



RESUMO EXPANDIDO

Compartilhando saberes em Dor

Sharing knowledge in pain

Compartir conocimientos sobre el dolor

Célia Maria de Oliveira¹Daniela Bianca Bianco dos Santos²Marcela Lemos Morais³Gabrielle Guimarães Gonçalves⁴Gabriel Correia Saturnino Reis⁵Paulo Henrique de Oliveira Barroso⁶

¹ Doutora em Enfermagem – Enfermagem – Professora Adjunta do Departamento de Enfermagem Básica da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais/UFMG. Coordena o projeto de extensão - Compartilhando saberes em dor. – Belo Horizonte. Minas Gerais/Brasil. Email: cmariol@terra.com.br

² **Autor correspondente.** Graduando em Enfermagem. Universidade Federal de Minas Gerais/UFMG. Belo Horizonte. Minas Gerais/Brasil. Email: daniela.bianca12@gmail.com

³ Graduanda em Enfermagem. Universidade Federal de Minas Gerais/UFMG. Belo Horizonte. Minas Gerais/Brasil. Email: lemosmorais@outlook.com

⁴ Graduanda em Enfermagem - Universidade Federal de Minas Gerais/UFMG. Belo Horizonte. Minas Gerais/Brasil. Email: gabrielleggon@gmail.com

⁵ Graduando em Enfermagem - Universidade Federal de Minas Gerais/UFMG. Belo Horizonte. Minas Gerais/Brasil. Email: gabrielsaturnino418@gmail.com

⁶ Graduando em Enfermagem - Universidade Federal de Minas Gerais/UFMG. Belo Horizonte. Minas Gerais/Brasil. Email: paulohenriqueoliveira11@gmail.com



RESUMO

A dor crônica, constantemente associada a alterações emocionais, comportamentais e cognitivas, traz prejuízos e limitações nas atividades de vida diária, trabalho e lazer¹. Estima-se que cerca de 14% da população mundial e 39% da população brasileira seja acometida pela dor crônica^{2,3}. Apesar de produzir efeitos similares entre os indivíduos, a dor é uma experiência singular, que interfere na participação social, gerando quadros de ansiedade e depressão. Assim, são imprescindíveis estratégias que abarquem a subjetividade do indivíduo, trabalhando crenças, medos e mitos, de forma a contribuir para a (re)construção do cotidiano e a promoção da qualidade de vida das pessoas em dor⁴. Nesse sentido, o projeto interdisciplinar “Compartilhando Saberes em Dor” tem o objetivo de oferecer suporte a indivíduos com dor crônica por meio de estratégias de educação em saúde, socialização, contribuindo para o enfrentamento da dor e melhoria da qualidade de vida dos participantes. O projeto de extensão é desenvolvido pelo Departamento de Enfermagem Básica da Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Minas Gerais (ENB/UFMG) desde 2014 e é coordenado por uma docente do ENB/UFMG. Em abril/2019 foi necessário reorganizar o modelo de atendimento, que passou do presencial para o on-line devido à pandemia do COVID-19. Sendo assim, a partir de atendimentos por meio de um grupo terapêutico, são organizadas ações que promovem o acolhimento, terapêutica e educação em saúde. O ingresso dos participantes se dá por demanda espontânea, encaminhamentos de profissionais de saúde e indicação de outros pacientes. As atividades consistem em reuniões semanais on-line via plataforma Zoom[®], atendimentos psicológicos individuais; produção de vídeos educativos disponibilizados no canal da Escola de Enfermagem da UFMG e no canal do projeto “Compartilhando Saberes em Dor” no YouTube[®] e troca de experiências via grupo do WhatsApp[®] com 43 participantes, sendo que destes, 31 são pacientes e os demais são profissionais de saúde e acadêmicos de Enfermagem. Até o dia 10/09/2021 foram produzidos 97 vídeos: 66 publicados no canal do projeto no YouTube[®], totalizando 8.438 visualizações, os outros 31 vídeos foram publicados no canal da Escola de Enfermagem da UFMG, totalizando 8.039 visualizações; 35 webs conferências sobre aspectos conceituais e terapêuticos do cuidado em dor crônica realizados por enfermeiros, psicólogos, nutricionista, fisioterapeuta, terapeutas ocupacionais, médicos, artista plástica, dentista e advogado. Essa proposta ampliou o alcance do projeto para além da universidade, alcançando a comunidade do sujeito em dor, sua intimidade e subjetividade, estreitando o



espaço entre ensino e comunidade de forma segura. Além disso, por meio de contato multicêntrico com profissionais renomados de outras universidades, expandiu-se a possibilidade de novas parcerias em pesquisa, extensão e ensino. Dessa forma, um espaço de comunicação terapêutica foi estabelecido entre pacientes e profissionais, mesclando dor, cotidiano e espiritualidade, com valorização do relato de dor e inserção de práticas integrativas como proposta terapêutica para além do uso de fármacos, ampliando as opções de tratamento. Tais medidas se converteram em reações positivas dos pacientes, como coragem, alegria, ânimo, resiliência e empoderamento. Isso valida a efetividade das ações desenvolvidas no projeto durante o período de isolamento social que ao compartilhar vivências busca soluções para o enfrentamento da dor.

REFERÊNCIAS

1. Pontin , JCB, Di Gioia, KCS, Dias, AS, Teramatsu, CT, Matuti, GS, Mafra, ADL. Efeitos positivos de um programa de educação em dor em pacientes com dor crônica: estudo observacional. **BrJP**, São Paulo 2021 abr 4(2); p.130-5.
2. Souza JB, Grossmann E, Perissinotti DMN, de Oliveira Junior JO, da Fonseca PRB, Posso IP. Prevalence of chronic pain, treatments, perception, and interference on life activities: Brazilian population-based survey. **Pain Res Manag.** 2017;2017:4643830.
3. Malta DC, Oliveira MM, Andrade SSCA, Caiaffa WT, Souza MFM, Bernal RTI. Factors associated with chronic back pain in adults in Brazil. **Rev Saude Publica.** 2017;51(Suppl 1):9s.
4. Grande-Alonso M, Suso-Marti L, Cuenca-Martinez F, Pardo-Montero J, Gil-Martinez A, La Touche R. Physiotherapy based on a biobehavioral approach with or without orthopedic manual physical therapy in the treatment of nonspecific chronic low back pain: a randomized controlled trial. **Pain Med.** 2019;20(12):2571-87.