

DOR MIOFASCIAL: CONCEPÇÕES, CARACTERÍSTICAS E ABORDAGENS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Dor miofascial é o diagnóstico mais comum dentre as dores crônicas. Porém, o quadro também pode se apresentar de forma aguda. Trata-se de um distúrbio não inflamatório de origem musculoesquelética. Caracteriza-se por dor crônica de padrão muscular com presença de pontos-gatilho.

Pontos-gatilho: são definidos como bandas tensas de contratura muscular que, quando pressionadas, reproduzem a dor sentida pelo paciente.

Essa identificação de pontos é fundamental na diferenciação desse quadro para outros como:

Fibromialgia

Miosites

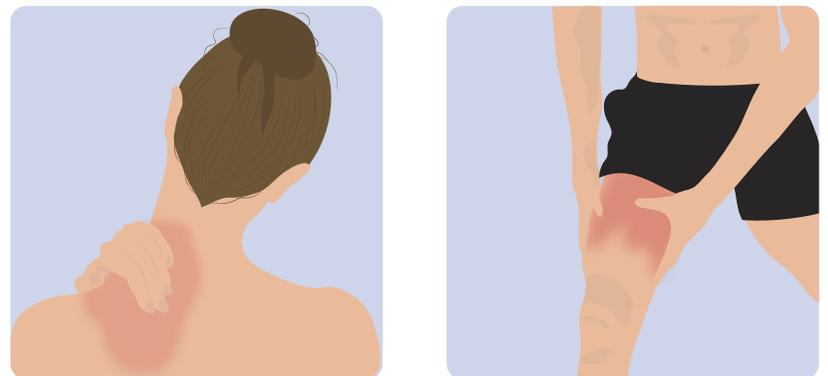
É possível que tenhamos um subdiagnóstico desses quadros, mas também é preciso o conhecimento exato da natureza e caracterização desses pontos para não incorrer em sobrediagnóstico.

Ainda não se sabe totalmente ao certo o que ocasiona tal quadro, mas os pontos-gatilho parecem estar na gênese etiopatológica desse quadro. Além disso, alguns fatores parecem estar relacionados, como:

Estresses traumáticos de repetição e agudos;
Sobrecarga muscular;
Estresse psicológico.

A perpetuação desses fatores irá ocasionar toda a cascata da via de repetição do estímulo algíco.

A dor muitas vezes é de difícil localização e sua característica pode variar desde dor em latejamento até dor com componentes parestésicos e disestésicos importantes. Nem sempre a pessoa que vem procurar atendimento localiza a dor sobre o ponto tensionado e, muitas vezes, localiza a dor em local de irradiação do ponto original.



Fonte: UNA-SUS/UFMA.

É importante levantar esse tópico devido à sua prevalência e devido ao risco de profissionais lidarem com esses quadros apenas com analgésicos.

O tratamento dos quadros de dor miofascial objetiva:

Desativação dos pontos gatilho.

A restauração da amplitude muscular original.

Para isso, também será necessário eliminar os fatores desencadeantes investigados corretamente.

DOR MIOFASCIAL: CONCEPÇÕES, CARACTERÍSTICAS E ABORDAGENS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

Existem tratamentos para a dor miofascial, como as terapias manuais que têm sido empregadas com sucesso¹. Além disso, tem-se as abordagens não invasivas e não manuais e o agulhamento dos pontos-gatilho, como:

Terapias manuais

- Alongamentos;
- Massoterapia.

Abordagens não invasivas e não manuais

- Estimulação elétrica transcutânea;
- Ultrassom;
- Laserterapia;
- Estimulação magnética.

Agulhamento dos pontos-gatilho

- É feito a seco ou com infiltração de anestésico;
- Se aplicada corretamente sobre o ponto afetado localizado, a agulha produzirá uma "resposta de twitch local" com pequenas contraturas e fasciculações das fibras estriadas;
- Em seguida a essa resposta, haverá relaxamento da banda tensa e alívio da dor;
- O procedimento é simples e o treinamento para realizá-lo também;
- É realizado por diversas categorias profissionais, como enfermagem, fisioterapia ou medicina;
- Não há evidência de maior benefício na aplicação de medicamentos como anti-inflamatórios esteroidais ou não¹.

1. SAXENA, A; CHANSORIA, M; TOMAR, G; KUMAR, A. Myofascial Pain Syndrome: An Overview. Journal of Pain & Palliative Care Pharmacotherapy, 29(1), 16–21. doi:10.3109/15360288.2014.997853.

COMO CITAR ESTE MATERIAL

CUNHA, Caio Visalli Lucena. Dor miofascial: concepções, características e abordagens na Atenção Primária à Saúde. In: UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS. UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO. Cuidado nas queixas comuns no atendimento à demanda espontânea na Atenção Primária à Saúde. **Cuidado em situações frequentes de dor**. São Luís: UNA-SUS; UFMA, 2022.