



Grupo de Dor Crônica como Estratégia de Cuidado na Atenção Primária à Saúde

Nome do Autor 1- Keylla Beatriz Sales Ribeiro

Nome do Serviço de Saúde – Unidade Básica de Saúde Jardim Valquíria, São Paulo- SP

Eixo Temático: Reabilitação e Cuidados Paliativos

Introdução

A dor crônica pode afetar a funcionalidade e a qualidade de vida, exigindo um cuidado integral. Na Atenção Primária à Saúde, os grupos terapêuticos são uma estratégia de cuidado coletivo. Nesse contexto, o grupo de dor crônica, conduzido pela fisioterapeuta da UBS Jardim Valquíria, aborda diferentes estratégias terapêuticas não farmacológicas com enfoque na promoção do movimento, na educação em saúde e no autocuidado. A atuação fisioterapêutica busca ampliar as possibilidades de cuidado, considerando as necessidades e particularidades dos usuários.

Objetivo

Tem como objetivo auxiliar no alívio e controle da dor, promover a melhora da funcionalidade e da qualidade de vida, além de estimular a participação ativa dos usuários no próprio cuidado em saúde.

Métodos

Participaram do grupo usuários adultos acompanhados na UBS Jardim Valquíria. Os encontros foram realizados semanalmente, às terças-feiras, às 9 horas, com os pacientes organizados em turmas, cada uma participando de cinco sessões. Como estratégias terapêuticas não farmacológicas, foram realizados exercícios terapêuticos com foco na mobilidade e na funcionalidade, seguidos da aplicação de auriculoterapia. Em algumas sessões, também foi utilizada a argiloterapia como recurso terapêutico complementar. Para a avaliação da intensidade da dor, utilizou-se a Escala Visual Analógica (EVA), aplicada na consulta inicial (realizada em consultório ou na triagem, antes do encaminhamento ao grupo) e, posteriormente, em cada encontro, permitindo acompanhar a evolução da dor ao longo das sessões e a percepção de melhora referida pelos participantes.

Conclusão

O Grupo de Dor demonstrou ser uma intervenção de elevada eficácia e relevância na Atenção Primária à Saúde. A combinação de exercícios terapêuticos, Práticas Integrativas e Complementares (PICS) e educação em saúde promoveu uma redução expressiva e progressiva da intensidade da dor (60,7%), além de estimular o autocuidado e o empoderamento dos usuários. O direcionamento final para grupos abertos da unidade assegura a continuidade do cuidado e a manutenção dos ganhos funcionais, consolidando a fisioterapia como peça fundamental na atenção integral e humanizada no SUS.

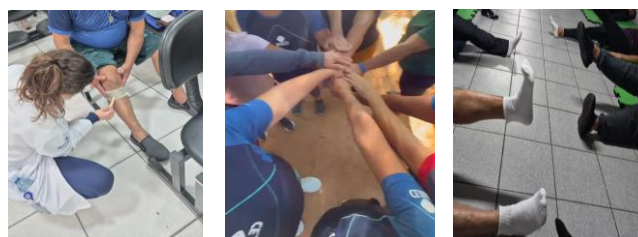
Resultados

Participaram do grupo 18 usuários adultos, com idade entre 33 e 74 anos, distribuídos em três turmas. Na avaliação inicial, foram identificadas diferentes queixas musculoesqueléticas, sendo que alguns participantes apresentavam dor em mais de uma região corporal. As principais queixas foram dor nos ombros (11 participantes), dor na coluna dorsal e lombar, com ou sem irradiação (7), dor nos tornozelos (5), dor nos joelhos (5), dor cervical (2) e fraqueza nos membros inferiores (2).

Na avaliação inicial, a intensidade média da dor foi de 7,5 pontos na Escala Visual Analógica (EVA). Observou-se redução progressiva da intensidade média da dor ao longo das sessões, com valores de 7,17 na primeira sessão, 5,94 na segunda sessão, 5,06 na terceira sessão, 3,94 na quarta sessão e 2,94 na quinta e última sessão.

Ao final do acompanhamento, verificou-se redução média de 4,56 pontos na Escala Visual Analógica (EVA), correspondendo a aproximadamente 60,7% de redução da intensidade média da dor em relação à avaliação inicial.

Ao término do protocolo de 5 sessões, os pacientes receberam orientações sobre educação em dor e foram encaminhados aos grupos abertos de atividade física ofertados pela Unidade Básica de Saúde (UBS).



Acesse o trabalho
na íntegra!

