



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE MEDICINA GERAL
E FAMILIAR

MGF.DOR - GRUPO DE ESTUDOS DE DOR
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE MEDICINA GERAL E FAMILIAR
RELATÓRIO DE ATIVIDADES

2022

dor@apmgf.pt

ENQUADRAMENTO

Data de Criação

O MGF.dor - Grupo de Estudos de Dor foi aprovado pela Direção da APMGF em 19 de Outubro de 2019.

Coordenação do Grupo

- Raul Marques Pereira, Médico Especialista em Medicina Geral e Familiar na USF Lethes, Unidade Local de Saúde do Alto Minho (ULSAM), ARS Norte - Coordenador
- Jorge Hernâni-Eusébio, Médico Especialista em Medicina Geral e Familiar na USF Terras de Bouro, ACeS Gerês-Cabreira, ARS Norte - Vice-Coordenador para as relações Externas
- Ana Barbosa, Médica Especialista em Medicina Geral e Familiar na UCSP Darque, Unidade Local de Saúde do Alto Minho (ULSAM), ARS Norte - Vice-Coordenadora para as relações Internas
- Beatriz Chambel, Médica Especialista em Medicina Geral e Familiar na USF Cartaxo Terra Viva, ACeS Lezíria, ARSLVT - Vogal da coordenação
- Ana Maria Pinto, Médica Especialista em Medicina Geral e Familiar na UCSP Pinhel, ULS Guarda, ARS Centro - Vogal da coordenação

Objetivos

O Grupo de Estudos de Dor propõe-se a atingir os seguintes objetivos:

- Incentivar e fomentar o estudo da Dor, pela partilha de conhecimentos sobre esta área, estabelecendo para isso grupos de trabalho específicos em áreas de estudo prioritárias;
- Promover o desenvolvimento profissional contínuo dos elementos do grupo, tendo por base uma estrutura representativa que possa servir de referência nesta área técnico-científica no contexto dos Cuidados de Saúde Primários;
- Intervir com programas e projetos de apoio técnico-científico e de formação disponíveis a todos os associados da *APMGF*, contemplando a avaliação e diagnóstico do utente com Dor, a fisiopatologia da Dor e a orientação e tratamento a oferecer, de forma direcionada às necessidades práticas do Médico de Família no contexto da consulta do dia-a-dia;

- Participar e promover eventos científicos relacionados com a área de interesse do grupo de estudos;
- Cooperar com outras entidades, grupos de trabalho e de consenso que abordam a área da Dor, tanto nacional como internacionalmente, tendo em vista a simbiose na partilha de conhecimentos e aprendizagens, criando assim um canal de comunicação efetivo com essas entidades e grupos;
- Estabelecer parcerias com as Escolas Médicas do país tendo por vista um maior e melhor acesso à informação e conteúdos sobre Dor no ensino pré e pós-graduado;
- Organizar um mecanismo de formação em rede, formando formadores que poderão posteriormente replicar as atividades formativas;
- Participar ativamente nos Plenários da *APMGF*;
- Colaborar em projetos de investigação e educação, consolidando uma rede de investigação sólida na área da Dor.

ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

Ao longo deste período o MGF.dor desenvolveu atividades ligadas à implementação da sua estrutura de funcionamento e do acolhimento de Colegas para colaborarem nas suas atividades. Abaixo, elencam-se as principais atividades desenvolvidas.

Elementos do grupo e estrutura

Após demonstração de interesse dos Colegas, o MGF.dor conta, além dos elementos da sua Coordenação, com a colaboração dos seguintes colegas:

- Adriana Silva - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- Andreia Basílio - SESARAM
- Andreia Costa - ULS Matosinhos
- Armanda Freixo - ULS Alto Minho
- Bruno Pedrosa - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- Carolina Abreu - ULS Matosinhos
- Carolina Chaves - SESARAM
- César José - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- César Matos - ARS Centro
- Cláudia Mourato Silva
- Diana Falcão - ARS Norte
- Filipa Fontes - ARS Norte
- Filipa Moreira - ARS Norte
- Hugo Cordeiro - Norte, Prática Privada
- Inês Bernardo - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- Inês Oliveira Dias - ARS Norte
- Inês Sampaio Macedo - ARS Norte
- Joana Ribeiro - ARS Norte
- José Pedro Silva - ARS Centro
- Maria Santos - SESARAM
- Mariana Carvalho - Norte, Prática Privada
- Miguel Albergaria - ARS Centro
- Nélia Isaac - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- Nelma Simãozinho Matos - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- Nivalda Pereira - SESARAM
- Patrícia Alves - ULS Alto Minho
- Pedro Pereira - SESARAM
- Ricardo Silva - ARS Norte
- Rita Durão - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- Rita Mendes - ARS Norte
- Sara Ferreira - ARS Lisboa e Vale do Tejo
- Sofia Martins - ARS Centro
- Tiago Castelar - ARS Lisboa e Vale do Tejo

Atividades Desenvolvidas

1. Preparação de Webinar sobre Canabinóides

Participação do Dr. Raul Marques Pereira em colaboração com o Dr. Artur Aguiar (IPO Porto), com moderação do Dr. Hugo Cordeiro. O webinar intitulado *'Canabinóides na Dor Crónica'* ocorreu em parceria com a Tilray Medical.

2. Preparação de Workshop para o 39.º Encontro Nacional de MGF

Workshop teórico-prático ministrado pelo Dr. Raul Marques Pereira e pela Dra. Inês Oliveira Dias, aprovado pela Direção da APMGF e apresentado no 39.º Encontro Nacional de MGF, em Aveiro. O workshop intitulado *'Casos clínicos em Medicina da Dor'* teve 20 participantes e decorreu com uma participação ativa dos colegas formandos.

3. Publicação da série de folhetos de 'Abordagem e Tratamento da Dor em Cuidados de Saúde Primários'

Foram definidos os temas mais relevantes no âmbito da Medicina da Dor para a criação de material de apoio à consulta a ser utilizado pelos Médicos de Família. Os temas abordados foram:

- Abordagem e tratamento da dor na grávida e na puérpera
- Abordagem e tratamento da dor aguda no adulto
- Abordagem e tratamento da dor aguda na criança
- Abordagem e tratamento da dor aguda peri-procedimentos (vacinação, pensos e outros)
- Abordagem e tratamento da dor no doente com patologia musculoesquelética
- Abordagem e tratamento da dor no doente reumatológico (patologia inflamatória)
- Abordagem e tratamento da dor no doente idoso
- Abordagem e tratamento da dor no doente com multimorbilidade/polimedicado
- Abordagem e tratamento da dor no doente oncológico
- Abordagem e tratamento da dor no doente em fim de vida
- Abordagem e tratamento da dor no doente com dor neuropática

Todos os panfletos foram já publicados ao longo do ano de 2022 e partilhados através das plataformas oficiais da APMGF. Este projeto foi realizado em parceria com a Grunenthal Portugal.

4. Preparação de Workshop para o Encontro Nacional de Internos e Jovens Médicos de Família

Workshop prático ministrado pelo Dr. Raul Marques Pereira, o Dr. Jorge Hernâni-Eusébio, a Dra. Ana Sofia Barbosa e a Dra. Armanda Freixo, aprovado pela Direção da APMGF e apresentado no Encontro Nacional de Internos e Jovens Médicos de Família, em Lisboa. O workshop intitulado '*As várias multividades da lombalgia*' teve 15 participantes e decorreu com uma participação ativa dos colegas formandos.

5. Preparação de Webinar para o Ciclo de Webinars da APMGF

Webinar multidisciplinar ministrado pelo Dra. Ana Sofia Barbosa em parceria com a Enfermeira Cármen Cunha, aprovado pela Direção da APMGF. Este webinar intitulado '*Como montar uma consulta de dor crónica em CSP*' ocorreu em setembro.

6. Preparação de Webinar no Dia Nacional da Luta contra a Dor

Webinar com participação do Dr. Raul Marques Pereira e da Dra. Ana Sofia Barbosa, com participação externa da Dra. Ana Pedro (Presidente da Associação Portuguesa para o Estudo da Dor), da Dra. Anabela Pelica (Secretária-Geral da Associação Portuguesa de Fibromialgia) e do Dr. Hugo Ribeiro (Coordenador da Iniciativa Médica 3M).

7. Participação em sessão plenária das 8^{as} Jornadas do GRESP

Participação na Sessão Plenária '*Comorbilidades da Doença Respiratória*', onde o MGF.dor se fez representar com intervenção da Dra. Inês Oliveira-Dias, nestas que são as Jornadas do Grupo de Estudos de Doenças Respiratórias da APMGF.

8. Formação Multidisciplinar em Medicina da Dor

Formação multidisciplinar de Medicina da Dor ministrada à equipa da USF São Miguel Arcanjo - ARS Norte, sob a chancela científica do MGF.dor. Nesta foram formadores o Dr. Jorge Hernâni-Eusébio e a Dra. Filipa Moreira.

9. Retiro do MGF.dor

Reunião presencial de trabalho de dois dias onde foram discutidos os novos vetores de atuação do MGF.dor para o triénio 2023-2025, tendo também aí sido eleita a Coordenação do MGF.dor para o mesmo triénio. A sessão de encerramento do Retiro contou com a presença do Presidente da APMGF, Dr. Nuno Jacinto.

10. Organização do Atlas Loco-Regional de Dor

Organização dos materiais para a publicação de um Atlas com patologias dolorosas organizadas por localização anatómica. Este volume será publicado em 2023 para utilização dos Médicos de Família na sua prática clínica. Este projeto foi realizado em parceria com a BENE Farmacêuticas.

11. Campanha ‘Outubro, Mês da Dor’

Campanha online de sensibilização sobre o Dia Nacional de Luta contra a Dor que ocorreu durante o mês de Outubro nas páginas oficiais das redes sociais do MGF.dor.

12. Campanha ‘Dar Férias à Dor’

Campanha online de educação para a saúde que decorreu durante os meses típicos das férias de verão, onde se realizaram diversas publicações sobre medidas de evicção e atenuação da Dor em Férias. Esta campanha decorreu nas páginas oficiais das redes sociais do MGF.dor.

13. Campanha ‘Pôr um travão à Dor’

Campanha online de educação para a saúde onde se realizaram diversas publicações sobre medidas preventivas da Dor. Esta campanha decorreu nas páginas oficiais das redes sociais do MGF.dor.

Considerações finais

O MGF.dor - Grupo de Estudos de Dor da APMGF considera cumpridos os objetivos traçados para o ano de 2022.

Realça-se neste relatório de atividades o crescimento de colaboradores do Grupo de Estudos, assim como a realização de um primeiro evento de reunião presencial aberto a todo o Grupo.

Considera-se ainda que as atividades desenvolvidas foram bem-sucedidas e tiveram impacto na formação dos pares com interesse na área da Medicina da Dor e também nos utentes que sofrem desta condição.