

Pacientes com dores crônicas: como abordá-los na atenção básica?

Nome do Aluno: Ana Paula Gallelo

Nome da Orientador(a): [RAFAEL AIELLO BOMFIM](#)

Introdução

A dor crônica, atualmente é considerada um problema de saúde pública (1), provocando impactos na vida em vários aspectos: físico, psicológicos e sociais, que são, muitas vezes, difíceis de ajustamento e prejudicam várias áreas da vida do paciente, (2)

Alguns estudos têm sido conduzidos para verificar a interferência da dor crônica na vida das pessoas, avaliando o número e as características dos pacientes afetados, as principais dores e os recursos utilizados no seu tratamento. A prevalência de dor crônica estimada entre a população em geral, segundo a International Association for the study of Pain (IASP) é de 35% (3). No Brasil, a dor crônica é a principal causa de procura por atendimento em ambulatórios (4), fato confirmado através de pesquisas que apontam a incidência semelhante à estimada pela IASP (5)

Quando a dor persiste, apesar dos esforços terapêuticos, o paciente apresenta um sentimento de frustração, devido principalmente ao fato de não se poder antecipar a cura. Nesse momento compreender como cada paciente interpreta o impacto do quadro algíco na sua vida, constitui-se em uma ferramenta fundamental para a efetividade do tratamento proposto pela equipe de saúde(6).

Objetivo Geral:

O objetivo do presente estudo é apresentar ao paciente com dores crônicas a possibilidade de melhorar a qualidade de vida através da compreensão do que é a dor crônica e quais as formas de exercícios que podem prevenir e/ou aliviar essas dores.

Objetivos Específicos:

1. Identificar os pacientes com dores crônicas
2. Corresponsabilizar o paciente por seu tratamento
3. Melhorar a qualidade de vida dos pacientes com dores crônicas.

Método:

Local: UBSF Mascarenhas de Moraes, localizada no bairro de Sapopemba, na cidade de São Paulo. Público-Alvo: Pacientes com dores crônicas. Participantes: Pacientes com dores crônicas, após a fase aguda da doença.

Ações:

- Avaliação individual do paciente após o diagnóstico médico e/ou retorno de serviço de ambulatório de fisioterapia. Essa avaliação será realizada partir de uma consulta com o fisioterapeuta, onde será realizado o exame clínico e aplicação da escala visual de dor para o paciente classificar sua dor no momento da avaliação.
- Encaminhamento para o grupo. O paciente receberá o convite para participar de um grupo, onde serão abordados os aspectos das dores crônicas e ensinados exercícios para evitar o processo de agudização da patologia. No momento do convite, o paciente será orientado sobre a importância de sua participação e informado o dia, local e duração do grupo.
- O grupo terá como objetivo esclarecer as dúvidas dos pacientes, informar sobre sua patologia e ensinar exercícios que tragam melhora sua qualidade de vida do. O grupo tem como proposta encontros pontuais com o objetivo de discutir os tópicos apresentados e realizar periodicamente novos encontros

para que o paciente possa trazer suas dúvidas e dificuldades do que foi apresentado anteriormente. Dessa forma o paciente não ficará desassistido e terá sempre a avaliação de um profissional.

- No final dos encontros, serão oferecidos os grupos que já existem na UBSF para realização de atividades físicas com o objetivo de melhora da qualidade de vida.

Avaliação/monitoramento: Antes dos encontros será realizada a escala visual de dor e no final será aplicado um questionário de qualidade de vida para avaliar o impacto do grupo na vida do paciente

Resultados Esperados:

O presente estudo busca corresponsabilizar o paciente com dor crônica para que ele se sinta participante do seu processo de adoecimento, entenda suas causas e possa evitar novas crises através do conhecimento adquirido se sentindo amparado pelos profissionais da atenção básica de saúde. O estudo busca também mostrar uma possível forma de atuação para as equipes onde os pacientes possam ser monitorados e atendidos mais facilmente de acordo com as suas necessidades.

Bibliografia:

- 1 Von Korff M, Dworkin SF, Le Resche L. Graded chronic pain status: an epidemiologic evaluation. *Pain* 1990;40(3):279-91
- 2 Yeng LT, Teixeira MJ. Tratamento multidisciplinar dos doentes com dor crônica. *Rev. Prática Hosp.* 2004;35:28-32
- 3 Harstall C, Ospina M. How prevalent is chronic pain? *J Pain IASP* 2003;XI(2):1-4
- 4 Ponte STD, Machado A, Dutra APG, et al. Dor como queixa principal no serviço de pronto-atendimento do hospital municipal de São Pedro do Sul. *Rev. Dor* 2008;9(4):1345-9
- 5 Almeida ICGB, Sa KN, Silva M, et al. Prevalência de dor lombar crônica na população da cidade de Salvador. *Rev. Bras. Ortop.* 2008;43(3):96-102
- 6 Kreling MCGD, Cruz DALM, Pimenta CAM. Prevalência de dor crônica em adultos. *Rev. Bras. Enfermagem* 2006;59(4):1217-25