações têm vindo a ser apoiadas e reconhecidas por instituições dedicadas à investigação na área da dor, em particular, através de uma bolsa para formação avançada na área da dor (ASTOR 2014), um prémio de investigação em dor clínica (Grünenthal Foundation 2016) e um prémio de melhor poster por Angelini/ASTOR (ASTOR 2021).

**Bio EN:** Marta Matos is a Ph.D. in Clinical and Health Psychology by ISCTE-IUL. She is an integrated researcher at the Social Investigation and Intervention Center (Cis, ISCTE) and co-coordinator of the Health For All Research Group (H4A, Cis, ISCTE). During her Master (2010) and Ph.D. (2016) at ISCTE she focused on the role of social support of formal caregivers in older adults' chronic pain experiences. Her research is dedicated to understanding the interpersonal dynamics of receiving social support for functional autonomy in older adults with chronic pain, and investigating the experiences of providing care to older adults in formal and informal caregivers. Her research is motivated by an interest in translating evidence-based knowledge into caregiving practices with a solid theoretical framework. Her work has been supported and recognized by institutions that focus on pain research, notably through a fellowship for advanced pain training (ASTOR 2014), a clinical pain research award (Grünenthal Foundation 2016) and best poster award by Angelini/ASTOR (ASTOR 2021).

**Resumo:** À medida que as pessoas envelhecem, a dor crónica torna-se altamente prevalente (50% na comunidade e mais de 85% em contextos institucionais), traduzindo-se num obstáculo ao envelhecimento activo por impedir que as pessoas se envolvam de forma independente nas actividades diárias e em interacções sociais. Como tal, investir em redes de suporte social, profissionais e prestação de cuidados é um caminho essencial para reduzir a incapacidade de populações a envelhecer com dor crónica. Propôs-se que o suporte social relacionado com a dor crónica possa ser um factor protetor ou de risco, na medida em que promove autonomia funcional vs. dependência (grau em que a pessoa é capaz de realizar as actividades diárias com ou sem assistência). Através do uso de métodos quantitativos (transversais e longitudinais) e qualitativos, concluiu-se que a promoção da autonomia funcional é considerada pelos idosos como o tipo de suporte mais útil e capacitador. Ademais, mostrou ter um papel duplamente protetor no efeito prejudicial da intensidade da dor na incapacidade associada à dor. No que respeita a promoção da dependência funcional, os resultados confirmaram-na como sendo um factor de risco, pois predisse um aumento da incapacidade associada à dor ao fim de 3 meses, por meio de uma diminuição do funcionamento físico e auto-eficácia dos idosos.

**Abstract:** As people age, chronic pain becomes highly prevalent (50% in community settings and more than 85% in institutional settings), translating into an obstacle to healthy ageing by preventing people from independently engaging in activities of daily living and social interactions. Therefore, investment on social support networks, professionals and care provision is a key path to reduce disabilities in ageing populations with chronic pain. We have proposed that pain-related social support might be protective or a risk factor, as far as it promotes functional autonomy vs. dependence (the extent to which people are able to perform activities of daily living with or without assistance). Through quantitative (cross-sectional and longitudinal) and qualitative methods, we have concluded that promoting functional autonomy is identified by older adults as the most helpful and enabling type of support. Also, it has shown to have a double protective role on the detrimental effects of pain intensity on pain disability. Concerning the promotion of functional dependence, our findings confirmed it is a risk factor, since it predicted an increase in older adults' pain-related disability after 3 months through a decrease in their level of physical functioning and self-efficacy.



### CATARINA TOMÉ PIRES

PhD (University Autónoma of Lisbon, Department of Psychology)

**Painel:** 31 março, 11h15 – Psychological management of pediatric pain: Recent trends and future directions

**Bio PT:** Catarina Tomé Pires é psicóloga, doutorada em Psicologia (2014) pela Universitat Rovira i Virgili e pós-doutorada em Psicologia (2019) pelo ISCTE-IUL. É professora auxiliar na Universidade Autónoma de Lisboa (UAL) desde 2020 e investigadora integrada no Centro de Investigação em Psicologia (CIP) da UAL desde 2021. A sua investigação tem-se focado na Psicologia da Dor, explorando o papel e o impacto de factores psicológicos na experiência de dor crónica, técnicas e intervenções psicológicas no tratamento da dor crónica, e comunicação social na dor. Integra o Grupo de Trabalho de Psicologia da Dor da Associação Portuguesa para o Estudo da Dor (APED) desde 2020. É ainda autora e revisora de vários artigos científicos publicados em revistas nacionais e internacionais.

**Bio EN:** Catarina Tomé Pires is a psychologist with a Ph.D. in Psychology (2014) by the Universitat Rovira i Virgili and a post-doctorate in Psychology (2019) by ISCTE-IUL. She is an assistant professor at University Autónoma of Lisbon (UAL) since 2020 and an integrated researcher at the Psychology Investigation Center (CIP) of UAL since 2021. Her research has focused on pain psychology, exploring the role and impact of psychological factors on the experience of chronic pain, psychological techniques and interventions for treatment of chronic pain, and social communication in pain. She has been a member of the Task Force of Pain Psychology of the Portuguese Association for the Study of Pain (APED) since 2020 and has authored and reviewed several scientific papers published in national and international journals.



# WORKSHOP

## “PUBLISHING YOUR RESEARCH FINDINGS: STRATEGIES FOR SUCCESS”



### MARK P. JENSEN

PhD (Department of Rehabilitation Medicine, University of Washington, Seattle, WA)

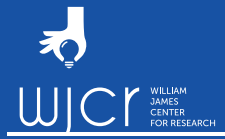
**Painel:** 30 de março, 11h – Mindfulness meditation, cognitive therapy, and behavioral activation for chronic low back pain: Preliminary findings from a randomized controlled trial

**Bio PT:** Mark Jensen, Ph.D., é vice-presidente para a investigação do Departamento de Medicina de Reabilitação da Universidade de Washington. Enquanto clínico e investigador tem vindo a desenvolver e estudar a eficácia de programas de intervenção psicossociais para a dor, bem assim como a desenvolver workshops nacionais e internacionais sobre tais tratamentos ao longo de mais de 30 anos. Na sua prática clínica combina abordagens cognitivo-comportamentais, hipnóticas e motivacionais para intervir junto de pessoas com dor crónica. A sua linha de investigação centra-se no desenvolvimento e avaliação de escalas de avaliação de dor, crenças acerca da dor e estratégias para lidar com a dor, bem como no desenvolvimento e avaliação de intervenções psicossociais para a dor.

**Bio EN:** Mark Jensen, Ph.D., is UW Medicine's vice chair for research in Rehabilitation Medicine and a UW professor of Rehabilitation Medicine. As a clinician/scientist, he has been developing and studying the efficacy of psychosocial pain treatments and facilitating national and international workshops on these treatment approaches over three decades. In his clinical work, he combines cognitive-behavioral, hypnotic and motivational approaches to help patients better manage chronic pain and its effects on their lives. His research program focuses on the development and evaluation of measures of pain, pain beliefs and pain coping strategies, as well as on the development and evaluation of psychosocial pain interventions.

**Resumo:** A disseminação dos resultados das investigações é um objectivo central de qualquer investigador de sucesso. Para que os seus resultados cheguem a audiências mais alargadas e tenham maior influência no seu campo de estudo, os investigadores muitas vezes tentam publicar os seus resultados em revistas com elevados factores de impacto. Nesta palestra, o Prof. Mark Jensen, editor-chefe do Journal of Pain e autor de mais de 600 artigos em revistas avaliadas por pares, irá descrever os problemas mais frequentemente encontrados em artigos submetidos para publicação na revista e fazer recomendações sobre como evitá-los. De seguida, irá apresentar um esquema geral para organizar artigos científicos, que considera ser o mais bem-sucedido na obtenção de decisões editoriais positivas.

**Abstract:** Dissemination of research findings is a central goal of successful researchers. In order for their research findings to reach the largest audiences, and have the most influence on the field, researchers often seek to publish their findings in journals with high impact factors. In this talk, Dr. Jensen, the Editor-in-Chief of the Journal of Pain, and author of over 600 articles in peer-reviewed journals, will describe the most common problems seen in articles submitted for publication in the journal, and make specific recommendations for how to avoid those problems. He will then review a general outline for organizing a scientific paper that he has found to be most successful in obtaining positive editorial decisions.



 **ISPAMEDIA**  
 **ISPAMEDIA**  
 **C/ISPAMEDIA**  
 **ISPA.PT**