

20
23

MPF

Ministério Público Federal

DOR CRÔNICA

A pouca informação sobre o tema contribui para o receio do uso de alguns medicamentos e métodos, levando a um subtratamento da dor, mas também ao seu uso excessivo e inadequado, podendo perpetuar e intensificar os quadros dolorosos.

SUMÁRIO



03	O que é dor crônica?
04	Causas mais comuns
05	Fatores que podem contribuir para o surgimento
06	Cronificação da dor
07	Sintomas e complicações
08	Tratamento
09	Medicamentos utilizados
11	Referências

O QUE É DOR CRÔNICA?



Apesar de ser sempre um sintoma desagradável, cada pessoa sente dor de forma diferente. Quanto ao tempo de evolução, pode-se classificar as dores em, pelo menos, dois tipos:

1 - Dor Aguda

2 - Dor Crônica

1. **Dor Aguda:** dor de curta duração que cessa após a resolução de sua causa. Funciona como um mecanismo de alerta de que há algo errado no organismo – uma lesão, uma disfunção, etc.

2. **Dor Crônica:** dor constante que persiste por mais de um mês após a resolução de uma lesão tecidual aguda; dor que dura mais de três meses; dor que acompanha uma lesão que não se cura, independentemente do grau de recorrência, intensidade, e implicações funcionais ou psicossociais.

Em muitos casos pode ser um desafio encontrar a origem da dor crônica!

As causas mais comuns estão associadas às:

- Problemas posturais ou movimentos inadequados
- Lesões ósseas, em articulações, tendões, músculos ou ligamentos
- Compressão ou inflamação de nervos
- Condições como fibromialgia, enxaqueca e neuropatias
- Doenças sistêmicas como diabetes e doenças reumáticas

Por isso, a dor crônica deixou de ser considerada apenas como um sintoma e passou a ser tratada como uma doença, cuja avaliação e terapia precisam ser realizadas por uma equipe multiprofissional.

A longo prazo, esses fatores podem provocar alterações no sistema nervoso (sensibilização) que causam dor persistente mesmo na ausência de estímulo agressor. Com a sensibilização, o desconforto decorrente de uma doença praticamente resolvida e que poderia ser percebido sob outros aspectos como brando ou trivial é, em vez disso, percebido como dor significativa.



Fatores que também podem estar associados ao surgimento ou piora da dor crônica:



Excesso de peso



Falta de atividade física



Consumo de bebida alcoólica



Tabagismo



Má alimentação

A DOR AGUDA PODE CRONIFICAR!

Como evitar a cronificação?

1. Tratar a dor! É um erro comum acreditar que a dor deve ser tolerada por estar associada à lesão ou doença;
2. Ter acompanhamento médico e adotar um estilo de vida saudável;
3. A depender da causa, da localização e do impacto da dor no dia-a-dia do paciente, devem ser agregados outros especialistas e profissionais de saúde como psicólogos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionais, educadores físicos, dentistas e enfermeiros;
4. Aderir ao tratamento proposto e seguir as orientações e recomendações da equipe de saúde;
5. Usar a medicação prescrita, com atenção às doses, horários e demais orientações. Não se automedicar;
6. Usar terapias complementares, como acupuntura, apenas sob prescrição médica;
7. Meditação é uma prática adequada, assim como avaliação e adequação da postura.

As práticas que serão realizadas para o controle da dor dependem dos sintomas e das alterações nas condições de saúde do paciente.



SINTOMAS ASSOCIADOS



- Alteração do humor, insônia, cansaço, alteração do apetite e do paladar, alteração do peso corporal, diminuição da libido, alteração do ritmo intestinal;
- Depressão, ansiedade, isolamento social, sentimento de punição, pensamentos negativos, diminuição da qualidade de vida;
- Dificuldade de realizar atividades rotineiras, queda de produtividade, aumento de atendimentos médicos e laboratoriais.

Importante não estabelecer *a priori* uma relação de causa e efeito entre a dor e a depressão. Frequentemente alteração do humor e dor crônica estão associadas porque ambas fazem parte de um espectro maior de manifestações de uma doença sistêmica.

TRATAMENTO

O tratamento da dor crônica tem especificidades que o diferem do tratamento das dores agudas!

A dor crônica, frequentemente, demanda associação de medicamentos com técnicas complementares. Às vezes, procedimentos invasivos são necessários. Essa combinação de diferentes terapias deve ser prescrita de forma individualizada pela equipe de saúde.

✓ **Medicamentoso** – não apenas analgésicos, mas também outras classes de medicamentos podem ser ministrados por via oral, subcutânea, intravenosa, intramuscular ou transdérmica. Infiltrações (intrarticular, periarticular, peritendinosas, perineurais, intralesionais), podem ser indicadas.

✓ **Técnicas Complementares** – Acupuntura, auriculoterapia, eletroestimulação, terapia por ondas de choque, exercício físico supervisionado, fisioterapia, massagem, técnicas de relaxamento, hipnose, terapias psicológicas, entre outros.

Procedimentos invasivos: cirurgias abertas, cirurgias minimamente invasivas, bloqueios intervencionistas e neurólises.



MEDICAMENTOS UTILIZADOS

para tratar da dor crônica

Os medicamentos mais utilizados são os analgésicos comuns, anti-inflamatórios, opioides e adjuvantes (antidepressivos e anticonvulsivantes).

O tempo de uso varia conforme a resposta ao tratamento e às reações apresentadas. A maior parte dos efeitos colaterais pode ser prevista deve fazer parte da conversa entre médico e paciente, para que se previna a interrupção do tratamento.

Por que usar antidepressivos no tratamento da dor crônica?

Alguns antidepressivos (não todos) agem diretamente na área do cérebro que controla a dor, aumentando o limiar de dor, e podem ser usados sem a necessidade de outros analgésicos. Alguns deles também melhoram o efeito analgésico de outros fármacos, além de contribuírem para o controle da depressão, ansiedade e insônia.

As doses analgésicas dos antidepressivos são, geralmente, inferiores às usadas para ação antidepressiva.

O uso de anticonvulsivante é imprescindível?

Anticonvulsivantes **NÃO** são imprescindíveis, mas podem ser muito úteis em casos selecionados como nas dores neuropáticas e na fibromialgia, associados ou não aos analgésicos. Os mais comuns são: **Gabapentina, Pregabalina e Carbamazepina.**



O preconceito é uma das maiores barreiras ao bom tratamento da dor crônica.

A possibilidade de uso de antidepressivos, anticonvulsivantes e opióides pode gerar (em pacientes e profissionais de saúde não habituados com o tema) receio ou até mesmo medo dos efeitos colaterais e, principalmente, a possibilidade de dependência.

É importante saber que, com o acompanhamento adequado, reduz-se muito esses riscos e, na maioria dos casos, há alívio significativo da dor e dos sintomas associados.

Para o sucesso do tratamento é fundamental utilizar os medicamentos da maneira correta, respeitando-se a dose e o intervalo de ação, conforme a prescrição da equipe de saúde.

Tanto os antidepressivos quanto os anticonvulsivantes não podem ser descontinuados sem orientação médica.

ATENDIMENTO

O tratamento da dor está disponível em diferentes instituições públicas ou privadas. O médico pode orientar onde e como ter acesso a essas instituições.

[Mais em www.saude.mpu.mp.br](http://www.saude.mpu.mp.br)



REFERÊNCIAS

<https://www.msmanuals.com/pt-br/profissional/dist%C3%BArbios-neurol%C3%B3gicos/dor/dor-cr%C3%B4nica>

Manual de Cuidados Paliativos – ANCP – 2º edição – 2012.

Protocolo clínico e Diretrizes terapêuticas – Dor Crônica Portaria SAS/MS nº1083, 02 de outubro de 2012.

https://www.gov.br/conitec/ptbr/midias/consultas/relatorios/2022/20221101_pcdt_dor_cronica_cp74.pdf

MPF

Ministério Público Federal