

Por Camila Maciel

A dor crônica é relatada por 37% dos brasileiros, aponta pesquisa da Sociedade Brasileira para Estudo da Dor (SBED). Os dados desse estudo foram debatidos no 4º Congresso da Sociedade Brasileira de Médicos Intervencionistas em Dor (Sobramid), que terminou hoje (9) em Campinas, no interior paulista. Métodos inovadores como uso de estímulos elétricos com tecnologia sem fio também estiveram na pauta do encontro, que reuniu mais de 200 profissionais especializados no tratamento deste tipo de dor que persiste por, no mínimo, três meses.

O anestesiologista Charles Amaral de Oliveira, presidente da Sobramid, aponta que a dor aguda, que ocorre de forma pontual, não deve ser negligenciada, pois é dela que se formam os casos crônicos. “A dor aguda acusa a pessoa de que algo de errado está no corpo e isso é um sinal de alerta. A dor crônica deixa de ser um sinal e passa a ser a própria doença. E ela vai levando a um desdobramento, que é estresse, ansiedade e depressão, que agravam a dor”, explica. “A dor, por sua vez, piora os quadros depressivos. Você entra nesse ciclo vicioso, que precisa ser interrompido.”

A pesquisa mostra que a faixa etária média de ocorrência da dor é 41 anos. Em relação ao sexo, as mulheres são maioria entre os relatos de dores crônicas na maior parte das regiões. Apenas na Região Nordeste este quadro se inverte: os homens representam 52% e as mulheres 42%. A intensidade da dor relatada foi maior de 6 (em uma escala 1 a 10) em todas as regiões do país. Esse nível é considerado moderado e suficiente para interferir nas atividades diárias.

O estudo foi apresentado pela primeira vez no Brasil no Sobramid. Os dados foram divulgados em um congresso no Japão em formato de pôster científico (uma ilustração resumida da pesquisa mostrada em encontros e conferências). Foram entrevistadas 919 pessoas de todas as regiões do país, respeitando a densidade demográfica e a heterogeneidade da população apontadas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Além da SBED, estiveram envolvidos no trabalho as instituições Hospital Universitário da Universidade Federal de Santa Catarina, Aliviar Medicina da Dor e Centro de Ensino e Treinamento Integrado de Medicina do ABC Paulista.

## **Inovação**

Uma das técnicas de tratamento discutidas no congresso foi a neuromodulação com uso de tecnologia wireless. A estimulação elétrica para tratamento da dor já é conhecida, mas a possibilidade de não usar fios para acionar os eletrodos traz praticidade e qualidade de vida para os pacientes, segundo Oliveira. “A corrente elétrica trafega por vias de condução muito rápida e a dor vem por estradas muito lentas. Somente entende-se que é dor quando essa informação chega ao cérebro. Se a gente compete com uma corrente elétrica, colocando energia estimulando aquele nervo, ela satura a rodovia, e a dor, que vai a passos de tartaruga, não chega”, diz.

O anestesiologista explica que esse método reduz o uso de medicamentos orais, que produzem efeitos colaterais e, depois de um tempo, pode não apresentar resultados. No método convencional, o eletrodo é inserido na coluna vertebral e a bateria é fixada superficialmente no final da coluna, similar a um marcapasso. Já os impulsos pela tecnologia sem fio são emitidos por um gerador acoplado a um cinto externo, que é posicionado sobre uma pequena antena implantada no corpo dos usuários. Outra vantagem, segundo Oliveira, é que exames de ressonância magnética, comumente requeridos para esses pacientes podem ser feitos sem contraindicação.

## **Prevenção**

O uso de celulares e *tablets* pode ser um fator que contribua para o aumento de dores crônicas. “A

cabeça na posição ereta e vamos falar que está a 0º, ela pesa 7 quilos no adulto. A cabeça na posição de 60º, cabeça passa a pesar 27 quilos. Estamos falando de maus hábitos que a tecnologia trouxe para a população”, alertou o médico.

Práticas saudáveis, como boa alimentação e atividade física regular são medidas de prevenção para esse tipo de dor. Oliveira reforça a necessidade de procurar um profissional, quando a dor persiste. “A gente tem que não negligenciar a dor aguda. Automedicação todo mundo faz, mas não se pode fazer automedicação por um tempo prolongado. Se essa dor vai perpetuando por um tempo mais longo, é motivo de se procurar a ajuda”, apontou.

**Fonte:** Agência Brasil, em 09.07.2017.