

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

MUITO ALÉM DA DOR FÍSICA: ATENDIMENTO MULTIPROFISSIONAL NO AUTOCUIDADO DE MULHERES COM DOR CRÔNICA.

Ana Paula Ribeiro Hirakawa 1, Karla Dias Tomazella 1, Suzimar Oliveira Santos Figueiredo 1
1 Pmsp/Secretaria Municipal De Saúde De São Paulo - Pmsp/Secretaria Municipal De Saúde De São Paulo

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

A dor crônica é um fenômeno que envolve diversas dimensões, podendo afirmar que se trata de um problema clínico, comportamental, cognitivo, emocional e social e dados estes fatos, o presente trabalho visa acompanhar mulheres com dor crônica em grupo de auto cuidado. O objetivo foi o de promover melhora da queixa de dor crônica de mulheres a partir de intervenção multiprofissional. Participaram 8 mulheres com idade média de 49 anos, com queixa de dor crônica, utilizando o pentáculo do bem-estar como instrumento indicador. As sessões foram realizadas em 12 sessões semanais. A partir do pentáculo do bem-estar, houve uma melhora de 19% nos aspectos da nutrição, atividade física e controle de stress, 5% no relacionamento social. Já em relação à meta alcançada de peso ideal, esta foi de 82% e 90% buscaram e utilizaram os equipamentos da rede de saúde. Concluimos que a intervenção multiprofissional resulta em melhora na qualidade de vida, além de diminuição da queixa de dor.

A dor crônica é um fenômeno que envolve diversas dimensões, podendo afirmar que se trata de um problema clínico, comportamental, cognitivo e emocional, pois é acompanhado por um grande sofrimento pessoal, acarretando muitos custos sociais e, também custos econômicos. A definição de dor acatada pela IASP – Associação Internacional pelo Estudo da Dor é de que a dor é uma experiência sensorial e emocional desagradável associada com danos atuais. Alternativamente pode-se supor que elas são apenas facetas diferentes de um fenômeno único que chamamos de dor. Dado o fato de que a dor crônica pode englobar vários aspectos do cotidiano de pacientes que a possui, o presente trabalho visa acompanhar mulheres com dor crônica em grupo de auto cuidado com equipe multiprofissional realizado em um centro de reabilitação.

OBJETIVOS

Promover melhora da queixa de dor crônica de mulheres a partir de intervenção multiprofissional.

METODOLOGIA

A pesquisa apresenta o acompanhamento de 8 mulheres com idade média de 49 anos, com queixa de dor crônica há mais de 3 meses, a partir de acompanhamento em grupo em equipe multiprofissional (psicólogo, nutricionista, assistente social, fisioterapeuta, enfermagem, sendo que os três primeiros citados foram profissionais de referência, estando presentes em todos os atendimentos), utilizando o pentáculo do bem-estar como instrumento indicador. As sessões foram realizadas em 12 sessões semanais, sendo compostas de: 1ª sessão: apresentação do grupo, aplicação do pentáculo do bem-estar, entrega de questionário alimentar para ser preenchido; 2ª sessão: apresentação dos equipamentos da rede de saúde, discussão sobre preferências pessoais (atividades física e sociais) e elaboração de metas pessoais para os 3 meses

de atendimento; 3ª sessão: discussão sobre hábitos alimentares, antropometria e metas de peso ideal inicial; 4ª sessão: elaboração do plano alimentar; 5ª sessão: atividade com fisioterapia ortopédica (orientações) e aplicação de instrumento de dor; 6ª sessão: cuidados da saúde com a enfermagem; 7ª sessão: roda de conversa e cuidados com a imagem pessoal; 8ª sessão: oficina culinária; 9ª sessão: acompanhar uso dos equipamentos da rede de saúde e reforço destes; 10ª sessão: acompanhar orientações dadas pela fisioterapia ortopédica e reaplicação do instrumento de dor; 11ª sessão: antropometria e discussão da meta de peso ideal inicial; 12ª sessão: encerramento: reaplicação do pentáculo do bem-estar e discussão sobre metas pessoais.

RESULTADOS

Após o acompanhamento das pacientes com dor crônica, a partir do pentáculo do bem-estar, houve uma melhora de 19% nos aspectos relacionados à nutrição, atividade física e controle de stress, 5% no relacionamento social e 6% no comportamento preventivo. Em relação à auto percepção (instrumento de dor) houve uma melhora de 54%. Já em relação à meta alcançada de peso ideal, esta foi de 82% e 90% buscaram e utilizaram os equipamentos da rede de saúde.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluímos que a intervenção multiprofissional em um grupo de dor crônica resulta em melhora na qualidade de vida das pacientes participantes, além de diminuição da queixa de dor.