



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

JOAO VITOR VILLAS BOAS

GRUPOS DE APOIO AO CUIDADO DA OSTEOARTRITE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A
SAÚDE

SÃO PAULO
2020

JOAO VITOR VILLAS BOAS

GRUPOS DE APOIO AO CUIDADO DA OSTEOARTRITE NA ATENÇÃO PRIMÁRIA A
SAÚDE

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: EDINALVA NEVES NASCIMENTO

SÃO PAULO
2020

Resumo

A Osteoartrite, também conhecida como artrose, é uma doença degenerativa do sistema osteomuscular que está associada ao esforço físico intenso. Em países subdesenvolvidos há uma maior preponderância de trabalhadores alocados nesse tipo de trabalho, no entanto, os métodos de tratamento e controle dessa patologia são limitados e seriamente comprometidos nesses países. Para tanto buscaremos desenvolver grupos de apoio onde os participantes compartilharão suas experiências com a dor crônica derivada da osteoartrite, acompanhados da equipe da Unidade de Saúde da Família (USF) e do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF). Espera-se que as ações integrativas e multi-disciplinares apresentem resultados satisfatórios com melhora da qualidade de vida e manejo da dor.

Palavra-chave

Doenças Musculoesqueléticas. Doenças Ocupacionais. Exercício Físico. Morbidade. Reabilitação.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

Durante minha atuação como profissional da Saúde da Família e Comunidade na cidade de Ourinhos, tive contato com inúmeras histórias ricas. Algo que me chamou a atenção desde o início do programa foi a enorme demanda ao serviço de saúde básica por conta de afecções osteoarticulares, em especial aquelas que envolvem o desgaste articular causado pelo uso repetitivo e de alta intensidade, a famosa osteoartrite ou artrose.

Minha colocação em um bairro de baixa renda me proporcionou o contato com diversos trabalhadores manuais, isto é, operários de indústrias de baixa densidade tecnológica (construção civil, cerâmica, etc), bem como aposentados rurais. Essa vivência me fez remeter a própria distribuição das ocupações no Brasil. As condições aviltantes de trabalho a qual está submetida a quase totalidade dos trabalhadores brasileiros empurra muitos destes à trabalhos extremamente desgastantes e que ignoram a legislação trabalhista ainda vigente.

Aliado a isso, percebo a minimização desse tipo de queixa entre os profissionais de saúde, bem como seu baixo preparo para lidar com o assunto - muitas vezes fruto da medicina centrada na medicação que é praticada no mundo, e especialmente no Brasil. Mesmo aqueles profissionais que entendem o processo de adoecimento global do paciente muitas vezes se encontram limitados pelo catálogo de recursos disponíveis no SUS, o que evidencia seu caráter incompleto. Assim, se torna rotina a renovação de receituários portando Anti-inflamatórios não esteroidais, praticamente única opção disponível no tratamento da dor crônica em países subdesenvolvidos e dependentes.

ESTUDO DA LITERATURA

Osteoartrite (OA), também conhecida como osteoartrose e artrose, é uma doença degenerativa das articulações, de caráter crônico e progressivo, que se desenvolve devido a realização de atividades repetitivas, com intensidade exagerada, ou mesmo por fatores de risco determinados, como por exemplo a obesidade, que aumenta diretamente o impacto sobre as articulações. A fisiopatologia da osteoartrite se caracteriza pelo processo inflamatório desenvolvido nos tecidos condrais das articulações sinoviais, esse processo inflamatório decorrente do trauma mecânico a articulação promove a liberação de agentes quimiotáxicos que atraem para a região células inflamatórias, promovendo um círculo vicioso de reações inflamatórias. O processo inflamatório desregulado acaba por desbalancear o ritmo de síntese e degradação do tecido articular, levando a uma destruição progressiva desse tecido (REZENDE; CAMPOS; PAILO, 2013).

A doença se manifesta ao paciente principalmente como dor, rigidez articular e crepitação ossea. A dificuldade para realização de atividades acaba por levar a atrofia da musculatura da região, o que contribui por sua vez para a redução da amplitude de movimentos e piora da dor (REZENDE; CAMPOS; PAILO, 2013).

O trabalho nos países subdesenvolvidos apresenta menor grau de mecanização em relação aos países centrais, bem como maiores jornadas de trabalho e menores regulações trabalhistas, o que predispõe a acidentes de trabalho e acabam por aumentar a prevalência de doenças relacionadas ao esforço nessa população, entre estas a osteoartrite.

A OA é, segundo a OMS, a nona maior causa de anos perdidos para desabilidade nos países subdesenvolvidos, sendo responsável por 12,8 milhões de anos perdidos, 2,4% de todo o tempo perdido para desabilidade na periferia do globo, sendo a principal causa de visita ao médico generalista em todos os países, com números superiores a 400 visitas para cada 100.000 habitantes. Ainda segundo a OMS, existem três arcabouços fundamentais no tratamento dessa doença pelos sistemas de saúde públicos: 1) controle da dor; 2) viscosuplementação e 3) próteses articulares (TANNI, 2013).

Em geral, o controle da dor é a única modalidade disponível de forma abrangente no país. Isso se dá pelo preço elevado das medicações para viscosuplementação, bem como das próteses, todas sujeitas a patentes que pertencem quase que exclusivamente aos países desenvolvidos. Isso explica como, apesar de incidências aparentemente semelhantes, a morbimortalidade nos países subdesenvolvidos é expressivamente maior (12,8 contra 2,8 milhões de anos perdidos) (TANNI, 2013).

Há ampla literatura sobre o controle não farmacológico da dor crônica em geral (SILVA; ROCHA; VANDENBERGHE, 2010) e da osteoartrite em específico. O acesso a informação e ao apoio psicológico devem ser oferecidos a todos os pacientes com osteoartrite (REZENDE; CAMPOS; PAILO, 2013).

A prática de exercício físico, bem como a compreensão da patologia, de suas limitações e consequências é benéfica ao paciente, reduzindo a carga sob o sistema de saúde. Além disso, um controle adequado da dor por meio da prática de terapia em grupo diminui a utilização de medicações analgésicas e anti-inflamatórias, responsáveis por diversos efeitos colaterais, principalmente quando utilizados por pacientes idosos, aqueles mais acometidos

pela osteoartrite. A polifarmacia é fonte de considerável risco de iatrogenia nesse grupo populacional, contribuindo para redução da qualidade de vida (MANSO; BIFFI; GERARDI, 2015).

AÇÕES

O trabalho busca desenvolver métodos alternativos de controle da dor na doença degenerativa articular, de forma a evitar ou manejar o uso de medicações analgésicas e anti-inflamatórios não-esteroidais (AINEs).

Para tanto buscaremos desenvolver grupos de apoio onde os participantes compartilharão suas experiências com a dor crônica derivada da osteoartrite, acompanhados da equipe da Unidade de Saúde da Família (USF) e do Núcleo de Apoio a Saúde da Família (NASF). Esses grupos devem ser semanais, e focados em estratégias de manejo da dor e suas comorbidades.

RESULTADOS ESPERADOS

Com nossa intervenção buscaremos demonstrar como ações integrativas e multidisciplinares, que busquem explorar o indivíduo em suas esferas biológicas, psíquicas e sociais.

Espera-se que os resultados sejam satisfatórios, com melhora da qualidade de vida e manejo da dor, conforme Questionário SF-36, bem como redução da utilização crônica de AINEs, conhecidos causadores de degradação da função renal e de úlceras pépticas.

Considerando que a população portadora de Osteoartrite é consideravelmente mais velha que a média da população brasileira, esses pacientes apresentam risco aumentado para efeitos adversos dessas medicações.

REFERÊNCIAS

MANSO, Maria Elisa Gonzalez; BIFFI, Elaine Cristina Alves; GERARDI, Thiago José. Prescrição inadequada de medicamentos a idosos portadores de doenças crônicas em um plano de saúde no município de São Paulo, Brasil. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 18, n. 1, p. 151-164, 2015 .

REZENDE, Márcia Uchôa de; CAMPOS, Gustavo Constantino de; PAILO, Alexandre Felício. Conceitos atuais em osteoartrite. **Acta Ortopédica Brasileira**, v. 21, n. 2, p. 120-122, 2013.

SILVA, Daiane Soares; ROCHA, Eliana Porto; VANDENBERGHE, Luc. Tratamento psicológico em grupo para dor crônica. **Temas em Psicologia**, v. 18, n. 2, p. 335-343, 2010 .

TANNI, Saloni et al. Osteoarthritis. **World Health Organization Background Paper**, 2013. Available from: <https://www.who.int/medicines/areas/priority_medicines/BP6_12Osteo.pdf>. access on 18 Feb. 2020.