

## PROGRAMA CUIDE DE SUA DOR

*Tâmara Maria Nieri<sup>1</sup>*

### Resumo

A dor é o dilema mais complexo da saúde humana. Ela envolve fatores nociceptivos, ansiedade, desorganização social, distúrbio do sono, depressão, frustração e conflito com o cuidado oferecido pelos profissionais de saúde. A dor crônica afeta aproximadamente 20% da população dos países desenvolvidos, atingindo, o indivíduo, a economia e a sociedade em geral. Sua prevalência aumenta com a idade, acometendo, em indivíduos acima de 70 anos, 79% das mulheres e 53% dos homens. O

tratamento, ao contrário do realizado para a dor aguda, não tem como objetivo remover a causa para obter a regressão total do sintoma, pois o que caracteriza a dor crônica é a persistência da dor após o tratamento da causa. A terapêutica deve focar a melhora da funcionalidade do indivíduo, controlando a intensidade e a frequência da dor. Nossa proposta foi criar e implantar um modelo de atenção multidisciplinar e multimodal, para o tratamento de pacientes com quadros de dor crônica musculoesquelética, integrando os diversos serviços do Cecom, proporcionando a atenção integral aos portadores desta afecção, visando a melhoria da qualidade de vida. Em outubro de 2015 iniciamos o programa CUIDE DE SUA DOR, com a implantação de um fluxo de atendimento específico para os pacientes portadores de dor crônica musculoesquelética, que prevê avaliação/acompanhamento do fisioterapeuta, consulta médica, terapia medicamentosa segundo protocolo específico e grupos de terapias complementares e auto cuidado. A avaliação preliminar apresenta resultados positivos, com melhora objetiva e subjetiva dos pacientes em acompanhamento, mostrando a efetividade terapêutica do método.

### Palavras-chave

Saúde coletiva. Promoção de saúde. Dor crônica.

<sup>1</sup> UNICAMP - Vice-Reitoria Executiva de Administração  
E-mail: [tamarnn@g.unicamp.br](mailto:tamarnn@g.unicamp.br)

Tema: UNICAMP 50 anos: Memórias, Experiências e Trajetórias Profissionais.

EIXO 3 – Desenvolvimento humano, saúde, sustentabilidade e qualidade de vida