

*“ De tudo ficaram três coisas:
A certeza de que estamos sempre recomeçando...
A certeza que precisamos continuar...
A certeza que seremos interrompidos antes de terminar
Portanto, devemos fazer da interrupção um caminho novo...
Da queda, um passo de dança...
Do medo, uma escada...
Do sonho, uma ponte...
Da procura, um encontro...”*

(Fernando Pessoa)

AGRADECIMENTOS

Por detrás das nossas realizações pessoais, além de um considerável esforço próprio, esconde-se um número muito grande de contribuições, apoios, sugestões, comentários ou críticas vindas de muitas pessoas.

Agradeço o apoio, a partilha do saber e os valiosos ensinamentos ao longo do meu percurso académico.

Gostaria ainda, de expressar toda a minha gratidão e apreço a todos aqueles que, directamente ou indirectamente, contribuíram para que este trabalho se tornasse uma realidade.

Mencionar aqui o nome dessas pessoas constitui uma justiça e uma homenagem sentida. A todos, quero manifestar os meus sinceros agradecimentos:

Em primeiro lugar, à minha orientadora Professora Doutora Marília Dourado, cuja atitude aberta, conhecimentos transmitidos e total disponibilidade, foram notáveis. A sua forma exigente, crítica e criativa de arguir as ideias apresentadas facilitaram o alcance dos objectivos propostos neste trabalho. Um apreço especial pela sua faceta humana que se reflectiu no apoio incondicional e compreensão que sempre manifestou.

À equipa da consulta da dor dos Hospitais da Universidade de Coimbra, em especial à Mestre Ana Valentim e à Enfermeira Elsa Figueiredo pela disponibilidade que mostraram ao longo das consultas que acompanhei.

Aos meus colegas de curso e Professores que comigo partilharam este caminho. Juntos na busca de um mesmo ideal, pelo companheirismo e convivência agradável, pelos momentos de alegria que vivemos e pelo prazer de aprendermos juntos.

Aos meus amigos, obrigada por terem sido companheiros e amigos de verdade. Por todas as horas vividas, por todos os momentos engraçados e por partilharem comigo as vossas conquistas e experiências. Obrigada pela ajuda nos momentos difíceis e por tantas e tão generosas demonstrações de carinho, companheirismo, apoio e cumplicidade. Crescemos juntos e com certeza os dias ficaram muito mais agradáveis convosco por perto. A vossa amizade tem para mim um grande significado. Onde quer que a vida nos leve, guardaremos, com saudade, estes momentos.

Ao Miguel, pela amizade, carinho e incentivo. Pessoa de extrema competência e inteligência que sempre me ajudou e me deu conselhos oportunos e perspicazes. Obrigada por seres incansável e pela valiosa e activa contribuição na realização deste trabalho.

À Paula, por ser amiga, companheira de curso e de vida. Por ter partilhado comigo tantas experiências, pela paciência, generosidade e apoio. Pelo percurso que fizemos em conjunto e por todas as conquistas que alcançámos.

À Cristiana, pela amizade, carinho, apoio e boa disposição que sempre demonstrou.

À Joana, por ter sempre um sorriso e uma palavra de conforto. A tua boa disposição foi uma ajuda nos dias mais difíceis.

A toda a minha família pela dedicação e apoio constantes.

À minha prima Marisa, por ser a irmã mais velha que nunca tive. Por ser minha amiga, conselheira e companheira e pela ajuda na realização deste trabalho.

À minha avó pelo amor incondicional e por sempre ter acreditado em mim. Pela sabedoria e pelos valores que me transmitiu, fundamentais para a pessoa que sou hoje.

Ao meu avô (em memória), pelos ensinamentos e pela convivência tão maravilhosa que sempre tivemos. Embora não estando presente no final desta caminhada, sempre me apoiaste e acreditaste em mim. Estarás sempre no meu coração.

Aos meus pais, pelo amor, carinho, dedicação, apoio e educação que sempre me deram. A vossa simplicidade e sabedoria mostraram que a honestidade, trabalho e perseverança levam ao sucesso.

À minha mãe, ser humano exemplar e mãe incansável nos seus esforços para que eu possa alcançar os meus objectivos.

Ao meu pai, compreensivo e amoroso que sempre me apoiou.

Ao Carlos Miguel por estar sempre ao meu lado em todos os momentos. Por me incentivar e pela compreensão nos momentos mais angustiantes. Pela serenidade com que leva a vida e por me ensinar a ter calma e paciência. Por acreditar na minha capacidade de levar os projectos a bom porto.

ÍNDICE

Resumo	1
Abstract	4
Lista de abreviaturas	7
I. INTRODUÇÃO	9
II. OBJECTIVOS	14
III. MÉTODOS	16
IV. DOR	18
4.1 Fisiopatologia da dor	21
4.2 Classificação da dor	24
4.3 Avaliação da dor	26
4.4 Co-morbilidades associadas à dor	32
V. TRATAMENTO DA DOR CRÓNICA	33
5.1 Considerações gerais	34
5.2 Terapêutica farmacológica	35
5.2.1 Analgésicos não opióides	36
5.2.2 Analgésicos opióides	38
5.2.3 Fármacos adjuvantes	46
5.3 Terapêutica não farmacológica	47
VI. CONCLUSÃO	49
VII. ANEXO I	52
VIII. BIBLIOGRAFIA	56