



apresentam

# ABORDAGEM MULTIPROFISSIONAL DE PACIENTES COM DORES CRÔNICAS

Rosana Mara da Silva

Fisioterapeuta na SMS de Jaraguá do Sul - SC



# A Dor na APS

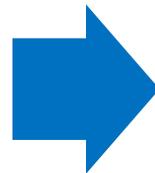
A dor crônica é aquela que persiste mesmo após a cura da lesão, com duração superior a três meses (IASP, 1994).



A dor crônica perde o caráter de alerta apresentado pela dor aguda e exibe como características o comprometimento funcional, sofrimento, incapacidade física e emocional progressiva com interferência significativa na qualidade de vida  
(OLIVEIRA et al., 2013)

# Pensando na Dor

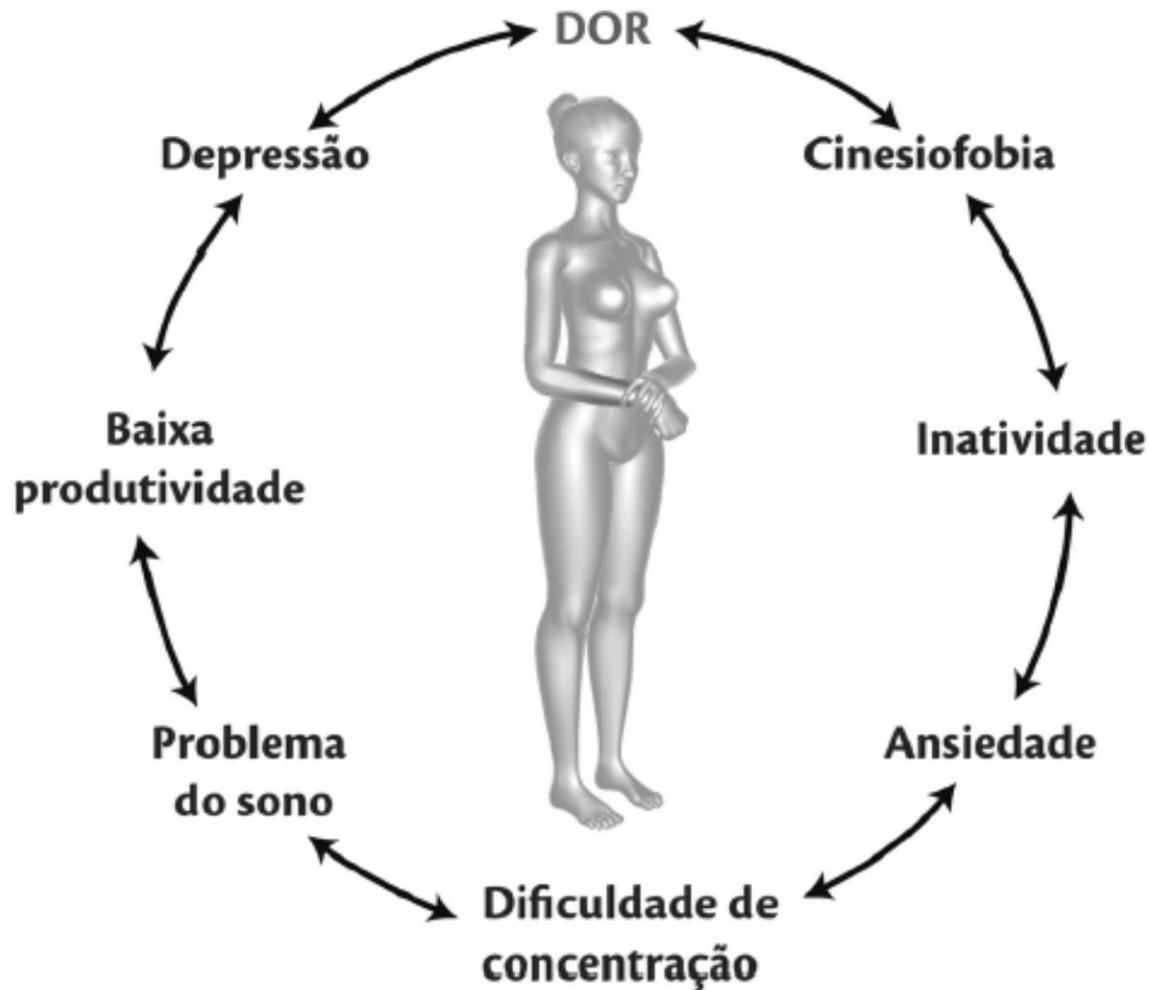
A dor musculoesquelética crônica é um problema de saúde prevalente que acarreta sérios prejuízos pessoais e socioeconômicos à sociedade.



É uma queixa complexa, que, muitas vezes, não apresenta origem definida, envolve sofrimento desnecessário, incapacidade funcional progressiva e diminuição da qualidade de vida.



# CICLO DA DOR

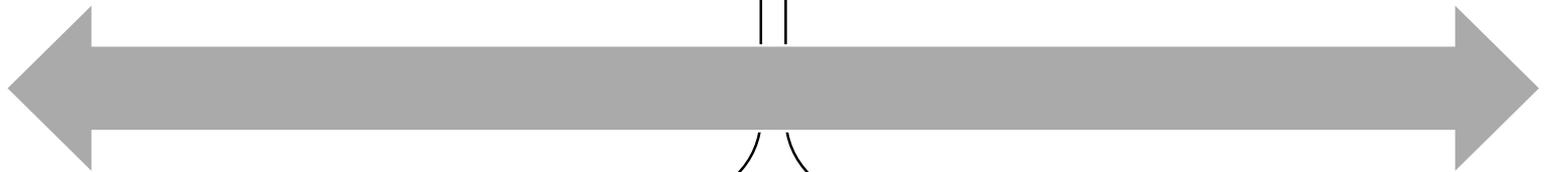




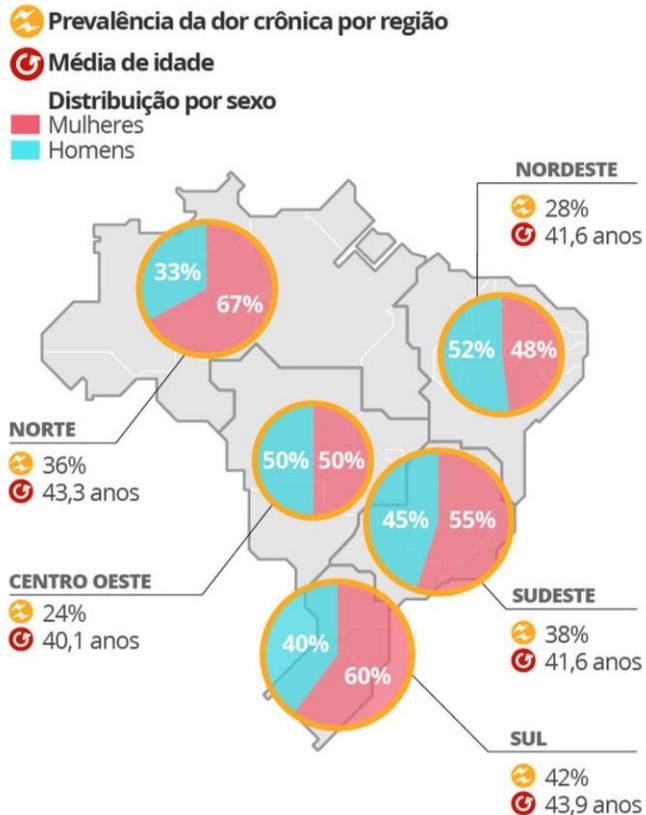
No Brasil, estima-se que entre 41 e 61% da população economicamente ativa sofre de dores crônicas, sendo um importante fator de absenteísmo ao trabalho, o que gera custos tanto para a economia quanto para o setor de saúde (KRELING et al., 2006; SÁ et al., 2009).



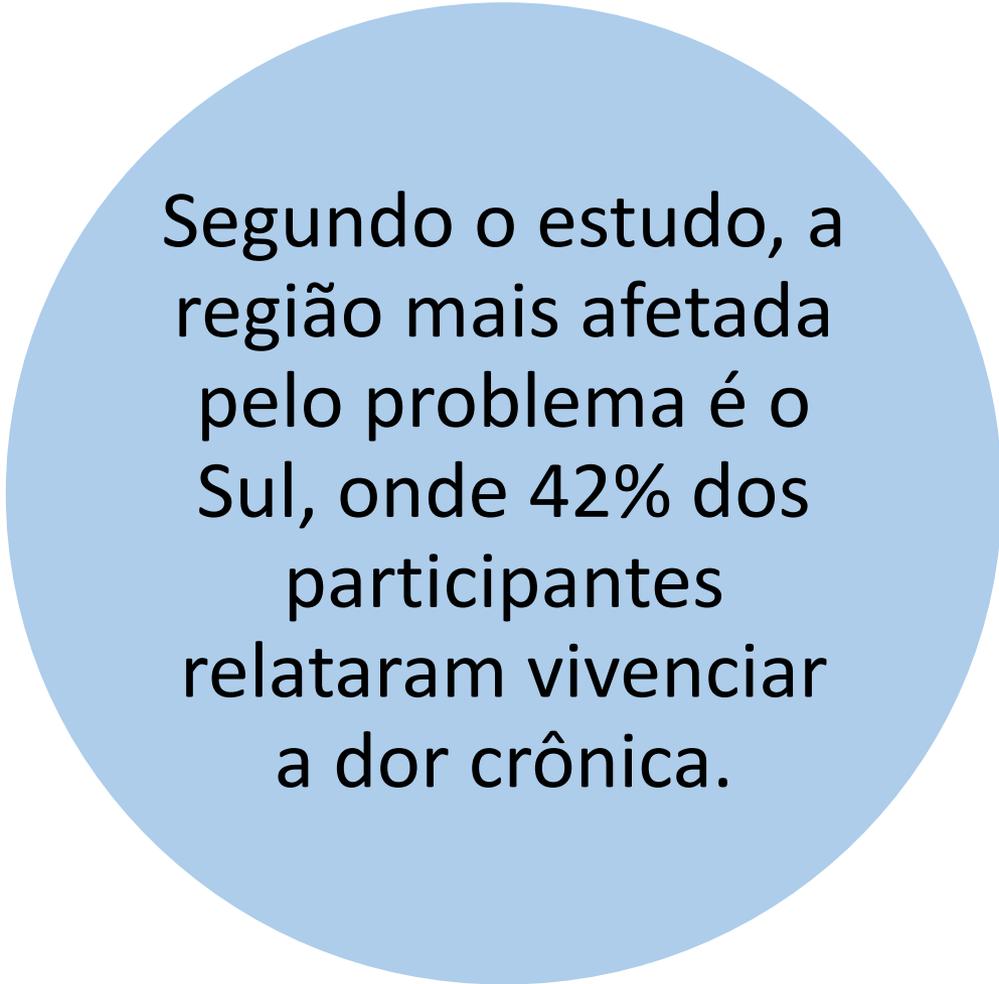
Este tipo de dor é um importante fator agravante de saúde pública mundial e responsável pela maior parte da procura por consultas médicas sendo, portanto, foco de várias pesquisas que utilizam diferentes técnicas para o seu controle (GUREJE et al, 1998).



# Dor no Brasil



- A dor crônica faz parte do cotidiano de 37% dos brasileiros.
- O resultado indica que a prevalência encontrada no Brasil é similar à situação global.
- As principais dores crônicas no Brasil e no mundo são dores na região lombar e dores de cabeça. Também são comuns dores relacionadas ao câncer e doenças osteoarticulares.



Segundo o estudo, a região mais afetada pelo problema é o Sul, onde 42% dos participantes relataram vivenciar a dor crônica.

# PNAB (2017)

A atenção primária é responsável por uma série de ações e cuidados em saúde, indo de práticas preventivas às de reabilitação, prevendo ações no âmbito individual e coletivo como forma de promoção e manutenção da saúde das pessoas.

Universalidade

Vínculo e  
continuidade

Integralidade

Responsabilização

Humanização

Equidade

Participação Social

sujeito em sua singularidade,  
na complexidade, e na  
inserção sociocultural.

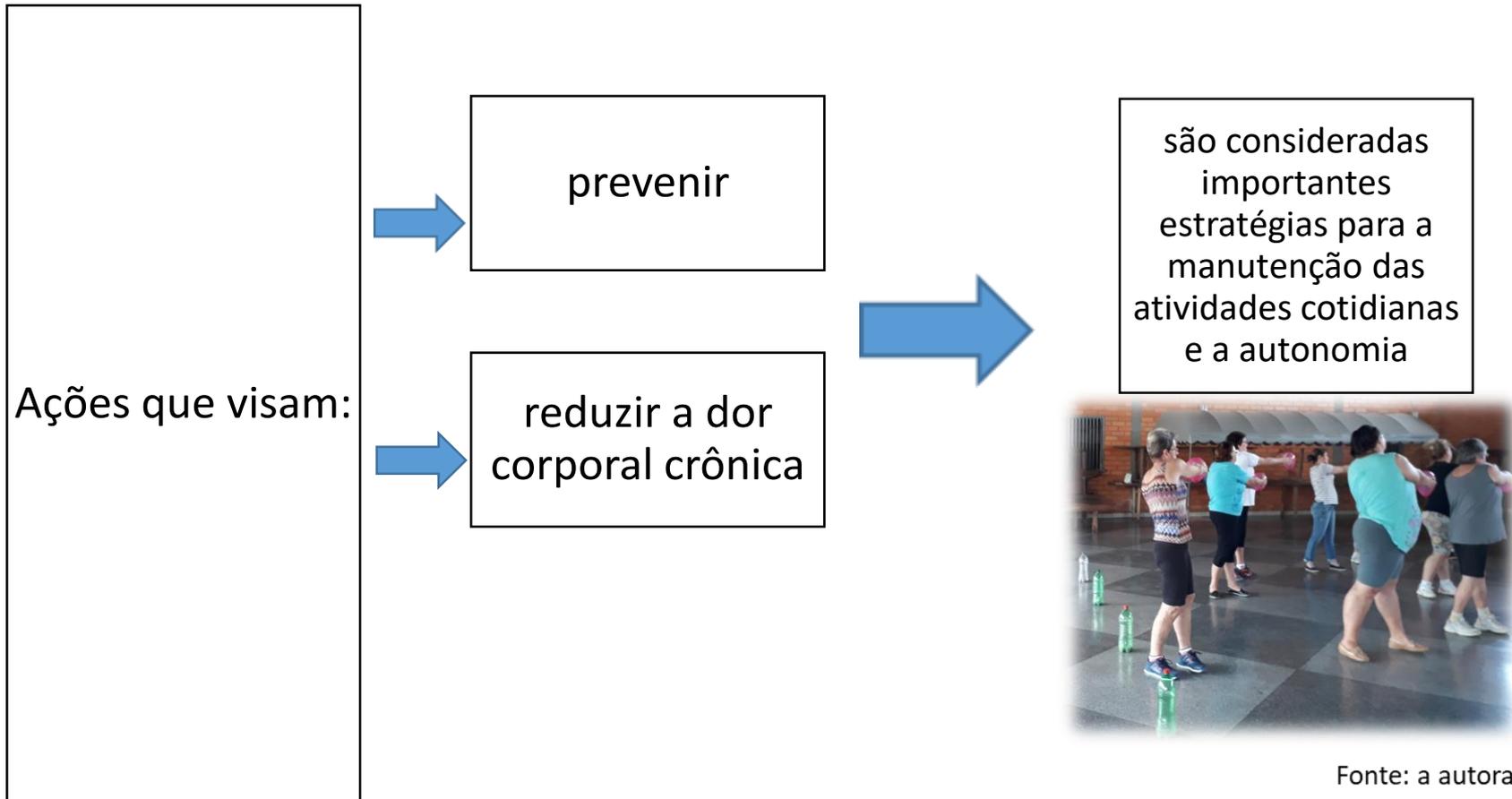
# Realidade...



O SUS ocupa-se em atender grande parte desta população que, na busca do alívio de seus sintomas, procura nos profissionais da saúde uma solução.

O próprio sistema necessita mobilizar um montante considerável de recursos para dar conta da demanda de medicamentos e consultas que estes pacientes precisam.

# Analizando Ações...



Fonte: a autora

Ao contrário do tratamento da dor aguda, os agentes químicos analgésicos não se demonstram eficazes contra a dor crônica (Turk et al., 2006).

A baixa eficácia do uso contínuo de fármacos está inevitavelmente associada a efeitos secundários indesejáveis e à baixa adesão ao tratamento farmacológico.

# Tratamento...

Por isso, o tratamento da dor crônica deve caracterizar-se por programas multidimensionais agindo sobre características biopsicossociais (Turk et al., 2006; Flor et al., 2004).

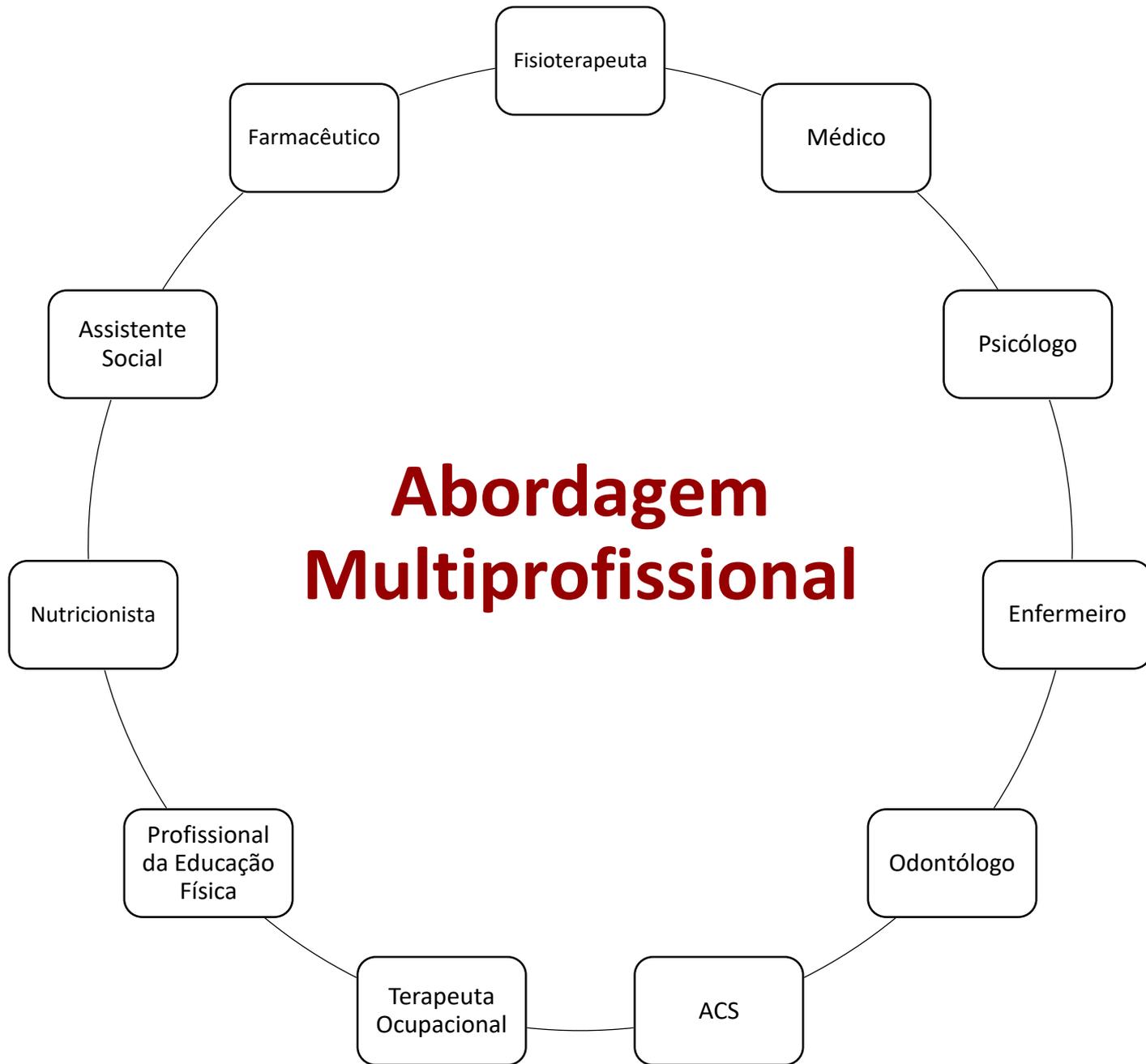
No plano biológico esses programas visam regular os mecanismos endógenos de controle da dor e a concentração de neurotransmissores (como serotonina, noradrenalina e dopamina).

No plano psicológico reduzem ansiedade, depressão, angústia e incapacidades mentais geradas pela dor crônica.

No plano social favorecem a autoestima, a participação social e a produtividade intelectual e física.

Dentre as estratégias empregadas pelos programas multidisciplinares destinados à dor crônica, temos gestão do estresse, educação dos pacientes e das famílias, relaxamento e orientações práticas para as atividades de vida diária, sendo a atividade física a estratégia mais utilizada (Bennett et al., 1996; Barcellos et al., 2007).

A prescrição de exercícios para o tratamento da dor crônica é defendida há mais de 20 anos pela literatura científica (McCain et al., 1988).



Para os profissionais de saúde, cuidar de pessoas com dores crônicas representa um desafio. Diariamente, precisam conscientizar o portador da dor crônica que a compreensão da sua dor é fundamental para a descoberta da sua capacidade de superação.



Fonte: a autora

# O trabalho com grupos para dores crônicas

A principal estratégia de utilização de grupos, nesse nível de atenção, está na possibilidade do desenvolvimento de características como cooperação, vínculos, comunicação, adaptação crítica e reflexiva à realidade, entre outras ligadas ao desenvolvimento sustentável de comunidades.



# A EXPERIÊNCIA EM JARAGUÁ DO SUL - SC



PESSOAS ATENDIDAS	GRUPOS/ ACADEMIA EM SAÚDE	RESULTADOS
609 PESSOAS PARTICIPANTES	2 GRUPOS LIAN GONG 2 ACADEMIAS DE SAÚDE 1 GRUPO VIVA MAIS LEVE 5 GRUPOS DE ALONGAMENTO E CAMINHADA 2 GRUPOS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE 1 GRUPO DE COLUNA	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELHORA DA REFERÊNCIA DE DORES MUSCULARES - 74% (ESCALA VISUAL DE DOR);</li> <li>• INTEGRAÇÃO DA COMUNIDADE;</li> <li>• CUIDADO COM O OUTRO.</li> </ul>

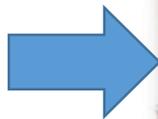


Fonte: a autora

	<b>ENVOLVIDOS</b>	<b>INTERAÇÃO SOCIAL</b>	<b>ATIVIDADES DESENVOLVIDAS</b>
<b>ATENDIMENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UNIDADES ESCOLAS</li> <li>• NASF</li> <li>• PROFISSIONAIS DA EDUCAÇÃO FÍSICA</li> <li>• ACADÊMICOS E PROFESSORES DO CURSO DE FISIOTERAPIA</li> <li>• GRUPO DE COLUNA - FISIOTERAPEUTA</li> </ul>	<p>COMPROMETIMENTO DA COMUNIDADE;</p> <p>LEVANTAMENTO DOS PROBLEMAS COMUNITÁRIOS;</p> <p>MOBILIZAÇÃO PARA CONSEGUIR UM LOCAL PARA REALIZAR O GRUPO;</p> <p>MOBILIZAÇÃO PARA A COMUNIDADE;</p>	<p>RODAS DE CONVERSA; PICs – auriculoterapia e Lian Gong;</p> <p>PASSEIOS; CAMINHADAS; CIRCUITOS MOTORES; EXERCÍCIOS DE FORTALECIMENTO MUSCULAR; EXERCÍCIOS POSTURAI; DANÇAS;</p> <p>JOGOS EM GRUPOS; CAFÉS COMUNITÁRIOS.</p>



**Atividades**



# Vídeos Educativos



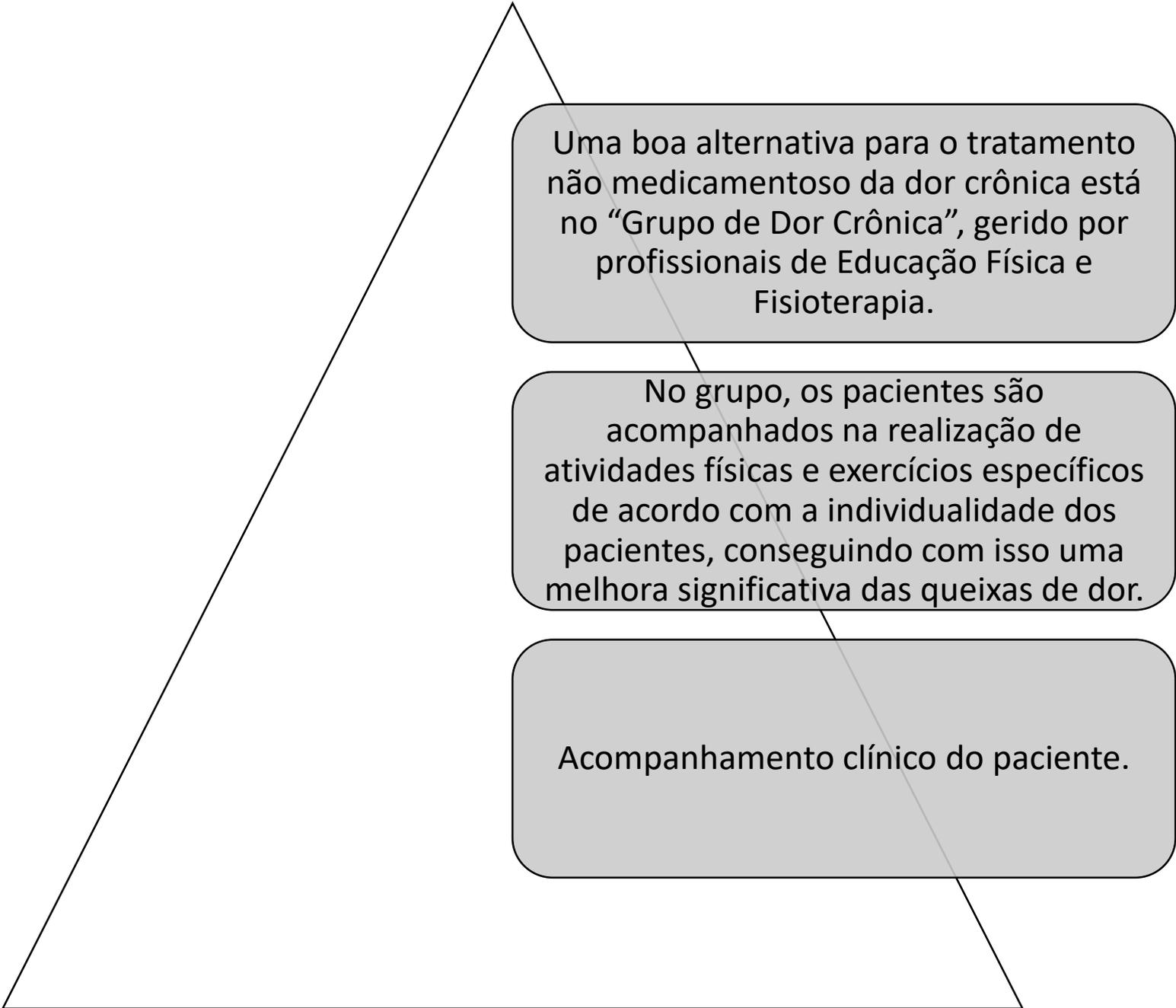
# Enfrentamento e Ações

1. Diagnóstico situacional da área de abrangência
2. Identificação do problema
3. Priorização do problema: consultas seguidas por dor crônica
4. **Problemas delineados:**
  - Uso de automedicação pelo paciente quando não vê a resolutividade de seu quadro;
    - Necessidade de mudança do estilo de vida dos pacientes para conseguir um melhor controle sobre a dor pela prática de atividade física;
    - Resistência do paciente ao tratamento não medicamentoso.

# Repensando as Ações...

O paciente com dor crônica, independente da origem de sua dor, acaba tornando-se um problema para a atenção primária à saúde, uma vez que seu quadro crônico, de difícil manejo, gera aumento no número de consultas por demanda espontânea, devido sua busca por resolução ou ao menos minimização de suas dores.

Muitas vezes leva o paciente a praticar automedicação numa tentativa de diminuir sua dor, o que pode gerar novos problemas para o paciente e, com isso, novas demandas por consultas, ou seja, gera um ciclo incessante.



Uma boa alternativa para o tratamento não medicamentoso da dor crônica está no “Grupo de Dor Crônica”, gerido por profissionais de Educação Física e Fisioterapia.

No grupo, os pacientes são acompanhados na realização de atividades físicas e exercícios específicos de acordo com a individualidade dos pacientes, conseguindo com isso uma melhora significativa das queixas de dor.

Acompanhamento clínico do paciente.

# Referências

- Lemos AI. Dor Crônica: Diagnóstico, investigação e tratamento. 1ª ed. São Paulo: Atheneu; 2007.
- Teixeira MJ, Pimenta CAM. Epidemiologia da dor. In: Teixeira MJ, editor. Dor: Conceitos Gerais. São Paulo: Limay; 1995. p. 57-61.
- Cailliet R. Dor: mecanismos e tratamentos. Porto Alegre: Artmed; 1999.
- Alves LC, Leimann BCQ, Vasconcelos MEL, Carvalho MS, Vasconcelos AGG, Fonseca TCO, et al. A influência das doenças crônicas na capacidade funcional dos idosos do Município de São Paulo, Brasil. Cad Saúde Pública. 2007;23(8):1924-30.
- Gil CRR. Atenção primária, atenção básica e saúde da família: sinergias e singularidades do contexto brasileiro. Cad Saúde Pública. 2006;22(6):1171-81.
- Silva, RLP. Abordagem ao paciente com dor crônica: grupo multiprofissional de dor crônica como alternativa ao tratamento medicamentoso no programa saúde da família Abdalla Felício no município de Ponte Nova – Minas Gerais. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Especialização Gestão do Cuidado na Saúde da Família, Universidade Federal de Minas Gerais, para obtenção do Certificado de Especialista. 2018.

# **Perguntas e respostas**