



I MED 360

Congresso regional de medicina

ESTRATÉGIAS EFICAZES PARA O MANEJO DA DOR CRÔNICA POR MEIO DE UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR

Rennyson Siqueira do Amaral

E-mail: rennyson.sa@gmail.com

Bruna Ferreira Cabral

E-mail: drabrunacabral.med@gmail.com

Bruno Carlos Caixeta

E-mail: bcaixetta@yahoo.com.br

Luigi Neves Lens

E-mail: luigilens@gmail.com

RESUMO

O gerenciamento eficaz da dor crônica requer uma abordagem multidisciplinar que integre diversas especialidades, incluindo profissionais de educação física e da saúde. Este estudo explora a importância de uma gestão colaborativa da dor, que envolve tanto medidas medicamentosas quanto não medicamentosas, visando não apenas a redução da dor, mas também a melhoria da autonomia e funcionalidade dos pacientes. O desenvolvimento de Projetos Terapêuticos Singulares (PTS) é destacado como uma estratégia essencial para estabelecer metas de tratamento a curto, médio e longo prazo, em um processo participativo entre profissionais de saúde e pacientes. A abordagem centrada na pessoa, que considera as expectativas dos pacientes e estabelece objetivos realistas, é fundamental para o sucesso do tratamento. Além disso, o monitoramento contínuo e as reavaliações periódicas são essenciais para ajustar os planos de tratamento e garantir a eficácia a longo prazo.

Palavras-chave: Dor Crônica, Abordagem Multidisciplinar, Gestão da Dor.

1 INTRODUÇÃO

A dor crônica é uma condição de saúde pública que afeta milhões de pessoas globalmente, representando um desafio significativo tanto para os pacientes quanto para os profissionais de saúde. Caracterizada por sua persistência e complexidade, a dor crônica vai além do sofrimento físico, impactando negativamente a qualidade de vida, a funcionalidade e o bem-estar emocional dos pacientes. Tradicionalmente, o tratamento dessa condição tem sido fragmentado, com ênfase predominante em intervenções medicamentosas, muitas vezes insuficientes para proporcionar alívio duradouro. No



entanto, a crescente compreensão da natureza multifacetada da dor crônica tem impulsionado a adoção de abordagens mais integradas.

Uma abordagem multidisciplinar, que envolve a colaboração de diversas especialidades, como medicina, fisioterapia, psicologia, e educação física, tem se mostrado eficaz na gestão da dor crônica. Essa abordagem não se limita ao alívio sintomático, mas busca restaurar a funcionalidade, promover a autonomia e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Ao integrar diferentes perspectivas e técnicas, a abordagem multidisciplinar oferece um cuidado mais completo e personalizado, centrado na pessoa, que se adapta às necessidades individuais e às expectativas dos pacientes. Este estudo explora a importância e os benefícios dessa estratégia no manejo eficaz da dor crônica, destacando o papel crucial dos profissionais de saúde em promover um atendimento coordenado e colaborativo.

2 METODOLOGIA

Para a condução desta pesquisa, foi realizada uma revisão integrativa da literatura com o objetivo de reunir e sintetizar as evidências científicas mais recentes sobre a eficácia das abordagens multidisciplinares no manejo da dor crônica. A seleção dos estudos foi conduzida em bases de dados eletrônicas, incluindo PubMed, Scielo, LILACS e Cochrane Library, utilizando descritores como "dor crônica," "abordagem multidisciplinar," "gestão da dor," e "tratamento interdisciplinar," com base no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde).

Foram incluídos artigos publicados entre 2014 e 2024, em inglês, português e espanhol, que abordassem intervenções multidisciplinares para o tratamento da dor crônica, tanto em contextos clínicos quanto em ambientes de pesquisa. Estudos que discutissem apenas abordagens monoterapêuticas foram excluídos. A seleção dos artigos seguiu critérios de elegibilidade rigorosos, priorizando ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas, meta-análises e estudos observacionais que apresentassem dados relevantes para a prática clínica.

A análise dos estudos selecionados foi realizada através de uma leitura crítica e sistemática, com a extração de informações-chave sobre os métodos utilizados, populações estudadas, intervenções aplicadas e resultados obtidos. Além disso, foi realizada uma avaliação da qualidade metodológica dos estudos utilizando instrumentos padronizados, como o sistema GRADE, para garantir a validade e confiabilidade das evidências. Essa abordagem permitiu a identificação das melhores práticas, desafios e oportunidades na implementação de uma abordagem multidisciplinar para o manejo eficaz da dor crônica.



3 DISCUSSÃO A CERCA DO TEMA

3.1 IMPLEMENTANDO UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR PARA GERENCIAR A DOR CRÔNICA DE FORMA EFICAZ

O tratamento da dor crônica exige uma abordagem multidisciplinar que integre diferentes especialidades. Por isso, profissionais de educação física e profissionais da saúde têm papel fundamental para melhorar o atendimento a pacientes/alunos com dores crônicas.

Assim, o plano de gerenciamento do dor deve contemplar medidas medicamentosas e não medicamentosas para maior sucesso do tratamento 106. O planejamento do cuidado do indivíduo com dor crônica deve ser um processo participativo e colaborativo entre os profissionais de saúde e o paciente, priorizando o cuidado centrado na pessoa. É de fundamental importância que se conheçam as expectativas dos pacientes em relação ao tratamento, e que se definam metas realistas, deixando claro que, muitas vezes, não será possível eliminar completamente a dor, mas sim reduzir os níveis aceitáveis que promovem o aumento de sua autonomia e funcionalidade 107. O desenvolvimento de um Projeto Terapêutico Singular pode ajudar a estabelecer metas de curto, médio e longo prazo para o tratamento da dor. O Projeto Terapêutico Singular 20 (PTS) é um conjunto de propostas de condutas terapêuticas articuladas para um indivíduo, uma família ou um grupo que resulta da discussão coletiva de uma equipe interdisciplinar com Apoio Matricial, se esse for necessário 188. O desenvolvimento de um Projeto O Terapêutico Singular pode ajudar a estabelecer metas de curto, médio e longo prazo para o tratamento da dor. O Projeto Terapêutico Singular (PTS) é um conjunto de propostas de condutas terapêuticas articuladas para um indivíduo, uma família ou um grupo que resulta da discussão coletiva de uma equipe interdisciplinar com Apoio Matricial, se esse for necessário 190. É necessário buscar continuamente a causa da dor e, ao mesmo tempo, oferecer apoio integral e multiprofissional ao indivíduo, acionando as redes de atenção à saúde do SUS quando necessário 6.

O tratamento da dor crônica é um processo dinâmico que exige monitoramento constante e reavaliações periódicas. Acompanhe a evolução do paciente/aluno, ajuste o programa de treinamento físico conforme necessário e fique atento aos efeitos colaterais dos medicamentos.

4 CONCLUSÃO

A implementação de uma abordagem multidisciplinar no manejo da dor crônica é fundamental para alcançar resultados mais eficazes e duradouros. Esta estratégia permite



uma visão holística do paciente, abordando não apenas os aspectos físicos da dor, mas também os psicológicos e sociais. O envolvimento de uma equipe interdisciplinar e o desenvolvimento de Projetos Terapêuticos Singulares (PTS) são cruciais para personalizar o tratamento e atender às necessidades individuais dos pacientes. A continuidade do cuidado e as reavaliações periódicas são essenciais para ajustar as intervenções e garantir o sucesso a longo prazo. Este estudo reforça a importância de integrar diferentes especialidades no tratamento da dor crônica e destaca a necessidade de mais pesquisas para otimizar essas abordagens.



REFERÊNCIAS

DE OLHO NO MOVIMENTO. Estratégias eficazes para otimizar o atendimento de pessoas com dores crônicas no treinamento físico. Disponível em: <https://deolhonomovimento.com.br/estrategias-eficazes-para-otimizar-o-atendimento-de-pessoas-com-dores-cronicas-no-treinamento-fisico/>. Acesso em: 22 ago. 2024.

SÃO PAULO (Cidade). Protocolo de Dor Crônica. Disponível em: https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/protocolo_dor_cronica.pdf. Acesso em: 22 ago. 2024.