



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

NABYAICIA KARLA BARBOSA SANTOS

ABORDAGEM À DOR CRÔNICA A PARTIR DA AVALIAÇÃO DE DOSAGEM DE
VITAMINA D NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE BUQUIRINHA, EQUIPE DE SAÚDE
DA FAMÍLIA BUQUIRINHA.

SÃO PAULO
2019

NABYAICIA KARLA BARBOSA SANTOS

ABORDAGEM À DOR CRÔNICA A PARTIR DA AVALIAÇÃO DE DOSAGEM DE
VITAMINA D NA UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE BUQUIRINHA, EQUIPE DE SAÚDE
DA FAMÍLIA BUQUIRINHA.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: KARINA CENCI PERTILE

SÃO PAULO
2019

Resumo

A hipovitaminose é um problema em que todos que trabalham na atenção primária deveriam estar atentos, uma vez que indivíduos com hipovitaminose D podem apresentar osteomalácia, doença que cursa com presença de pseudofraturas e generalizada redução óssea, afetando especialmente a coluna, úmero e fêmur. Além disso, provoca fraqueza muscular, aumentando o risco de queda, dor óssea e risco aumentado para fraturas. O diagnóstico pode ser confundido com síndrome de fadiga crônica, depressão ou fibromialgia. (MAHAM et al.,2012)

Apesar de o Brasil ser um país tropical, é grande o número de pessoas que apresentam deficiência leve, moderada ou grave de vitamina D. Assim, este projeto se propõe a identificar a relação entre a baixa de vitamina D e dores crônicas ou persistentes em pacientes da equipe de saúde da família Buquirinha, propondo um suplementação dessa vitamina nos casos em que se fizer necessário, contribuindo, assim, para a redução da dor nesses pacientes.

Palavra-chave

Vitamina D; Hipovitaminose; Dor; Dor Musculoesquelética; Dor Lombar; Equipe de Saúde da Família;

Introdução

Pude evidenciar no consultório muitas pessoas em uso de analgésicos ou até mesmo de anti-inflamatórios de forma crônica, queixando-se de dores persistentes, alguns inclusive com relato de que em algum momento lhe foi dito que tinha fibromialgia (mas sem o tratamento adequado da doença). As queixas variam desde fortes dores nas pernas, com alguns inclusive referindo dor profunda, dor óssea, até dores em distintas articulações, sendo curioso a grande maioria se queixar de dores nos joelhos.

Ao serem perguntados se em algum momento fizeram o exame laboratorial para saber o nível da vitamina D, a grande maioria não sabia. E na segunda pergunta, se já tinha feito reposição de vitamina D em algum momento, a grande maioria nunca tinha tomado.

Tendo em vista que a dor crônica diminui a qualidade de vida do indivíduo, assim como limita nos seus afazeres diários, podendo levar a problemas como a depressão, e ainda sabendo as consequências do uso de analgésicos e AINES de forma crônica, aos pacientes que chegam ao consultório com as queixas já descritas acima é feita a análise laboratorial para saber a concentração da 25-hidroxicoalciferol e suplementado com doses adequadas de vitamina D.

Quando os ossos doem e sentimos fraqueza e dores musculares, talvez seja o caso de osteomalácia - nome médico que se dá à deficiência de vitamina D. A osteomalácia é frequentemente descrita como um "amolecimento dos ossos". A falta de vitamina D é a causa mais comum da osteomalácia. Essa dor é sentida nos ossos dos braços, das pernas, do tórax, da coluna e/ou pélvis. O paciente pode sentir dor no osso quando o médico pressiona levemente a área, e isso pode ser erroneamente interpretado como um ponto doloroso de fibromialgia. (HOLICK, 2012)

A partir disso, esse projeto se propõe a realizar um rastreamento de dosagem de vitamina D, entre os pacientes com dores crônicas, com indicação de suplementação dessa vitamina para os pacientes que tiverem necessidade.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo geral:

Identificar a relação entre a baixa de vitamina D e dores crônicas ou persistentes em pacientes da equipe de saúde da família Buquirinha.

Específicos :

- * Realizar uma dosagem de vitamina D em pacientes com dores crônicas ou persistentes
- * Realizar o suplemento de vitamina D em pacientes que apresentam deficiência ou insuficiência
- * Analisar os resultados obtidos para estabelecer uma relação entre a deficiência vitamínica e dores crônicas.
- * Apresentar o trabalho às autoridades pertinentes com o intuito da implementação da vit. D na farmácia básica.

Método

Este Projeto de Intervenção será realizado na UBS Buquirinha, pela ESF Buquirinha, na cidade de São José dos Campos, no estado de São Paulo.

Participarão deste PI todas as pessoas que sofrem de dor crônica osteomuscular, as que se queixam de dores profundas em todo o corpo, dor nas articulações, dor lombar.

Serão realizados:

Dosagem de vitamina D em pacientes com dores crônicas ou persistentes

Suplementação de vitamina D em pacientes que apresentem deficiência ou insuficiência

Helioterapia.

Lian Gong- atividade oferecida semanalmente pela ESF Buquirinha.

Cada paciente passará em consulta a cada 3 meses para avaliação clínica.

Dosagem da vitamina D a cada 6 meses, para monitoramento das doses administradas.

Semanalmente esses pacientes estarão em contato com as ACS através do grupo de Lian Gong, no caso das ACS identificarem algum problema que necessite consulta antes dos 3 meses, será passado na reunião de equipe que também acontece semanalmente, para que o caso possa ser avaliado.

Resultados Esperados

Afirmar a correlação entre hipovitaminose D e dor crônica.

Melhora na qualidade de vida dos pacientes, com eliminação da dor.

Educação dos pacientes sobre a hipovitaminose evitando recorrências futuras.

Referências

HOLICK, MF. Vitamina D como um tratamento tão simples pode reverter doenças tão importantes. 1 ed. São Paulo: Editora Fundamento Educacional Ltda., 2012.

JORGE, AJL et al. Vitamin D Deficiency and Cardiovascular Diseases. **International Journal Of Cardiovascular Sciences**, [s.l.], p.422-432, 2018. GN1 Genesis Network.
<http://dx.doi.org/10.5935/2359-4802.20180025>.

MAHAM, LK; SCOTT-STUMP, S; RAYMOND, JLK. Alimentos, nutrição e dietoterapia. 13 ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2012

RODRIGUES, ISA et al. Prevalence of acute pain in patients attending the emergency room. **Revista Dor**, [s.l.], v. 18, n. 4, p.327-331, 2017. GN1 Genesis Network.
<http://dx.doi.org/10.5935/1806-0013.20170124>.

SILVA, WAM. Nutrição clinica: A importância da vitamina d para o adulto. 2017. Dissertação (Graduação em Nutrição) – Universidade anhanguera educacional, Guarulhos.