

## Especial

Dados da OMS apontam que 30% da população mundial sofre com alguma dor crônica, que deixa de ser sintoma para ser a doença em si. Para especialistas, ela nunca pode ser negligenciada e, com tratamento, é possível reduzi-la

POR RENATA RUSKY

“É da idade”; “acostuma”; “é da sua cabeça”; “é psicológico”. Frases como essas são comumente ouvidas por pessoas que sofrem e reclamam de dores crônicas, sejam elas lombares, musculares, seja cefaleia. Além de nem sempre aparecem em exames, as dores deixam de ser sintomas que indicam alguma doença para serem o problema em si.

No caso das dores de cabeça, por exemplo, o fisioterapeuta Guido Fregapani, membro da Sociedade Brasileira de Cefaleia, explica que apenas 1% delas é sintoma de algo mais grave. O restante é, de fato, só uma dor, o que não a torna mais fraca.

De acordo com o médico Carlos Gropen, presidente da Sociedade para Estudo da Dor do Distrito Federal (SED/DF) e coordenador do Ambulatório de Dor do Hospital Universitário de Brasília (HUB), a dor como sintoma é um conceito antigo. “Hoje, a gente sabe que a dor também é um diagnóstico, é uma alteração no sistema de dor: ela é viva, independentemente de ter outra doença”, afirma.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), 30% da população mundial sofre com alguma dor crônica, o que pesa no bolso tanto dos pacientes quanto da sociedade como um todo. Além do aumento da quantidade de medicamentos ingeridos, são pessoas que usam mais serviços de saúde e que acabam ficando precocemente incapacitadas de trabalhar.

Gropen especifica que, no mundo, gasta-se mais com dores crônicas do que com câncer e doenças cardiovasculares. E alerta que dor nenhuma deve ser normalizada ou negligenciada. “Muita gente já ficou sem tratamento por causa de um conceito anacrônico de que dor é apanágio da idade. A gente nunca pode prometer cura, mas, com tratamento, pacientes melhoram muito e podem ter uma vida normal: depende da rapidez de procurar o tratamento e da adesão a ele”, explica.



Marcelo Ferreira/CB/D.A Press

Aos 24 anos, Maria Júlia Amorim vive constantemente com dores, que a afastaram das pessoas: poucos amigos entendem a condição dela

A dor crônica, por definição, é aquela que persiste ou recorre por mais de três meses. O ortopedista Lúcio Gusmão, especialista em tratamento da dor, explica, no entanto, que uma dor aguda, ou seja, resultante de um trauma ou de um evento, que ele chama de nociceptivo, pode tornar-se crônica se negligenciada. “Uma dor crônica pode já ter sido aguda e, maltratada, ser crônica”, explica.

### Um problema que isola

A psicóloga Maria Júlia Amorim, 24 anos, conta que tem poucos amigos. A vida com dores ensinou que o melhor é manter só os bons, que entendem a condição frágil dela. Infelizmente, foram situações de desrespeito que a fizeram aprender isso. “Eu não conseguia ir a algum evento e a pessoa já achava que eu não queria, que era frescura”, relembra.

**37%**  
da população brasileira — aproximadamente 60 milhões de pessoas — sentem dor de forma crônica, segundo a Sociedade Brasileira de Estudos da Dor

Com risco aumentado de hemorragia, acidente vascular cerebral, trombofilia e luxações, ela vive uma rotina cuidadosa. Não é qualquer carga horária de trabalho que pode encarar, ficar o dia inteiro em pé em uma festa está fora de questão. “Nunca consegui acompanhar muito os programas de pessoas da minha idade. É sempre uma questão de ir dosando. Eu não posso fazer um esforço que para outra pessoa é trivial. Ela vai se recuperar rápido, eu vou demorar”, explica.