

Dor Crônica Musculoesquelética

Colaborador: Fernando Gomes - 16/05/2014



Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), cerca de 30% da população sofre com dores Crônicas. Para falar mais sobre o assunto, o programa Insight exibido no dia 13 de maio recebeu o fisioterapeuta e especialista em Fisiologia e Biomecânica (USP) Guilherme Tisi.

Durante quatro meses, Guilherme elaborou a pesquisa “Perfil epidemiológico da dor crônica musculoesquelética em três Unidades Básicas de Saúde de São Paulo”.

Ele explicou que, de acordo com os dados da Associação Internacional do Estudo da Dor (IASP), uma dor que persiste por mais de seis meses já pode ser considerada crônica, embora outros estudiosos considerem que esse diagnóstico já pode ser dado após três meses do sintoma.

Entre os entrevistados do estudo, a dor crônica foi maior em mulheres entre 41 e 60 anos. Os pacientes ainda relataram que sentiam dor em mais de uma articulação, principalmente, na região lombar, nos ombros e joelhos. “Em média, eles estavam com a dor há dez anos e meio”, informou Guilherme.

Segundo o fisioterapeuta, a falta de cuidados com a saúde, como o sedentarismo ou a alimentação inadequada, e a postura incorreta ao sentar, levantar e carregar um peso foram os fatores desencadeadores do quadro nos entrevistados. Por isso, ele também aconselhou os profissionais da saúde a fazerem um trabalho de conscientização com os pacientes. “Não adianta fazer apenas a parte terapêutica e não educar esse indivíduo”. Guilherme também recomendou o atendimento multidisciplinar, a fim de otimizar o tratamento. “Atuar conjunto com outros profissionais, criar estratégias, e formas para combater a dor”, explicou.