

# SOCIETAL IMPACT OF PAIN (SIP)

## QUADRO DE POLÍTICAS PARA A PRESTAÇÃO DE CUIDADOS ÀS PESSOAS QUE VIVEM COM DOR

O objetivo deste documento é apresentar um quadro de políticas nacionais para a prestação de cuidados destinados a enfrentar os desafios da dor crónica.

Embora haja especificidades que possam variar consoante o país e o sistema de saúde, existem alguns elementos essenciais que devem ser incluídos num quadro de políticas abrangentes e de alta qualidade.



### O que é a Dor?

A **Dor** é uma experiência sensorial e emocional desagradável associada, ou semelhante à associada, a danos reais ou potenciais nos tecidos (IASP 2020).

A **Dor Aguda** é aquela que em geral é de curta duração. As definições de dor aguda variam. Alguns afirmam que a dor aguda dura menos de 30 dias, enquanto outros afirmam que a dor aguda pode referir-se a qualquer dor que desaparece antes dos 3 meses.

A **Dor Crónica** ou **persistente** é a dor que persiste ou reaparece, recorrente por mais de 3 meses, embora as definições nem sempre sejam consensuais.



### O que é a abordagem biopsicossocial?

Um aspeto fundamental para conseguir um tratamento eficaz da dor é uma abordagem centrada na pessoa, reconhecendo a importância da influência biopsicossocial tanto na causa como no tratamento da dor crónica ou persistente.

Segundo o modelo biopsicossocial, a dor surge como resultado de uma complexa interação entre fatores biológicos, psicológicos e sociais, que diferem de pessoa para pessoa.

# SOCIETAL IMPACT OF PAIN (SIP)

## QUADRO DE POLÍTICAS PARA A PRESTAÇÃO DE CUIDADOS ÀS PESSOAS QUE VIVEM COM DOR

### NOVE ELEMENTOS:

1

Cuidados individualizados e orientados para a pessoa

2

Acesso a gestão/tratamento multimodal e multidisciplinar da dor

3

Recolha de dados

4

A dor como indicador de qualidade

5

Investigação sobre dor

6

Dor no emprego

7

Educação em dor

8

Colaboração

9

Aumento da sensibilização