rsiste

DOR CRÔNICA NAS COSTAS

Um dos tipos mais comuns de dor crônica é a que atinge as costas, e pode ser causada por um único fator ou pela combinação de vários, como:

- Anos de má postura
- Levantamento e transporte inadequados de objetos pesados
- Estar acima do peso
- Uma condição congênita, como acentuação das curvaturas da coluna
- Lesão traumática
- Uso de salto alto
- Dormir em um colchão ruim
- Envelhecimento normal da coluna (alterações degenerativas).

DIAGNÓSTICO

Para investigação do quadro, é preciso a realização de vários exames radiológicos e laboratoriais, tudo guiado pela avaliação clínica realizada pelo especialista. Entre os pontos a serem avaliados em consulta estão:

- Localização, intensidade, qualidade, duração e frequência da dor
- Histórico da dor, avaliando como começou, fatores que pioram ou melhoram, e se ela está relacionada a alguma condição médica pré-existente
- Fatores que influenciam a dor, investigando se é desencadeada por atividades específicas, emoções ou outros fatores.

Palavra do especialista

Quais médicos devo consultar quando sentir dor?

É recomendado realizar investigação para correto diagnóstico e posterior tratamento. A dor crônica impacta na qualidade de vida da pessoa e também na da família. Diagnóstico e tratamento corretos podem otimizar o tratamento e reduzir a intensidade da dor, com melhora na qualidade de vida. Dessa maneira, é recomendada uma avaliação multidisciplinar, sendo avaliado por neurologista, reumatologista, além de fisioterapeuta e psicólogo. Atualmente, existe uma subespecialidade que é a medicina da dor.

Como diferenciar a dor crônica de uma dor por outra razão?

A dor crônica deve ser investigada para descobrir a causa. É muito comum a pessoa passar meses e até anos com dor e, após uma investigação adequada e correto tratamento, essa dor simplesmente cessar. Então, mais do que falar em tratamento, devemos falar em investigação. Por exemplo, deficiência de vitamina B12 pode resultar em neuropatia periférica ou lesão medular, e resultar em dor. A simples reposição de vitamina B12 levaria a uma melhora do quadro álgico.

Quando devo procurar um médico por suspeita de dor crônica?

A dor deve ser investigada logo no seu início, podendo ser indício de alguma patologia mais grave. O tratamento em fase inicial de uma doença sempre resulta em uma maior chance de controle, sendo variado e oferecido a depender da etiologia da dor. Existem as causas mais diversas, resultando em tratamentos também específicos para cada caso.

Cláudio Roberto Carneiro é médico neurologista do Hospital Santa Lúcia, de Brasília