

## **Dez perguntas sobre a dor**

### **1. O que é Dor ?**

Dor é um sinal de alerta, que avisa ao indivíduo que está acontecendo alguma coisa errada no corpo que necessita de atenção imediata. A Dor Aguda provoca uma reação imediata do indivíduo.

### **2. O que é Dor Crônica ?**

Dor Crônica é a dor que ultrapassa 3 meses em duração (continuamente ou em períodos intervalados). Filosoficamente a Dor Crônica pode ser considerada o sofrimento da Alma (Aristóteles).

### **3. Como medir a Dor ?**

A medida da Dor tem caráter subjetivo, pois a sensibilidade a Dor varia de pessoa a pessoa. O melhor modo de se medir a Dor Crônica é a Escala Visual Analógica (também conhecida como EVA). Esta escala utiliza o valor numérico de 10 para a Dor máxima e 0 para a ausência de Dor. Em crianças se pode utilizar expressões faciais de alegria, indiferença ou tristeza para caracterizar a intensidade da Dor.

### **4. O tratamento da Dor Crônica é sempre cirúrgico ?**

Não. Cada tratamento deve ser dimensionado para o tipo específico de problema que está originando a Dor. Por vezes a causa básica da Dor não pode ser tratada (por exemplo: Dor por artrose ou por câncer) e se torna necessário diminuir a intensidade da Dor para melhorar a qualidade de vida do indivíduo. “A dor não mata, mas não deixa viver.”

### **5. O que é tratamento percutâneo da Dor Crônica ?**

O tratamento percutâneo utiliza agulhas ou cânulas finas para alcançar estruturas profundamente situadas e fazer com que o paciente obtenha alívio de sua Dor. Este método de tratamento é feito com radioscopia (RX especial que é feito durante o tratamento) para localização das estruturas profundas. Após a devida

localização do alvo do tratamento o médico usa geralmente a radiofrequência para o “desligamento do nervo”.

#### **6. O que é nucleoplastia ?**

Nucleoplastia é o tratamento do disco doente da coluna vertebral, com a utilização de um eletrodo especial introduzido no paciente por um método percutâneo. Este método cirúrgico usa a radiofrequência como fonte de energia.

#### **7. O que é Dor Nociceptiva ?**

A Dor Nociceptiva é aquela que serve de sinal de alerta ao paciente, indicando que alguma coisa está errada no seu corpo. Esta Dor é consequente a lesão de qualquer tecido do organismo (exceto o tecido nervoso). Esta Dor necessita de tratamento voltado diretamente para a sua causa. Exemplo: A dor abdominal consequente a inflamação do apêndice (apendicite) ou a dor consequente ao trauma. Estes tipos de dores são tratadas diretamente, seja através de cirurgia (apendicectomia), seja através de tratamento medicamentoso e/ou fisioterápico.

#### **8. O que é Dor Neuropática ?**

A Dor Neuropática é aquela que surge como consequência da lesão do tecido nervoso (direta ou indiretamente). Exemplo desta Dor é aquela que resulta de “derrame no cérebro” (acidente vascular cerebral) ou a que acontece após doenças que afetam diretamente o tecido nervoso (como o herpes e a esclerose múltipla). Estas Dores são bem diferentes das dores nociceptivas e provocam frequentemente o desenvolvimento de Dores Crônicas.

#### **9. Existem Dores Mistas ?**

Sim. Em alguns pacientes, a Dor Nociceptiva pode se associar com a Dor Neuropática e aumentar o sofrimento do paciente. Estas Dores são de difícil tratamento e requerem a avaliação de especialistas no tratamento da Dor Crônica.

#### **10. O que fazer para aliviar a Dor Crônica?**

O melhor caminho é procurar o especialista ou perguntar ao seu médico (clínico) qual a melhor opção de tratamento. Você deve se informar sobre a sua doença e ajudar aos especialistas no tratamento da Dor Crônica. Tenha um papel ativo!

Escreva um diário procurando observar o que agrava e o que melhora a sua dor e informe ao seu médico. Discuta e peça sempre esclarecimentos sobre as possibilidades de tratamento e sobre o que está ocorrendo com você.

Maiores informações também no site da Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor (SBED): [www.dor.org.br](http://www.dor.org.br) .

*Dr. Marcelo Ferraz de Campos*