

## **CUIDAR ALÉM DA DOR: AÇÕES EDUCATIVAS SOBRE TERAPIAS NÃO MEDICAMENTOSAS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA**

Hevelyne Rodrigues de Brito<sup>1</sup>; Gabrielli Aisha Frade Veiga<sup>2</sup>; Maria Fernanda Delian Ugulino Severo<sup>3</sup>; Marta Louise Dantas Dias Oliveira<sup>4</sup>; Nicole de Aquino Goulart Paiva<sup>5</sup>; Thaianne Ohanna Gomes da Costa Queiroga<sup>6</sup>; Danielly Kelly Brilhante de Menezes Castro<sup>7</sup>; Núbia Kelly Rodrigues Ribeiro<sup>8</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Discente Afya Paraíba, João Pessoa – PB

<sup>7</sup>Preceptora Unidade de Saúde

<sup>8</sup>Docente Afya Paraíba

### **Introdução**

A dor crônica é definida pela Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) como aquela que persiste por mais de três meses e representa uma das principais causas de limitação funcional, absenteísmo e redução da qualidade de vida.

De acordo com o Ministério da Saúde (Brasil, 2017), o enfrentamento da dor deve ser realizado de forma integral, considerando dimensões físicas, emocionais e sociais, e priorizando a Atenção Primária à Saúde (APS) como porta de entrada para o cuidado.

Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), como acupuntura, auriculoterapia, meditação, atividade física e fisioterapia, têm sido reconhecidas como estratégias eficazes e seguras no manejo da dor crônica, reduzindo a necessidade do uso contínuo de analgésicos e anti-inflamatórios (Brasil, 2017).

O presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência de uma ação educativa realizada em uma Unidade de Saúde da Família, abordando estratégias não medicamentosas de controle da dor e a importância do acompanhamento médico adequado.

### **Métodos ou Relato de Experiência**

O estudo configura-se como um relato de experiência, desenvolvido durante o quarto dia de prática da disciplina de Integração Ensino-Serviço-Comunidade (IESC), em uma Unidade de Saúde da Família, localizada em Cabedelo -PB.

A ação foi planejada pelos estudantes do curso de Medicina da Afya Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba, com apoio da equipe da USF, e realizada na sala de espera, com



o intuito de aproveitar o momento de acolhimento para promover educação em saúde sobre dor crônica.

Durante a atividade, os estudantes conduziram uma roda de conversa explicando os riscos do uso indiscriminado de anti-inflamatórios e os efeitos adversos gastrointestinais associados. Foram enfatizadas as alternativas terapêuticas não medicamentosas, como fisioterapia, acupuntura, psicoterapia, exercícios físicos e alongamentos, bem como o acompanhamento médico periódico.

Os participantes receberam panfletos educativos com orientações práticas e informações sobre o grupo de exercícios físicos oferecido pela própria USF. A ação foi finalizada com a entrega de lanches, fortalecendo o vínculo com a comunidade.

### **Resultados e Discussão**

A atividade proporcionou um ambiente de troca e escuta ativa entre os acadêmicos e os usuários, que puderam relatar suas experiências pessoais com a dor crônica. Um dos momentos marcantes foi o relato de uma paciente portadora da síndrome do túnel do carpo, que descreveu dores constantes e dificuldade para realizar atividades diárias, evidenciando a necessidade de abordagens que integrem fisioterapia e suporte psicológico.

Os usuários demonstraram grande interesse em conhecer alternativas de tratamento além do uso de medicamentos, confirmando a importância das ações educativas em saúde na Atenção Primária, conforme ressaltado por estudos sobre PICS (uso de terapias integrativas) no Brasil (Brasil, 2006; Brasil, 2017).

Além disso, a discussão sobre os riscos do uso abusivo de anti-inflamatórios não esteroidais (AINEs) trouxe conscientização sobre os efeitos adversos gastrointestinais e renais, tema documentado em estudos brasileiros que analisam o uso de AINEs em idosos. (Ely et al., 2015; Silva et al., 2024)

A experiência também reforçou o papel das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) na APS, conforme preconizado pelo Ministério da Saúde (Brasil, 2006; Brasil, 2017), que recomenda sua implementação como forma de humanizar o cuidado, reduzir custos e ampliar o acesso a terapias seguras e eficazes.

Por fim, os acadêmicos perceberam que o contato direto com os usuários fortalece competências comunicativas, empáticas e educativas, essenciais à formação médica. Essa percepção está alinhada à ideia de que a extensão universitária e a vivência comunitária são

ferramentas indispensáveis na construção de um profissional de saúde sensível às demandas sociais.

### **Considerações Finais**

A ação educativa sobre dor crônica realizada na sala de espera da USF mostrou-se efetiva para estimular o diálogo, o aprendizado mútuo e a conscientização sobre terapias não medicamentosas. A troca com os usuários reforçou a relevância da abordagem multidisciplinar e do uso racional de medicamentos no tratamento da dor. Além de beneficiar a comunidade, a experiência contribuiu para o aperfeiçoamento da formação médica, permitindo aos estudantes vivenciar na prática os princípios da integralidade, da humanização e da educação em saúde.

Iniciativas como essa devem ser mantidas e ampliadas, fortalecendo o papel da Atenção Primária como espaço de promoção de saúde e prevenção de agravos crônicos.

### **Referências**

**BRASIL.** Ministério da Saúde. *Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC)*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em:

<https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>. Acesso em: 24 out. 2025.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. *Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui novas práticas na PNPIC*. *Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade*, [S. l.], v. X, n. X, 2017.

**ELY, L. S.; ENGROFF, P.; ROVERSI, S.; CARLOS, G.; MORRONE, F. B.; DE CARLI, G. A.** Uso de anti-inflamatórios e analgésicos por uma população de idosos atendida na Estratégia Saúde da Família. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 475–483, 2015.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. *Mais de 80% dos municípios oferecem práticas integrativas e complementares em saúde no SUS*. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2024. Disponível em:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2024/maio/mais-de-80-dos-municipios-oferecem-praticas-integrativas-e-complementares-em-saude-no-sus>. Acesso em: 24 out. 2025.



# MEDX 2025

III Congresso Internacional Médico Estudantil e  
II Encontro de Ligas Acadêmicas de Medicina  
I Mostra Científica IESC / PIEPE