

# Quando procurar um tratamento para dor?

A dor é uma experiência física e emocional desagradável, é sempre subjetiva e individual. Sentir dor faz parte da vida de qualquer ser humano. Muitos podem estar se perguntando: quando devo procurar um especialista ou uma clínica de tratamento para a dor?

Quando a dor deixa de ser um sinal de alerta - dor aguda relacionada a uma lesão, traumatismo ou cirurgia - e passa a afetar a qualidade de vida, ela pode se tornar a própria doença, e precisa ser combatida o mais precocemente possível. A dor crônica ou persistente de qualquer local do nosso corpo, como coluna, cabeça ou, por exemplo, joelho, prejudica o sono, lazer, alimentação e causa irritabilidade.

Ir a uma clínica especializada em dor pode não ser a primeira escolha da maioria das pessoas, afinal, muitos dos medicamentos e terapias utilizados pelos especialistas em dor também estão disponíveis para outros médicos. Entretanto, só porque há muitas ferramentas em sua garagem, não quer dizer que você saiba consertar o seu carro. Pesquisas sugerem que as chances de sucesso no tratamento da dor são maiores quando os pacientes são atendidos por uma equipe especializada, multidisciplinar e integrada com foco no tratamento. Atualmente, ela não é mais considerada apenas um sintoma, mas uma doença. A dor crônica precisa ser aliviada, pois causa prejuízos para muitos órgãos e sistemas do nosso corpo.

A área de atuação no tratamento da dor existe, no mundo, desde 1945, e no Brasil, há mais de 25 anos. São usadas várias téc-

nicas combinadas, como a prescrição de analgésicos de forma individualizada, bloqueios dos nervos - que levam a dor para o cérebro, fisioterapia, psicoterapia para alguns casos, massagens, exercícios e acupuntura, todos estes com um único objetivo: o combate à dor e melhora da funcionalidade.

De todas as dores que acometem o ser humano ao longo de sua existência, as dores musculoesqueléticas são as mais prevalentes. A Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor (SBED) lançou a Campanha Contra a Dor Musculoesquelética, uma iniciativa idealizada em 2009 pela Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP), entidade da qual é a representante brasileira.

A dor musculoesquelética é relacionada ao distúrbio do tecido ósseo, articular e muscular, presente em doenças como as osteoartrites, dores lombares, cervicais, tendinites e bursites, artrose, fibromialgia, síndrome miofascial, entre outras. Tem uma prevalência de cerca de 40%, e representa um transtorno que diminui a qualidade de vida, que repercute na capacidade de trabalho, levando a um prejuízo socioeconômico relevante.

Estas dores podem ser consequências de alterações posturais, esforços repetitivos no trabalho ou sobrecarga nos treinos esportivos. As dores miofasciais podem ser localizadas em um ou mais músculos do nosso corpo. Caracterizam-se pela presença de um ponto de gatilho na palpação realizada pelo exame médico ou fisioterápico. A pessoa relata dor de forte intensi-

## Quando a dor deixa de ser um sinal de alerta -

- dor aguda relacionada a uma lesão, traumatismo ou cirurgia - e passa a afetar a qualidade de vida, ela pode se tornar a própria doença.

Os pacientes, quando procuram as clínicas especializadas em tratamento de dor, já estão vivendo um ciclo vicioso de dor-contração-piora. Este ciclo precisa ser quebrado o mais rápido possível.

dade quando este ponto de hiperirritabilidade muscular é pressionado.

Os pacientes, quando procuram as clínicas especializadas em tratamento de dor, já estão vivendo um ciclo vicioso de dor-contração-piora. Este ciclo precisa ser quebrado o mais rápido possível. A fibromialgia, diferentemente da dor miofascial, caracteriza-se pela ocorrência de dor musculoesquelética generalizada, associada à fadiga e sono de péssima qualidade. Ela afeta mais as mulheres do que a população do sexo masculino.

A campanha da SBED visa educar, alertar


e divulgar o correto diagnóstico e tratamento para os mais diferentes tipos de dores musculoesqueléticas, além de buscar estimular mais as discussões sobre o tema, chamando a atenção das autoridades sanitárias e, principalmente, de quem sofre em silêncio por desconhecer a doença. O sucesso do tratamento depende da parceria entre a equipe de Saúde e o paciente. Médicos, profissionais da saúde, pacientes e seus familiares: vamos fazer a nossa parte e aderir a esta campanha contra as dores musculoesqueléticas. Valorizar a dignidade da vida significa também controlar as dores! 



Foto: João Cláudio Cote

**Dra. Fabiola Peixoto Minson**  
CRM/SP 90398.

Anestesiologista com área de atuação em Dor pela Associação Médica Brasileira (AMB); Diretora da Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor (SBED); Coordenadora dos centros de tratamento de dor dos Hospitais Albert Einstein e São Luiz, em São Paulo.

Para saber mais sobre o tema:  
[www.dor.org.br](http://www.dor.org.br)



**BCU** Brasil

Banco de Cordão Umbilical

Coleta e armazenamento de células-tronco

Guardando uma esperança de vida.

**(67) 3025 4686**

[www.bcubrasil.com.br](http://www.bcubrasil.com.br)

Av. Afonso Pena, 5.154 - loja 3  
Campo Grande MS

Responsável Técnico  
Dr. Alexandre Maximiliano Trevisan - CRM/SP 89006