



EUROPEAN PAIN FEDERATION

# CURRÍCULO BÁSICO DE DOR PARA PROGRAMAS DE LICENCIATURA / MESTRADO EM FISIOTERAPIA

AGOSTO DE 2023

Endorsed by



## **Dedicatória**

Este currículo é dedicado aos milhões de pessoas em toda a Europa que vivem com dor, e aos professores de Fisioterapia e médicos, que ensinam prática baseada na evidência aos alunos de forma ajudá-los a gerir os seus futuros pacientes

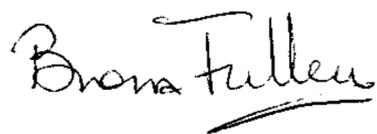
## Prefácio

A European Pain Federation (EFIC®) desenvolveu um currículo básico de dor para programas de licenciatura/mestrado em Fisioterapia, a fim de facultar conhecimentos atualizados sobre a ciência da dor, raciocínio clínico e gestão de melhores práticas para Docentes de Fisioterapia. Este currículo, articula os resultados de aprendizagem a serem alcançados através de abordagens de ensino e aprendizagem adequadas à diversidade da Fisioterapia da dor em toda a Europa. Está em consonância com o nosso desejo, de abranger fatores relevantes à educação em Fisioterapia na avaliação e tratamento de pessoas com dor. Este currículo deve ser lido em conjunto com a atual lista de referências recomendadas que pode ser encontrada no Site EFIC® da Federação Europeia da Dor.

Este currículo é um instrumento dinâmico e será revisto e atualizado regularmente, sendo sensível aos avanços na pesquisa e educação em Fisioterapia.

Somos eternamente gratos à Faculdade de Medicina da Dor- Austrália e Nova Zelândia por permitir a utilização do seu currículo como base para nosso currículo de adaptado de Fisioterapia.

Agradecemos também aos revisores (listados no final) que contribuíram para o currículo original de Fisioterapia, desde a sua experiência profissional e tempo até à revisão e adaptação dos currículos para utilização na Europa. Estamos especialmente gratos à comissão de direção (Catherine Blake, Catherine Doody, An De Groef, Morten Høgh, Albere Koke, Joseph Mc Veigh, Keith Smart, Henrik Bjarke-Vaegter).



Dr. Brona Fullen

President of the European Pain Federation EFIC®

July 2023



Professor Harriet Wittink

Vice-Chair EFIC Education Committee

## Prefácio

À medida que o panorama dos cuidados de saúde evolui, o papel fundamental da Fisioterapia no tratamento da dor tornou-se cada vez mais evidente. É com grande privilégio e convicção que oferecemos este avanço para o currículo sobre a educação da dor nos programas de licenciatura em Fisioterapia, uma colaboração entre a Federação Europeia da Dor e os estimados colaboradores da Rede Europeia de Fisioterapia no Ensino Superior (ENPHE).

Este currículo abrangente é uma prova dos avanços progressivos feitos no reconhecimento da dor como uma entidade multifacetada no domínio da saúde. A dor, uma experiência humana universal, exige uma compreensão diferenciada, especialmente no âmbito da Fisioterapia, onde se cruza com o movimento, a função e o bem-estar geral.

Os esforços de colaboração entre a Federação Europeia da Dor e a Rede Europeia de Fisioterapia no Ensino Superior (European Network of Physiotherapy in Higher Education-ENPHE) produziram um currículo que não só aborda os fundamentos teóricos da dor, como também traduz este conhecimento em aplicações práticas adaptadas para aspirantes a fisioterapeutas. Ao preencher a lacuna entre o conhecimento académico e a proficiência clínica, este currículo garante uma abordagem holística à educação da dor, enriquecendo o conjunto de competências dos futuros profissionais de Fisioterapia.

Além disso, a aprovação e o apoio prestados pela Rede Europeia (ENPHE) sublinham o compromisso de fazer avançar os padrões da educação em Fisioterapia. As suas contribuições científicas têm sido fundamentais para moldar e refinar as secções deste currículo, infundindo-o com conhecimentos contemporâneos e práticas baseadas na evidência.

Elogiamos a dedicação de todos os envolvidos na conceção e desenvolvimento deste currículo, reconhecendo o seu esforço coletivo para melhorar a estrutura educacional para aspirantes a profissionais de Fisioterapia. Este currículo servirá, sem dúvida, como pedra angular na promoção de fisioterapeutas competentes, empáticos e proficientes, equipados para lidar com as complexidades da dor em diversos ambientes de saúde.

Em conclusão, estendemos o nosso sincero apoio a este currículo, antecipando a sua adoção nos programas de licenciatura em Fisioterapia em toda a Europa e fora dela. Que a sua implementação anuncie uma nova era de excelência na educação sobre a dor na área da Fisioterapia, capacitando os profissionais a fazerem contribuições significativas para o cuidado e o bem-estar do paciente.

Conselho de Administração Rede Europeia de Fisioterapia no Ensino Superior (European Network for Physiotherapy Education-ENPHE)

Agosto de 2023



## Índice

Introdução .....	8
Âmbito da prática .....	9
Objetivos Curriculares .....	10
Secção Um: Ciência e Conhecimento da Dor .....	13
1.1 Mecanismos de Dor .....	14
1.2 Associação Internacional para o Estudo da Taxonomia da Dor .....	14
1.3 A Natureza Complexa e Multidimensional da Dor .....	14
1.4 O Impacto da Dor .....	14
Secção Dois: Princípios de Avaliação e Medição .....	15
2.1 Avaliação .....	16
2.2 Medidas de Resultados .....	16
Secção Três: Princípios de Tratamento .....	17
3.1 Comunicação .....	18
3.2 Educação .....	18
3.3 Terapias Comportamentais .....	18
3.4 Exercício .....	18
3.5 Modalidades de Tratamento .....	18
Secção Quatro: Subgrupos de Dor / Populações Especiais de Pacientes .....	19
4.1 Condições Específicas de Dor .....	20
4.2 Estratégias de Avaliação e Gestão da Dor para Populações Específicas .....	20
4.3 Considerações Adicionais .....	20
Reconhecimentos .....	21

## Introdução

A dor é um importante problema de saúde não resolvido em todo o mundo. É universal, sem idade, raça, classe social, nacionalidade ou limites geográficos. Tem enormes custos associados sob o ponto de vista financeiro, além de ser um fardo tremendo em termos de degradação da qualidade de vida do utente/cliente, da sua família e da sociedade. As estimativas colocam o custo da dor crónica, como um estado de doença, na categoria muito substancial das doenças cardiovasculares e cancro. A incidência de dor crónica tende a aumentar com a idade; com o sucesso da medicina curativa e preventiva, e o conseqüente aumento da esperança média de vida, é previsível que o problema da dor crónica aumente no futuro.

A gestão da dor é a principal razão pela qual as pessoas recorrem à Fisioterapia para tratamento e os fisioterapeutas são membros essenciais da equipe de saúde, gerindo pessoas com dor dentro de um quadro biopsicossocial. A ciência da dor é um campo central num currículo de Fisioterapia e inclui as três áreas principais musculoesquelética, neurologia cardiorrespiratória. Atualmente na Europa, não existe um currículo normalizado ou um quadro de formação comum para fisioterapeutas sobre a gestão da dor repetidamente documentada como inadequada em todo o mundo. Assim, as desigualdades no conhecimento da ciência da dor na Europa podem resultar numa prestação de serviços de saúde e custos injustos e, mais importante ainda, em diferenças significativas na qualidade de vida dos utentes/clientes.

Este currículo básico de dor da EFIC para programas de licenciatura /mestrado em Fisioterapia procura harmonizar o ensino da ciência da dor em toda a Europa, oferecendo um roteiro para todos os programas académicos de Fisioterapia que procuram garantir que os seus licenciados possam enfrentar os desafios em evolução da gestão da dor na prática clínica. Isto é essencial numa sociedade global, se quisermos formar fisioterapeutas altamente qualificados que demonstrem uma abordagem transcultural e compassiva de toda a pessoa aos cuidados do dente, utilizando provas e competências de investigação para informar e fazer avançar a prática da Fisioterapia.

A Federação Europeia da Dor (European Pain Federation EFIC®) é uma organização profissional multidisciplinar no domínio da investigação e da medicina da dor, constituída pelos 38 Capítulos da Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP®), que são as Sociedades de Dor nacionais oficiais aprovadas pela IASP em cada país. Fundada em 1993, constituinte da EFIC® os Capítulos constituintes da EFIC® representam cerca de 20.000 investigadores, médicos, enfermeiros, fisioterapeutas, psicólogos e outros profissionais de saúde em toda a Europa, que estão envolvidos na gestão e investigação da dor. Para mais informações, consulte o nosso sítio Web, <http://www.efic.org> .

Para apoiar a educação, a EFIC dispõe de uma série de recursos educativos, incluindo a Pain Academy, as EFIC Pain Schools e as Pain Fellowships. Para mais pormenores, consultar <https://europeanpainfederation.eu/> .

## Âmbito da prática

A Fisioterapia visa promover e maximizar o estado de saúde e o bem-estar dos pacientes através de uma perspetiva centrada na pessoa, num quadro biopsicossocial.

Isto incorpora a avaliação da pessoa no seu todo e a compreensão de todos os aspetos que podem limitar o bem-estar do paciente. A dor é indiscutivelmente a experiência mais frequente e angustiante que os utentes/clientes relatam, e é importante que cada profissional de saúde tenha uma visão e compreensão abrangentes dos mecanismos biológicos, bem como da experiência da dor, para permitir um tratamento adequado.

Além disso, os fisioterapeutas devem utilizar uma ampla base de competências, incluindo, mas não se limitando a, estilos de comunicação eficazes, educação e prática reflexiva no tratamento e gestão de utentes/clientes, utilizando as recomendações das melhores práticas.

Clinicamente, isto inclui a avaliação e a gestão de pessoas com dor. O campo da Fisioterapia da dor abrange três grandes áreas clínicas:

### 1. Dor aguda

- Post-operative
- Pós-trauma
- Procedimentos
- Episódios agudos de dor em condições médicas

### 2. Cancer-related pain

- Dor devido à invasão ou compressão tumoral
- Dor relacionada com procedimentos de diagnóstico ou terapêuticos
- Dor devido ao tratamento do cancro

### 3. Dor crónica/persistente – incluindo mais de 200 condições descritas na Taxonomia IASP

## Currículo básico de dor para programas de Licenciatura / Mestrado em Fisioterapia

O objetivo deste currículo é definir a aprendizagem e a avaliação necessárias que permitirão uma prática clínica de Fisioterapia eficaz após a graduação.

### **Objetivos do currículo**

1. Articular o âmbito da prática recomendada que deve ser ensinada ao nível da Licenciatura / Mestrado em programas de Fisioterapia em toda a Europa, incluindo o que é necessário para a qualidade dos cuidados centrados no utente/cliente.
2. Delinear a amplitude e profundidade dos conhecimentos, gama de competências e os comportamentos profissionais que devem ser ensinados ao nível da licenciatura/mestrado em programas de Fisioterapia para garantir uma gestão eficaz da dor centrada no utente/cliente.
3. Proporcionar consistência de padrões e resultados em diferentes países da Europa, através do estabelecimento de uma referência de competência padrão para o ensino da Fisioterapia a nível da licenciatura/mestrado.

## Objetivos de aprendizagem

Upon completion of this pain curriculum, the student Physiotherapist should be able to:-

### Secção Um: Ciência e Conhecimento da Dor

- Demonstrar conhecimento e compreensão da fisiologia e biologia subjacentes de dor aguda e crónica.
- Discutir a definição de dor da Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) e fenómenos relacionados com a neurociência.
- Discutir a natureza complexa e multidimensional da dor.

### Secção Dois: Princípios de Avaliação e Medição

- Demonstrar conhecimentos e compreensão da avaliação biopsicossocial da dor.
- Demonstrar capacidade para determinar os mecanismos de dor: dor nociceptiva, neuropática e nociplásica.
- Capacidade de aplicar a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF) da Organização Mundial de Saúde (OMS) no contexto de uma avaliação biopsicossocial da dor ao longo da vida.
- Descrever os fatores do paciente e do profissional/prestador de cuidados de saúde que podem influenciar a avaliação da dor.
- Demonstrar compreensão da avaliação especializada efetuada por outros profissionais de saúde.
- Demonstrar capacidade de utilizar instrumentos adequados para avaliar o risco de cronicidade, bem como medidas de resultados (atividade física, sono, atividades da vida diária) ao longo da vida.

### Secção Três: Princípios de Tratamento

- Desenvolver, justificar e negociar com o utente/cliente um plano e opções de tratamento e gestão da dor individualmente adaptados e baseados na evidência.
- Consultar e colaborar com colegas e outros profissionais de saúde para otimizar o bem-estar do paciente e melhorar os seus resultados.
- Discutir criticamente indicações, eficácia, complicações, gestão, efeitos e acompanhamento dos utentes/clientes relativamente às modalidades de tratamento relacionadas com a Fisioterapia da dor.
- Educar os pacientes sobre sua condição específica em termos de neurofisiologia da dor, terapias comportamentais e exercícios.

### Secção Quatro: Subgrupos de Dor / Populações Especiais de Pacientes

- Discutir estratégias de avaliação e gestão da dor para populações específicas.
- Discutir questões relacionadas com a gestão contínua de diferentes apresentações de dor numa perspetiva de igualdade, diversidade, inclusão – relacionadas com o género, a etnia, o estatuto socioeconómico, a idade e o envelhecimento, a obesidade e as comorbilidades.
- Demonstrar uma compreensão básica das categorias de opções farmacológicas disponíveis para gestão da dor.
- Informar os pacientes sobre o seu estado específico em termos de neurofisiologia da dor, terapias comportamentais e exercício físico.



**Secção Um:**  
**Ciência e Conhecimento da Dor**

## 1.1 Mecanismos de Dor

1.1.1	Discutir a distinção entre nociceção e dor.
1.1.2	Discutir: teorias atuais sobre dor, incluindo as três dimensões da teoria neuromatriz: as dimensões afetiva e sensorial da dor: Sensorial-discriminativa, Motivacional-afetiva, Cognitiva-avaliativa.
1.1.3	Descrever mecanismos de transdução, transmissão e vias nociceptivas.
1.1.4	Descrever a anatomia e fisiologia das vias ascendentes e descendentes da modulação nociceptiva no sistema nervoso central.
1.1.5	Descrever o sistema somatossensorial.

## 1.2 A Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) definição de dor e fenómenos relacionados com a neurociência

1.2.1	Definir a terminologia e as definições comuns utilizadas em Medicina da Dor, por exemplo, aguda, crónica, neuropática, espontânea, de rotura.
-------	---

## 1.3 A Natureza Complexa e Multidimensional da Dor

1.3.1	Discutir as alterações que ocorrem no cérebro durante a dor crónica e o seu possível impacto na terapia e nas funções relacionadas com este (incluindo cognição, memória e humor).
1.3.2	Discutir explicações comportamentais e cognitivas da dor, incluindo a evitar o medo, a catastrofização e o condicionamento operativo e clássico.
1.3.3	Discutir a sobreposição neurofisiológica entre a dor crónica e as comorbilidades comuns, incluindo o stress, o sono, o humor e a ansiedade.

## 1.4 O Impacto da Dor

1.4.1	Epidemiologia da dor.
-------	-----------------------

**Secção Dois:**  
**Princípios de Avaliação e Medição**

## 2.1 Avaliação

2.1.1	Demonstrar a capacidade de efetuar uma avaliação biopsicossocial exaustiva do paciente ao longo da vida, utilizando a estrutura da CIF, incluindo a compreensão das várias “bandeiras” e da forma como se aplicam à avaliação e ao tratamento (amarela, vermelha, azul, preta, laranja).
2.1.2	Demonstrar a capacidade de determinar o(s) mecanismo(s) da dor nos utentes/clientes; dor nociceptiva, neuropática e nociplástica.
2.1.3	Demonstrar capacidade para identificar os fatores do utente/cliente e do prestador de cuidados de saúde que podem influenciar o tratamento (atitudes e crenças dos utentes/clientes e dos prestadores de cuidados de saúde, níveis de literacia em saúde, resposta do utente/cliente e da sua família à experiência da dor e da doença, incluindo a resposta afetiva, cognitiva e comportamental).
2.1.4	Demonstrar a capacidade de utilizar instrumentos de prognóstico adequados para avaliar o risco.
2.1.5	Demonstrar a capacidade de utilizar uma abordagem centrada na pessoa e compreender aprofundadamente a forma como a dor afeta a vida do utente/cliente (biologicamente, funcionalmente, psicologicamente, bem como o trabalho e as relações sociais).
2.1.6	Demonstrar conhecimentos sobre a avaliação especializada efetuada por outros médicos especialistas e profissionais de saúde afins e sobre os casos em que se deve proceder ao encaminhamento adequado.

## 2.2 Medidas de Resultados

2.2.1	Demonstrar a capacidade de realizar uma avaliação física, incluindo os níveis de atividade física, a função na vida quotidiana (testes funcionais e avaliações da capacidade) e o sono para diferentes grupos de pacientes, como crianças, idosos, etc.
-------	---

**Secção Três:**  
**Princípios de Tratamento**

### 3.1 Comunicação

3.1.1	Desenvolver, justificar e negociar com o utente/cliente um plano de gestão individualizado e opções de tratamento, com base na evidência e raciocínio clínico e no contexto em que ocorre a experiência de dor do utente/cliente.
3.1.2	Demonstrar capacidade para distinguir os doentes que requerem uma abordagem multimodal por parte de um único profissional, uma abordagem multidisciplinar por parte de uma equipa e/ou o encaminhamento para médicos especialistas e/ou profissionais de saúde afins.
3.1.3	Demonstrar o processo de tomada de decisão partilhada e de negociação de uma aliança terapêutica com o utente/cliente para a implementação do plano de gestão, tendo em conta o nível de literacia em saúde do utente/cliente.

### 3.2 Educação

3.2.1	Demonstrar a capacidade de ensinar os utentes/clientes sobre a sua condição específica em termos de neurofisiologia da dor.
-------	---

### 3.3 Terapias Comportamentais

3.3.1	Demonstrar uma compreensão básica das terapias cognitivas e comportamentais, incluindo a terapia cognitivo-comportamental, a atividade gradual, a exposição gradual e a entrevista motivacional e reconhecer a diferença entre o tratamento contingente à dor e o tratamento contingente ao tempo.
-------	--

### 3.4 Exercício

3.4.1	Demonstrar e aplicar conhecimentos sobre a atividade física baseada na evidência e a prescrição de exercício na gestão da dor crónica.
3.4.2	Demonstrar capacidade para incorporar a educação do utente/cliente na prescrição de exercício no que respeita à definição de objetivos, estratégias para lidar com, ritmo, motivação, atividade gradual e exposição gradual.

### 3.5 Modalidades de Tratamento

3.5.1	Discutir de forma crítica as indicações, a eficácia, as complicações, a gestão e o acompanhamento dos utentes/clientes relativamente às modalidades de tratamento relacionadas com a fisioterapia da dor.
3.5.2	Compreender os princípios e a aplicação da teoria do placebo e do nocebo em pacientes com dor.

**Secção Quatro:**  
**Subgrupos de dor/populações especiais**

## 4.1 Condições Específicas de Dor

4.1.1	Demonstrar a capacidade de identificar subgrupos de dor com base na avaliação multidimensional e no raciocínio clínico; incluindo dor aguda e crónica, dor nociceptiva e neuropática; dor generalizada (fibromialgia), dor relacionada com o cancro; dor visceral e apresentações complexas de dor.
-------	---

## 4.2 Estratégias de avaliação e gestão da dor para Populações

4.2.1	Debater questões relacionadas com a gestão contínua de diferentes formas de dor numa perspetiva de igualdade, diversidade e inclusão - relacionadas com o género, a etnia, o estatuto socioeconómico, a obesidade, a idade e o envelhecimento.
-------	--

## 4.3 Considerações Adicionais

4.3.1	Discutir os fatores de risco e os mecanismos envolvidos na transição da dor aguda para a dor crónica e avaliar criticamente as provas de medidas, incluindo a reabilitação, que podem reduzir (atenuar) essa transição e promover a recuperação. Isto incluirá a gestão da dor pós-cirúrgica.
4.3.2	Demonstrar a capacidade de adaptar estratégias de avaliação, planos de tratamento e avaliação às necessidades específicas de grupos de utentes/clientes, incluindo, entre outros, mulheres grávidas, idosos (incluindo os que sofrem de demência), bebés, crianças e adolescentes, doentes com perturbações de saúde mental, com problemas de abuso de substâncias ativos ou passados, doentes com deficiências intelectuais e/ou físicas e utentes/clientes de origens linguísticas e culturais diversas.
4.3.3	Demonstrar uma compreensão básica das categorias de opções farmacológicas disponíveis para o tratamento da dor neuropática e nociceptiva, por exemplo, AINE, opiáceos, antidepressivos, anticonvulsivantes, capsaicina, canabinóides, corticosteróides.

## Reconhecimentos

A European Pain Federation EFIC® está grata à Faculdade de Medicina da Dor da Austrália e da Nova Zelândia por nos ter permitido utilizar o seu currículo de 2014 como base para o nosso currículo de Medicina da Dor. Este foi adaptado para o nosso currículo de Fisioterapia da Dor (2017), e agora para o currículo de dor central para programas de Licenciatura / Mestrado de Fisioterapia.

Agradecemos às equipes que trabalharam no currículo básico de dor da Federação Europeia da Dor (EFIC) por Programas de Licenciatura / Mestrado de Fisioterapia pelo seu tempo e experiência profissional.

### Equipe de Desenvolvimento do EIFC Core Pain Curriculum

Professora Harriet Wittink (Holanda)\*

Professora Catherine Blake (Irlanda)\*

Professora Catherine Doody (Irlanda)\*

Dr. An de Groef (Bélgica)

Dr. Morten Høgh (Dinamarca)

Dra. Brona Fullen (Irlanda)\*

Professor Albere Koke (Holanda)

Dr. Joseph Mc Veigh (Irlanda)

Dr. Keith Smart (Irlanda)

Dr. Henrik Bjarke-Vaegter (Dinamarca)

\* Também membros da equipe do projeto UPPScAle

### Equipa do projeto UPPScAle (Undergraduate Physiotherapy Pain Science Augmentation)

Dr. Alan Kacin (Eslovênia)

Dra. Snježana Schuster (Croácia)

Dra. Ligia Rusu (Romênia)

Dra. Urska Puh (Eslovênia)

Dr. Ivan Jurak (Croácia)

Sr. Han van Dijk (Holanda)

### Comissão de Educação EFIC®

Presidente: Professor Frank Huygen, Vice-presidente: Professora Harriet Wittink, Dr. Ed Keogh, Dr. Felicia Cox

### Diretoria Executiva da EFIC®

Presidente: Dra. Brona Fullen, Professor Thomas Tölle, Dra. Magdalena Kocot-K pska, Dr. Silviu Brill, Professor Luis Garcia-Larrea

European Pain Federation EFIC®  
Rue de Londres - Londenstraat 18  
B1050 Brussels, Belgium  
Cover, Design, layout and print: Total Design Belgium - Total Print  
1<sup>st</sup> Edition 2023  
ISBN number: 9789082740257  
Printed in Belgium  
Copyright © 2023 by European Pain Federation EFIC®

All rights reserved. This publication or any portion thereof may not be reproduced or used in any manner whatsoever without the express written permission of the publisher.



Find the curriculum on the EFIC® website under  
'Core Pain Curriculum for Bachelor / Pre-Registration Physiotherapy Programmes'

[www.efic.org](http://www.efic.org)

