

Uso de habilidades para lidar com a dor reduz a intensidade dolorosa e o

uso de analgésicos em mulheres com câncer de mama Um estudo realizado por pesquisadores norte-americanos em 2023 demonstrou que o uso de habilidades para lidar com a dor reduz a intensidade dolorosa e a frequência do uso de analgésicos em m

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

uso de analgésicos em mulheres com câncer de mama. Um estudo realizado por pesquisadores norte-americanos em 2023 demonstrou que o uso de habilidades para lidar com a dor reduz a intensidade dolorosa e a frequência do uso de analgésicos em mulheres com câncer de mama após 8 semanas da sessão de treinamento. A sessão consistiu no relaxamento muscular e imaginação guiada para focar em uma cena agradável usando múltiplos sentidos para evocar as imagens. As intervenções cognitivo-comportamentais são abordagens complementares eficazes no alívio da dor, tendo em vista a importante influência do componente subjetivo-emocional da dor e que o manejo farmacológico é geralmente pouco tolerado e proporciona analgesia insatisfatória. Nesse estudo, foram incluídas 327 mulheres. Antes do treinamento, foram aplicados questionários para avaliação de: intensidade da dor, frequência do uso de analgésicos, autoeficácia da dor (ou seja, a crença na capacidade de lidar com a dor) e uso de habilidades de enfrentamento da dor. Em seguida, as mulheres foram randomizadas para os grupos de 1 sessão ou 5 sessões de treinamento semanal. Ao final de 8 semanas, os parâmetros foram analisados novamente em ambos os grupos. Apesar da autoeficácia da dor e do uso de habilidades de

enfrentamento terem sido maiores no grupo que recebeu 5 sessões, a redução da dor foi relatada em ambos os grupos. O estudo conclui que a partir de uma sessão semanal de treinamento de habilidades para lidar com a dor é possível observar redução da dor e consequentemente da frequência do uso de analgésicos em mulheres com câncer de mama. Os resultados apontam a importância da terapia cognitivo- comportamental implementada no enfrentamento da dor. Referência: Fisher HM, Hyland KA, Winger JG, et al. Effect of Pain Coping Skills Training on Pain and Pain Medication Use for Women With Breast Cancer. J Pain Symptom Manage. 2023;66(1):70-79. doi:10.1016/j.jpainsymman.2023.03.012 Alerta submetido em 15/10/2023 e aceito em 20/10/2023. Escrito por Sthefane Silva Santos.

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/uso-de-habilidades-para-lidar-com-a-dor-reduz-a-intensidade-dolorosa-e-o · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.