Sinal de alerta

A dor é um importante mecanismo de defesa que pode denunciar ameaças ao organismo. Pesquisa mostra que grande parte dos brasileiros ignora o aviso do corpo e não procura orientação médica quando começa a sentir o desconforto

» AUGUSTO PIO

Belo Horizonte — A dor pode ser entendida como um sintoma de que algo não está bem no corpo ou há alguma agressão potencialmente prejudicial. "É muito importante como fator de proteção, como quando pisamos em uma pedra e retiramos o pé para não aumentar o ferimento. Ela também nos alerta no caso de uma doença. É o caso da dor torácica durante um infarto do miocárdio", explica a coordenadora de Oncologia Clínica do Instituto de Câncer do Estado de São Paulo, Maria Del Pilar. É importante ressaltar que a dor tem um grande impacto social, pois é debilitante e leva a diversos prejuízos sociais e econômicos.

Pesquisa encomendada pela empresa farmacêutica Mundipharma traçou um extenso mapa da dor no país. Os tipos mais comuns entre os brasileiros são as dores de cabeça, as abdominais e as musculares. O levantamento mostrou também que a população do Sudeste é a mais consciente sobre o tratamento do problema. Setenta e quatro por cento dos entrevistados na região disseram que procuram um médico ao sentir o primeiro sintoma. Esse dado contrasta com o de outras regiões, como a Sul e a Centro-Oeste, onde o índice não passa dos 7%.

De acordo com Maria Del Pilar, os dados da pesquisa demonstram como as pessoas do Sudeste estão mais conscientes da importância de buscar um médico logo no início do desconforto. "A dor aguda e não tratada pode levar a outras complicações clínicas, dificultar um diagnóstico de algo mais sério ou mesmo se tornar uma situação crônica, podendo afetar drasticamente a qualidade de vida do indivíduo", alerta.

Chefe de Serviço de Clínica Médica da Santa Casa de Belo Horizonte e professora de medicina da Unifenas, Télcia Vasconcelos Barros Magalhães esclarece que a dor é um sinal de alerta que ajuda proteger o corpo de danos maiores, sendo essencial à sobrevivência. "A sensação tem origem na ativação de pequenos terminais nervosos localizados em vários tecidos corporais por estímulos térmicos, mecânicos ou químicos intensos. Se está ocorrendo algo, precisamos cuidar de nosso corpo", diz a doutora em clínica médica.

Ela salienta que o problema tem um forte lado subjetivo. "Está muito relacionada a experiências vividas pelo indivíduo, suas emoções, crenças, atitudes e valores. Por isso, o profissional é o mais credenciado para avaliar o paciente que vem se queixando de dor e fazer um diagnóstico do problema", afirma Magalhães. Por isso, uma parte importante do atendimento é a conversa com o paciente. É comum que o médico peça que a pessoa classifique a sensação em uma escala de zero a 10. "Sempre deve ser perguntado ao paciente que nota ele daria, pois, como o caráter da dor é subjetivo, só ele pode identificar corretamente o tipo de dor que o acomete", acrescenta Maria Del Pilar.

Caso a caso

Para cada dor, um tratamento. Pelo menos é assim que a medicina tenta abordar o problema. "Hoje, com o avanço da ciência médica, temos condição de atender qualquer pessoa com problemas de dor. Mas isso não é mágica. Não é comprar aquele remédio que tal amigo usou e foi ótimo, ou aquele novo maravilhoso mostrado no comercial da tevê. O médico tem de consultar o paciente, fazer a anamnese (entrevista médica) e exame clínico completos, pedir os exames necessários e depois analisá-los, refletir, pensar e estudar o caso do paciente, sabendo das suas dificuldades e ansiedades. Somente assim, com o diagnóstico certo, ele indicará o tratamento adequado", esclarece Télcia Magalhães.

A oncologista Maria Del Pilar ressalta que, para tratar a dor, podem ser usados diversos medicamentos. "Há os analgésicos opioides e os não opioides, os anti-inflamatórios, medicamentos que chamamos de adjuvantes, anticonvulsivantes e antidepressivos, que têm ação principalmente em quadros de dor neuropática, e, eventualmente, anestésicos. A fisioterapia e a acupuntura também são tratamentos que compõem o arsenal para dar fim à dor. Em casos específicos, em que não houve um bom controle com essas estratégias, podem ser utilizados procedimentos cirúrgicos. A abordagem psicológica também pode ajudar a controlar quadros de dor, particularmente em casos com maior tempo de doença", acrescenta a especialista.

Ramon Lisboa/EM/D.A Press

Télcia Magalhães: dores não tratadas podem evoluir para quadros mais graves

» Dados do estudo

Brasileiros
- » Mais de 80% sentem dor de cabeça
- » 34% sentem dores psicológicas
- » 54% sentem dores abdominais
- » 39% sentem dores musculares
- » 72% sofrem de dores nas mãos e nos braços
- » 64% sofrem de dores nas costas
- » 6% lembram-se da dor e ela é recente
- » 70% dos entrevistados são sedentários
- » 46% dizem que a dor atrapalha a vida social

Homens
- » 58% dos homens sofrem de dores psicológicas

Mulheres
- » 61% das mulheres sofrem de dores musculares

Origem psicológica

O psiquiatra e psicanalista Norton Caldeira, ex-presidente da Associação Brasileira de Medicina Psicossomática, explica que a dor psicológica é a angústia por excelência, que pode ser apresentada ao ser humano por uma falta, um vazio ou um trauma, ou seja, uma incapacidade de preencher ou resolver simbolicamente acontecimentos ou necessidades psicológicas tanto existenciais quanto experienciais. "As frustrações e as impossibilidades também produzem dor psicológica, que podem ser remetidas ao corpo físico sob variadas formas: uma dor abdominal sem causa orgânica, uma dor óssea, dores musculares e articulares ou dor crônica sem componente orgânico detectável", explica.

Ele salienta que doenças orgânicas, com dor ou não, principalmente de origem autoimune, podem ser deflagradas por componente psicológico importante mesclado a outros fatores ambientais e fragilidades genéticas em potencial. "Como exemplo disso, temos doenças de órgãos e sistêmicas, como o lúpus, a esclerose múltipla, a artrite reumatoide, a colite ulcerativa, o diabetes tipo 1, a tireoidite e o próprio vitiligo. Alterações no organismo como gastrites, diarreias e vômitos também podem ter seu componente psicológico, e, nesses casos, ocorrem com frequência considerável. Essas alterações consideradas como psicossomáticas podem ocorrer em qualquer idade, no entanto a dor aguda ou crônica de origem psicológica é mais comum no adulto, sendo que no idoso ela pode ter outros componentes desconhecidos e decorrentes do envelhecimento."

O especialista reforça que os afetos, as emoções, os sentimentos, a ansiedade, o estresse psicológico e a imaginação ocorrem dentro do organismo e provocam mudanças. Dependendo da intensidade, do tempo e da suscetibilidade, levam a somatizações diversas. "A dor física de origem psicológica pode ser diagnosticada no exame e na anamnese, quando se revelam componentes psíquicos de natureza muito marcante e relacionados ao início do processo. Consequentemente, tem cura, e a descrição dos relatos existenciais somados à habilidade em escutá-los por um psicoterapeuta torna possível sua solução e mesmo sua cura definitiva", avalia. (AP)