

:: Mensurando e avaliando a dor

por Diego Carlos Marquete

A palavra dor deriva do latim “poena” e é definida como “uma sensação a qual a pessoa experiencia desconforto, angústia, ou sofrimento devido a estímulos de nervos sensitivos.” Uma sensação e emoção penosa desagradável que gera uma reação de recusa assim que surge.

A dor é um sintoma e não um diagnóstico, um sinal de alarme do corpo. Subjetiva, ela indica uma lesão real ou potencial e varia de uma pessoa para outra influenciada muitas vezes por aspectos psicológicos e sociais.

Determinar o tempo que a dor acompanha o paciente assim como o reconhecimento do local da mesma é importante para fornecer um diagnóstico e/ou fornecer bases para a atuação terapêutica, que deveria englobar mais do que um enfoque físico de desativação de pontos gatilhos, mobilização tissular e articular, pressão de pontos e linhas energéticas, mas sim uma abordagem interdisciplinar respeitando os fatores sociais e psicológicos envolvidos num quadro doloroso.

O primeiro passo para a avaliação da dor é anamnese. Nesta entrevista dados como, o tempo de existência da dor, tratamentos já realizados na tentativa de melhora, medicamentos utilizados, diagnóstico médico e quais as intervenções que surtiram efeitos positivos e o motivo do paciente avaliar ela como positiva, devem ser questionados.

Também deve-se descrever um breve histórico da dor original, local e como surgiu. Se existe momento do dia em que ela é pior e se algo a alivia e, porque e quando ela volta.

Neste processo de avaliar a dor, questiona-se como é a dor. Sensação de queimação, ardência, pontada, coceira e de que forma ela afeta a vida da pessoa. O comportamento diante da dor deve ser analisado, identificando-se as expressões não verbais, como choro, careta, esfregar área dolorida, retirada do segmento dolorido e imobilidade.

A mensuração é um componente importante na intervenção. Uma tentativa de quantificar a dor. Mensurar e acompanhar a variação da intensidade da dor após as sessões de terapia aplicada nos sugere uma conclusão acerca dos benefícios da intervenção proposta. Também devem ser analisados acontecimentos que podem influenciar os achados entre uma avaliação e outra.

Há uma grande variedade de ferramentas desde simples relatórios a instrumentos como algômetros, para quantificar a intensidade da dor.

As formas mais simples de mensurar a dor é feita através dos instrumentos unidimensionais que são a escala de classificação verbal (VRS). Nesta escala o paciente apenas relata em qual classificação ele se encaixa, variando de nenhuma dor, dor leve, dor moderada, dor severa ou agonizante. Temos também a escala de classificação numérica (NRS), onde o paciente dá uma nota a dor sentida. E a escala analógica da dor (VAS), método amplamente utilizado que consiste numa linha de 10cm desenhada num papel onde zero (0) indica nenhuma dor e dez (10) a pior dor possível. De zero a dez pode-se fazer linhas dividindo cada centímetro e nesta escala o paciente indica a linha do nível de sua dor.

Outros métodos mais complexos de avaliação da dor são os instrumentos multidimensionais que avaliam as dimensões sensorial, afetiva e avaliativa como o questionário de dor de McGill.

Chaitow e Fritz sugeriram também uma avaliação onde o paciente pinta as áreas doloridas e diferencia o tipo de dor seguindo informações do questionário. Estas avaliações estão disponibilizadas no ambiente virtual (ARQUIVOS).

RECAPITULANDO:

Mensuração e Avaliação consistem em dois processos diferentes na abordagem da dor. Mensurar é tentar quantificar, enquanto a avaliação engloba uma visão mais aprofundada, reconhecendo fatores psicológicos e sociais envolvidos.

Fatores a ser considerados nesta avaliação são: Tempo da dor, Tratamentos já realizados, o que funcionou, a intensidade da dor atual, regulação temporal, qualidade da dor (queimação, pontada), significado pessoal (como ela afeta a vida do paciente), comportamentos (choro, careta).

A interdisciplinaridade proporciona uma melhor abordagem e efetiva terapêutica no paciente com dor, em especial de classificação crônica.