

ESTRATÉGIAS NÃO FARMACOLÓGICAS PARA O CONTROLE DA DOR: REVISÃO DE LITERATURA

MARIANE GONÇALVES DA SILVA¹; CARINA RABÉLO MOSCOSO²; IZADORA MARTINS CORRÊA³; JÚLIA BROMBILA BLUMENTRITT⁴; JÚLIA MESKO SILVEIRA⁵; FRANCIELE ROBERTA CORDEIRO⁶

¹UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – mariangoncalvesda.silva@outlook.com

²UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – carina_moscoso@hotmail.com

³UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – mizadora55@gmail.com

⁴UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – juliabrombila@hotmail.com

⁵UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – juliamesko6@gmail.com

⁶UNIVERSIDADE FEDERAL DE PELOTAS – franciele.cordeiro@ufpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A dor é uma sensação desagradável associada a uma lesão real ou potencial. Sua manifestação vai além do estado físico, englobando também fatores psicológicos, cognitivos, espirituais e sociais. Em relação à duração, ela pode ser classificada como aguda, quando a sensação dura menos que três meses; e crônica, quando se perdura além desse período (SALLUM; GARCIA; SANCHES, 2012).

No que concerne ao tratamento da dor, a avaliação com escalas padronizadas auxiliam na definição da melhor terapêutica. De maneira geral, ele pode ocorrer por meio de intervenções farmacológicas e não-farmacológicas. O tratamento não-farmacológico consiste em estratégias físicas e psicológicas, podendo ser coadjuvante à terapia medicamentosa, com foco na melhora da qualidade de vida do paciente (SBGG, 2018).

Assim, reconhecendo a importância da avaliação e do tratamento da dor, bem como a crescente adoção de práticas alternativas e complementares nesse contexto, este estudo teve por objetivo identificar as intervenções não farmacológicas para o controle da dor existentes na literatura brasileira.

2. METODOLOGIA

Revisão Narrativa norteada pela questão “Quais são as intervenções não-farmacológicas para o controle da dor descritas na literatura brasileira?”. No dia 04 de setembro de 2020, foram consultadas as bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), *Google Scholar*, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), além dos sites da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG), Academia Nacional dos Cuidados Paliativos. O site da Sociedade Brasileira dos Estudo da Dor estava indisponível. Nas bases, associou-se, com o operador booleano “AND”, os descritores em Ciências da Saúde (DECS) dor e terapêutica. Na Google Scholar, associou-se “dor e cuidados paliativos”.

Incluiu-se artigos originais ou de revisão, teses, dissertações, em português ou espanhol, disponíveis online na íntegra, publicados entre 2015 e 2020. Na SCIELO, 76 artigos foram identificados e na LILACS recuperou-se 137, dos quais cinco e oito atenderam, respectivamente, aos critérios de inclusão. Na Google Scholar, identificou-se uma diretriz, de origem estadunidense, mas com tradução para o português do Brasil. Em relação às Sociedades, a SBGG foi a única com material publicado nos últimos cinco anos. Dessa forma, o material

empírico da pesquisa foi constituído por 13 artigos e duas diretrizes. Os dados foram extraídos em formulário no *Google Forms* e organizados no programa *Microsoft Excel*. A análise se deu de maneira descritiva e narrativa.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram elaboradas três categorias de análise para apresentação e discussão dos resultados. A primeira se refere à avaliação e estímulo corporal para alívio da dor. Nela, destacaram-se a acupuntura (FREIRE; FREIRE; DIAS-RIBEIRO, 2018; SIMÃO et al., 2015; SBGG, 2018), os exercícios físicos (MARTINS; LONGEN, 2017; SIMÃO et al., 2015; BALTAZAR; PESTANA; SANTANA, 2016; NASCIMENTO et al., 2015; SILVEIRA et al., 2016; SBGG, 2018), a massagem terapêutica (OLIVEIRA; PALMA SOBRINHO; CUNHA, 2016; SCCM, 2018; SIMÃO et al., 2015; BALTAZAR; PESTANA; SANTANA, 2016; NASCIMENTO et al., 2015; SILVEIRA et al., 2016; SBGG, 2018; RAMOS; TAVARES; MENDONÇA, 2017), a mudança de decúbito (OLIVEIRA; PALMA SOBRINHO; CUNHA, 2016; BALTAZAR; PESTANA; SANTANA, 2016) e a avaliação da dor (SCCM, 2018; OLIVEIRA; JUNIOR, 2020; CARVALHO et al., 2017; SBGG, 2018; RAMOS; TAVARES; MENDONÇA, 2017). Fisioterapia, exercícios aquáticos, aplicação de calor ou frio no local e loga também emergiram (SBGG, 2018; RAMOS; TAVARES; MENDONÇA, 2017; SIMÃO et al., 2015; NASCIMENTO et al., 2015; LATORRE et al., 2015; SILVEIRA et al., 2016), além da terapia com caixa-espelho, utilizada para tratamento de dor do membro fantasma (SOUZA FILHO et al., 2016).

A segunda categoria diz respeito às intervenções psicossociais e espirituais para alívio da dor. Entre elas, estão: terapia comportamental (SOLANO, 2015; LATORRE et al., 2015) e terapia baseada na mentalização (SOLANO, 2015), suporte psicológico (SOLANO, 2015; LATORRE et al., 2015; SBGG, 2018), psicoemocional (RAMOS; TAVARES; MENDONÇA, 2017) e espiritual (OLIVEIRA; PALMA SOBRINHO; CUNHA, 2016), loga (SBGG, 2018; NASCIMENTO et al., 2015), hipnose e relaxamento (DEVLIN et al., 2018; RAMOS; TAVARES; MENDONÇA, 2017), suporte via telefone (RAMOS; TAVARES; MENDONÇA, 2017), educação em saúde com pacientes e famílias, planejamento do ambiente doméstico (SIMÃO et al., 2015), Tai chi chuan e biofeedback (SBGG, 2018).

Na terceira categoria, intervenções com recreação, destacaram-se a musicoterapia (DEVLIN et al., 2018; SBGG, 2018; TAVARES; MENDONÇA, 2017), terapia ocupacional (SIMÃO et al., 2015; BALTAZAR; PESTANA; SANTANA, 2016) e atividades sociais e de lazer (SBGG, 2018).

Ao encontro de tais achados, estudo sugere a implementação da avaliação da dor como quinto sinal vital e aponta a importância das medidas não farmacológicas para seu controle, tais como: aplicação de calor, mudanças de decúbito e estimular a deambulação. Além disso, apoio emocional e escuta terapêutica também foram citados como ações benéficas aos pacientes com dor crônica (STUBE et al., 2015).

4. CONCLUSÕES

Neste estudo, o nível de evidência das publicações não foi considerado, limitando a generalização dos resultados. Entretanto, verifica-se que a avaliação, as atividades físicas, de diferentes níveis, e as terapias comportamentais apresentam boa efetividade em relação ao manejo da dor.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BALTAZAR, H. M. C.; PESTANA, S.C.C.; SANTANA, M. R. R. Contributo da intervenção da terapia ocupacional nos Cuidados Paliativos. **Cad. Ter. Ocup.** UFSCar (Impr.), São Carlos, v. 24, n. 2, p. 261-273, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.4322/0104-4931.ctoAO0692>>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

CARVALHO, A. V. et al. O emprego do agulhamento seco no tratamento da dor miofascial mastigatória e cervical. **Rev. dor**, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 255-260, 2017. Disponível em <<https://doi.org/10.5935/1806-0013.20170111>>. Acesso em 20 Sept. 2020.

DEVLIN, J. W. et al. Clinical Practice Guidelines for the Prevention and Management of Pain, Agitation/Sedation, Delirium, Immobility, and Sleep Disruption in Adult Patients in the ICU. **Critical Care Medicine**, Filadélfia, v. 46, n.9, p. 825–e873, 2018. Disponível em:<doi: 10.1097/CCM.0000000000003299>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

FREIRE, J. C. P.; FREIRE, S. C. P.; DIAS-RIBEIRO, E. Análise da acupuntura no tratamento de dores orofaciais: estudo de casos. **Rev. de Odontologia**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 16-20, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.26843/ro_unicidv3012018p16-20>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

LATORRE, G. F. S. et al. A fisioterapia pélvica no tratamento da vulvodínia: revisão sistemática. **Femina**, Rio de Janeiro, v. 43, n. 6, p. 257-264, 2015. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0100-7254/2015/v43n6/a5325.pdf>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

MARTINS, M. S.; WILLIANS, C. L. Atividade física comunitária: efeitos sobre a funcionalidade na lombalgia crônica. **Rev. bras. promoç. saúde (Impr.)**, Fortaleza, v. 30, n. 4, p.1-7, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.5020/18061230.2017.6659>>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

NASCIMENTO, J. M. et al. Métodos terapêuticos alternativos para o manejo da incapacidade da dor lombar crônica. **Rev Min Enferm**, Belo Horizonte, v. 19, n. 1, p. 195-202, 2015. Disponível em: <<http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/996>>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

OLIVEIRA, E. P.; MEDEIROS JUNIOR, P. Cuidados paliativos em pneumologia. **J. bras. pneumol.**, São Paulo, v. 46, n. 3, e20190280, 2020. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.36416/1806-3756/e20190280>>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

RAMOS, A. F. N.; TAVARES, A. P. M.; MENDONÇA, S. M. S.. Controle da dor e dispneia de pacientes com câncer no serviço de urgência: resultados da intervenção de enfermagem. **Rev. dor**, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 166-172, 2017. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.5935/1806-0013.20170033>>. Acesso em 20 set. 2020.

SALLUM, A. M. C.; GARCIA, D. M.; SANCHES, M. Dor aguda e crônica: revisão narrativa da literatura. **Rev. Acta Paul Enfermagem**, São Paulo, v. 25, n. 1, p. 150-154, 2012. Disponível em:
https://www.scielo.br/pdf/ape/v25nspe1/pt_23.pdf Acesso em 18 de set. 2020

SILVEIRA, N. B. et al. Procedimentos terapêuticos de enfermagem no contexto da dor: percepção de pacientes. **Enfermagem em Foco**, Brasília, v. 7, n. 1, p. 61-65, 2016. Disponível em:
<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/669>. Acesso em: 20 set. 2020

SIMÃO, D. A. S. et al. Neuropatia periférica induzida por quimioterapia: revisão para a prática clínica. **Rev. dor**, São Paulo, v. 16, n. 3, p. 215-220, 2015. Disponível em <<http://dx.doi.org/10.5935/1806-0013.20150043>>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA (SBGG). **Dor**: o quinto sinal vital abordagem prática no idoso. Rio de Janeiro: SBGG, 2016. Disponível em:
https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2018/08/SBGG_-_Guia_de_Dor_-_final_site.pdf. Acesso em 17 de set. 2020.

SOLANO, J. P. C. A clínica da dor crônica como ninho de pacientes difíceis: o papel da identificação projetiva. **Acta fisiátrica**, São Paulo, v. 22, n. 1, p. 43-50, 2015. Disponível em:
<http://www.revistas.usp.br/actafisiatica/article/view/103901>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

SOUZA FILHO, L. F. M., et al. Tratamento da dor Fantasma em Pacientes Submetidos à Amputação: Revisão de Abordagens Clínicas e de Reabilitação. **Rev. bras. ciênc. saúde**, João Pessoa, v. 20, n. 3, p. 241-246, 2016. Disponível em: <DOI:10.4034/RBCS.2016.20.03.10>. Acesso em 20 de setembro de 2020.

STUBE, M. et al. Percepções de enfermeiros e manejo da dor de pacientes oncológicos. **REME - Rev Min Enferm**, Belo Horizonte, v. 19, n. 3, p. 696-710, 2015. Disponível em: <<https://www.reme.org.br/artigo/detalhes/1033>>. Acesso em 20 de setembro de 2020.