MGF.dor
Grupo de Estudos de Dor | APMGF

Newsletter

Janeiro a Abril de 2023

EDIÇÃO Nº 01

Coordenadores:
Beatriz Chambel
César Vinicius José
Editores:
Cláudia Mourato Silva
Joana Fernandes Ribeiro
Nelma Simãozinho

A Dor Crónica – Um novo olhar

A dor é, desde os primórdios da medicina, uma das queixas que mais determina a procura de cuidados de saúde.

Nos tempos modernos, é indiscutível que a dor deve ser prevenida e tratada adequadamente e que se trata de uma condição na qual médicos têm um papel determinante como garantia da qualidade de vida da pessoa que tratam.

No entanto, para além do tratamento da dor tem-se verificado uma necessidade cada vez maior das pessoas que sofrem com dor de terem uma explicação para a sua dor e para procurarem, a par do alívio da dor, de uma manutenção de capacidade funcional.

A necessidade de ter, durante cada vez mais anos, uma capacidade funcional adequada, tem trazido novos desafios à abordagem da dor. Afinal, já não são poucas as pessoas com idade avançada que mantêm atividade profissional ativa e que procuram o médico para aliviar a sua dor e manter a capacidade funcional para o seu trabalho.
Os estudos realizados em Portugal determinaram a prevalência da dor crónica na população adulta que frequenta os Cuidados de Saúde Primários em cerca de 1 em 3 portugueses. Observa-se ainda um baixo nível de qualidade de vida nas pessoas que sofrem com dor crónica, associado a um tempo relativamente longo até ao diagnóstico.
Foi desta necessidade que nasceu o Grupo de Estudos de Dor da Associação Portuguesa de Medicina Geral e Familiar num desafio de criação de mais e melhores ferramentas que auxiliem os médicos no diagnóstico e tratamento da pessoa com Dor.

Um grupo com um crescimento extraordinário em poucos anos, fruto de uma equipa cada vez mais forte e do envolvimento cada vez maior da comunidade médica na temática da dor.

Esta é a primeira publicação periódica deste Grupo que é de todos os médicos, mas também de todas as pessoas com Dor que precisam de uma resposta cada vez mais robusta. É o primeiro de um conjunto de textos que publicaremos regularmente para dar conta das atividades do Grupo e para dar a conhecer as atualizações em Medicina da Dor.

Convidamos todos os Colegas a participarem com sugestões, ideias, controvérsia e debate para que, em conjunto, possamos criar cada vez mais valor no tratamento da Dor em Portugal.

Boa leitura, contamos convosco.

Raul Marques Pereira
Coordenador do MGF.dor

"Combinação de farmacoterapia no tratamento de dor neuropática em adultos: revisão sistemática e meta-análise"

A dor neuropática é uma causa substancial de morbilidade e de utilização dos recursos de saúde. A monoterapia com antidepressivos ou anticonvulsivantes falha frequentemente em fornecer alívio e combinar princípios ativos diferentes fornece uma analgesia melhorada. Mais de metade dos utentes recebe dois ou mais analgésicos e os ensaios de associação continuam a surgir.

Esta revisão incluiu um total de 40 estudos, onde se avaliaram as combinações de dois ou mais princípios ativos vs. placebo ou pelo menos uma monoterapia em adultos com dor neuropática.

Apesar do uso substancial e do aumento do número de ensaios, a evidência ainda não sugere superioridade de nenhuma combinação relativamente à monoterapia. Assim sendo, implementar terapêutica combinada como segunda ou terceira linha em situações em que a monoterapia tenha sido insuficiente, deveria ser com indivíduos monitorizados para confirmar a segurança e o benefício adicionados.

É necessária mais investigação com ensaios de combinações com agentes não sedativos de modo a identificar os parâmetros clínicos e as combinações específicas que podem providenciar benefício adicional.
Para mais informação, lê este artigo na integra no *link*: https://journals.lww.com/pain/Abstract/2023/02000/Combination_pharmacotherapy_for_the_treatment_of.4.aspx

"Dor crónica multilocalizada enquanto fator de risco para doença arterial coronária: achados de uma randomização Mendeliana"

As eventuais consequências da dor crónica multilocalizada no risco de doenças cardiovasculares permanecem pouco claras.
O objetivo é investigar o impacto da dor crónica multilocalizada nas doenças cardiovasculares e possíveis fatores de agravamento.

Através de análises de randomização Mendeliana, foi avaliado se a dor crónica multilocalizada teria um efeito causal em três patologias cardiovasculares, incluindo: doença arterial coronária (DAC), fibrilhação auricular (FA) e acidente vascular cerebral (AVC).

Foi também estudada a associação com o índice de massa corporal elevado (IMC), tabagismo e depressão.

Demonstrou-se que a dor crónica multilocalizada aumenta o risco de DAC, que também é influenciada por fatores como o IMC, o tabagismo e a depressão. Quanto à FA e AVC, o risco permanece semelhante.
Para mais informação, lê este artigo na integra no link: https://journals.lww.com/pain/Abstract/2023/03000/Multisite_chronic_pain_as_a_causal_risk_factor_for.22.aspx

EM DESTAQUE

Reunião da EFIC, APED e MGF.dor no 40º Encontro Nacional da APMGF

O MGF.dor marcou presença no 40º Encontro Nacional de MGF, no Centro de Congressos do Algarve, para encabeçar uma sessão oficial intitulada "A pessoa com dor no centro da decisão". Assistimos a um momento histórico de união das duas maiores sociedades científicas para o Estudo da Dor em Portugal – APED (Associação Portuguesa para o Estudo de Dor) e MGF.dor.

Estreitar laços entre os cuidados primários e os secundários, aproximando as unidades de dor hospitalares dos médicos de família, é fundamental para capacitar as equipas dos CSP a tratar precoce e agressivamente e referenciar adequada e corretamente a pessoa com dor. Nesta sessão plenária foram lançados os alicerces para uma relação simbiótica entre estas sociedades, procurando alcançar uma prestação de cuidados integrados e criar consensos de boas práticas na abordagem à pessoa com dor.

Foram lançados e apresentados oficialmente a compilação em livro da série de folhetos do MGF.dor para apoio à consulta nos Cuidados de Saúde Primários, no âmbito da medicina da dor.

O MGF.dor disponibilizou em versão papel aos colegas que nos visitaram na Feira da APMGF. Se ainda não tem a sua, descarregue já a versão digital em

https://apmgf.pt/grupos_de_estudo/dor/.

FALAR DE DOR É FALAR DE ...

O ano de 2023 foi nomeado pela iniciativa ***Global Year*** da **Associação Internacional para o Estudo da Dor** como o ano da abordagem integrativa no tratamento da dor.

A iniciativa *Global Year* teve o seu início em 1974 e foca-se anualmente num determinado aspeto da dor a enfatizar junto da comunidade profissional e do público em geral.

Este ano pretende alertar para a importância de uma abordagem multifatorial e holística no tratamento da dor, com destaque para as modalidades não farmacológicas com evidência científica.

Neste seguimento, também a revista PAIN terá um conjunto de artigos científicos designados a esta temática. com acesso universal.
Para mais informação, lê estes artigos na integra nos *links*:
https://www.iasp-pain.org/advocacy/global-year/integrative-pain-care/ e https://journals.lww.com/pain/pages/collectiondetails.aspx?TopicalCollectionId=25.

Mesa do Grupo de Estudos MGF.dor e Grupo de Estudos de Hematologia