Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.19, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

ABORDAGEM DA DOR CRÔNICA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE

APPROACH TO CHRONIC PAIN IN PRIMARY HEALTH CARE

Sarah Lays Campos da Silva
Fisioterapeuta Residente do Programa em Saúde da Família, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: sarahlayscampos1@gmail.com

Elen dos Santos Araújo
Graduanda de Fisioterapia, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: edossa@aluno.uespi.br

Henrique Brandão dos Santos
Graduando de Fisioterapia, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: hbrandaosantos@aluno.uespi.br

Emily Miranda Gomes
Graduando de Fisioterapia, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: emirandagomes@aluno.uespi.br

Marlon Araújo dos Santos
Graduando de Fisioterapia, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: madoss@aluno.uespi.br

Mauro José Araújo de Melo Filho
Graduando de Fisioterapia, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: mjoseademfilho@aluno.uespi.br

Ulisses Silva Vasconcelos
Graduando de Fisioterapia, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: ulissessv@aluno.uespi.br

Raul Pereira da Silva
Fisioterapeuta Residente do Programa em Saúde da Família, Universidade Estadual do Piauí, Brasil
E-mail: raulpds6@gmail.com

Lílian Melo de Miranda Fortaleza
Preceptora do Programa de Residência em Saúde da Família e Dra. em Engenharia Biomédica – UNIVAP, Brasil
E-mail: lmmfortaleza@yahoo.com.br

Recebido: 01/10/2025 – Aceito: 09/10/2025

Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.19, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

Resumo

Objetivo: compreender quais as abordagens utilizadas no manejo de dor crônica na atenção primária. **Métodos**: Trata-se de um estudo de revisão integrativa sobre a abordagem de dor crônica na atenção primária em artigos dos últimos 10 anos. **Resultados:** o modelo biopsicossocial se destaca como norteador de uma assistência mais humanizada e integral, exigindo do profissional de saúde uma escuta qualificada, planejamento individualizado e atuação conjunta com outros membros da equipe. **Conclusão**: A análise dos estudos incluídos na revisão demonstrou que a dor crônica musculoesquelética é altamente prevalente na atenção primária e impacta diretamente a funcionalidade e o bem-estar dos pacientes.

Palavras-chave: Abordagem; Dor crônica; Atenção primária.

Abstract

Objective: To understand the approaches used in the management of chronic pain in primary health care. **Methods:** This is an integrative review study on the approach to chronic pain in primary health care based on articles from the last 10 years. **Results:** The biopsychosocial model stands out as a guiding framework for more humanized and comprehensive care, requiring health professionals to provide qualified listening, individualized planning, and joint work with other team members. **Conclusion:** The analysis of the studies included in the review showed that musculoskeletal chronic pain is highly prevalent in primary health care and directly impacts patients' functionality and well-being.

Keywords: Approach; Chronic pain; Primary health care.

1. Introdução

A dor crônica pode ser considerada uma experiência sensorial e emocional desagradável associada a danos teciduais, tanto no presente quanto no passado, ou que podem estar relacionados a disfunções de um sistema de acordo com *a International Association for the Study of Pain* (IASP). No Brasil pouco se fala sobre a epidemiologia da dor crônica associando uma porcentagem de 29,3% a 73,3% que são acometidos pela presença da dor crônica diariamente (Vasconcelos; Araújo, 2018).

A dor crônica musculoesquelética Crônica (DMC) pode interferir na qualidade de vida e estar associado ao aparecimento de doenças psicológicas, incapacidade física e funcional, afastamento social, dificuldades nas principais áreas da vida e cotidiano (Ras, 2020).

Há evidências indicando que a terapia com exercícios físicos e as intervenções psicossociais são eficazes na redução da dor e na melhora da funcionalidade em casos de dor musculoesquelética (O'keeffe, *et al.;* 2017). Medicamentos como anti-inflamatórios não esteroides (AINEs) e opioides podem

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

oferecer alívio em curto prazo, porém seus benefícios são limitados e os riscos de efeitos adversos devem ser cuidadosamente avaliados. As injeções de corticosteroides têm mostrado algum efeito positivo para alívio imediato da dor em regiões como joelho e ombro, mas ainda há inconsistência nas evidências sobre a melhor dosagem, intensidade, frequência e forma de aplicação para esses tratamentos.

Assim o atendimento básico de saúde é o primeiro nível de assistência à saúde, essencial para promover saúde, prevenir doenças e reduzir desigualdades. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), essa abordagem é fundamental para alcançar a cobertura universal em saúde (OMS, 2018).

O manejo adequado da dor crônica generalizada, frequentemente subdiagnosticada e de alta prevalência na atenção primária, exige do profissional uma abordagem sistemática e abrangente, que vá além da identificação diagnóstica. Torna-se imprescindível, portanto, considerar o paciente sob a ótica do modelo biopsicossocial, integrando fatores físicos, emocionais e contextuais, e promover o cuidado em colaboração com uma equipe interdisciplinar (Gomes, *et al*.; 2024).

A compreensão clínica precisa é fundamental para a oferta de um cuidado holístico e individualizado. A partir de um diagnóstico clínico bem fundamentado, sustentado por exames complementares, quando necessário, encaminhamentos especializados. É possível implementar intervenções terapêuticas baseadas em evidências, identificar possíveis causas reversíveis da dor e traçar um prognóstico funcional mais acurado (Lin, *et al.;* 2020).

Portanto, perante essa realidade situacional podemos ver a necessidade da avaliação fisioterapêutica dentro da unidade de atendimento básico. Desse modo, o objetivo da revisão é mostrar a importância da fisioterapia no tratamento de dor crônica dentro da unidade básica de saúde.

2. Metodologia

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

Trata-se de um estudo de revisão integrativa sobre a abordagem de dor crônica na atenção primária. A busca dos estudos científicos foi realizada em dezembro de 2024, nas seguintes bases de dados: BVS (*Biblioteca Virtual em Saúde*), PubMed (*National Library of Medicine*) e Scielo (*Scientific Electronic Library Online*). A pergunta da pesquisa foi qual as abordagens utilizadas para manejo de dor crônica na atenção primária? Foram utilizadas as palavras chaves: " abordagem" " Dor crônica" e "atenção primária". Esses componentes foram os elementos fundamentais da questão de pesquisa e da construção da pergunta para a busca bibliográfica de evidências.

Foram incluídos artigos científicos disponíveis na íntegra e de acesso gratuito, publicados no período de 1º de janeiro de 2014 a 30 de novembro de 2024, nos idiomas português, inglês e espanhol. Os estudos selecionados deveriam apresentar como foco principal a abordagem da dor crônica no contexto da Atenção Primária à Saúde, com evidências oriundas de pesquisas empíricas, preferencialmente de natureza quantitativa, qualitativa ou mista, que oferecessem dados relevantes sobre estratégias terapêuticas, intervenções clínicas ou organização do cuidado no nível primário.

Foram excluídos artigos duplicados entre as bases de dados, estudos incompletos, que não estivessem disponíveis na íntegra ou que não abordassem de forma direta a temática da dor crônica na atenção primária. Também foram excluídos estudos de natureza exclusivamente teórica, como revisões narrativas, artigos de opinião, cartas ao editor, relatos de experiência e ensaios teóricos, a fim de priorizar evidências empíricas robustas para a análise integrativa.

3. Resultados e Discussão

A análise dos estudos selecionados demonstra que a dor crônica, sobretudo a de origem musculoesquelética, é um desafio constante enfrentado na atenção primária, frequentemente negligenciado tanto no diagnóstico quanto no tratamento. As evidências apontam que intervenções centradas no paciente, com destaque para a atuação fisioterapêutica, têm papel significativo na redução da dor e na

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

recuperação funcional, especialmente quando associadas a estratégias psicossociais.

Os dados revelam que práticas como o exercício terapêutico, combinadas com orientações educativas e apoio interdisciplinar, são mais eficazes a longo prazo do que o uso isolado de medicamentos. Embora fármacos como anti-inflamatórios e opioides sejam recursos utilizados, os riscos relacionados ao uso contínuo reforçam a necessidade de abordagens mais sustentáveis.

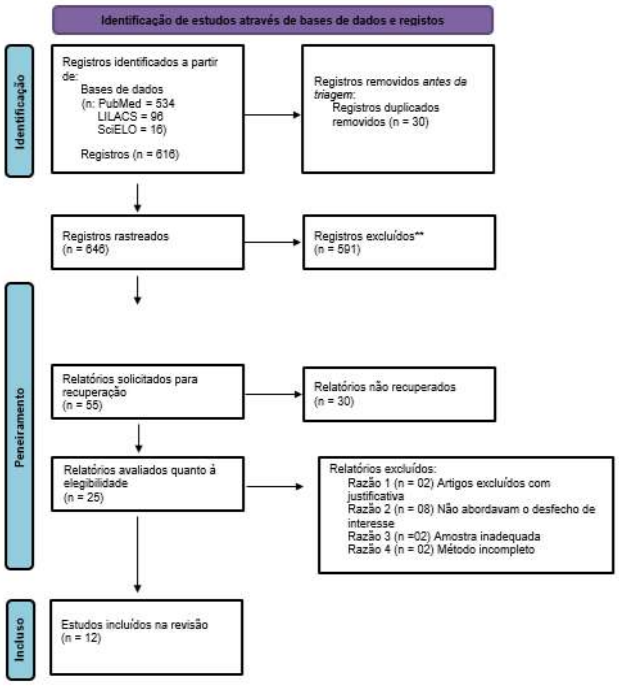
Nesse contexto, a fisioterapia surge não apenas como um meio de alívio da dor, mas como ferramenta de promoção da autonomia e prevenção de incapacidades, fortalecendo o papel da atenção primária como espaço de cuidado integral. Os achados ressaltam a importância de capacitar os profissionais da rede básica para que reconheçam precocemente os sinais da dor crônica e adotem condutas baseadas em evidências, considerando sempre a singularidade de cada paciente.

A formulação da pergunta norteadora foi realizada com base na estratégia PICO, onde: P (população) – indivíduos com dor crônica; I (intervenção) – estratégias de manejo na atenção primária; C (comparação) – não aplicável; O (desfecho) – práticas utilizadas no cuidado. Assim, definiu-se a seguinte pergunta de pesquisa: Quais as abordagens utilizadas para o manejo da dor crônica na atenção primária? A busca pelos estudos foi conduzida nas bases de dados *PubMed, LILACS* e *SciELO,* entre os meses de abril e maio de 2025. Utilizaram-se descritores controlados e não controlados combinados com operadores booleanos: "*chronic pain*", "*primary health care*", "*management*", "*approaches*", "atenção primária à saúde" e "dor crônica". Os critérios de inclusão abrangeram publicações dos últimos dez anos (2014–2024), disponíveis em texto completo, nos idiomas português, inglês ou espanhol, e que abordassem estratégias, condutas ou intervenções voltadas ao manejo da dor crônica no âmbito da atenção primária. Foram excluídos artigos duplicados, estudos que não focaram o cenário da atenção primária, que não respondiam à pergunta da pesquisa ou que apresentavam falhas metodológicas.

Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.19, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

A seleção dos estudos seguiu as diretrizes do modelo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Inicialmente, foram identificados 646 registros (*PubMed* = 534; *LILACS* = 96; *SciELO* = 16). Após a exclusão de duplicatas, 616 estudos foram submetidos à triagem por título e resumo, resultando na exclusão de 591 artigos. Foram selecionados 25 artigos para leitura na íntegra e, após aplicação rigorosa dos critérios de elegibilidade, 12 estudos foram incluídos na amostra final. O processo completo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão está representado no fluxograma PRISMA (Figura 01).

Figura 1: Identificação de estudos através de bases de dados e registros



Fonte: Próprio autor, 2025

Os estudos observados e pesquisados colocam um alerta sobre os desenvolvimentos de doenças crônicas nos últimos anos, estas vem se tornando cada vez mais comuns, dessa maneira, é possível entender que diferentes meios de lidar com as comorbidades advindas das condições apresentadas sobre os indivíduos faz com que os tornem reféns de meios paliativos como medicamento ou que tragam alivio das dores como tratamentos conservadores por fisioterapia, psicológicos e atividades física, assim, é observável que dentre as patologias a disfunção temporomandibular (DTM) está entre elas, e a mesma utiliza de terapias

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

muitas das vezes conservadoras como medicamentos, mobilizações, laserterapias, acupuntura entre outros (Yao, *et al.;* 2023).

Também, o contraste da dor crônicas pode ser desencadeada a diferentes fatores pelas quais os indivíduos estão envolvidos no seu cotidiano, urge assim a necessidade de uma da aplicação médica personalizada que trabalhe na adequação da necessidade que implicam nos fatores biológicos, psicológicos de maneira específica para cada paciente que se encontra em um contexto de dor crônica (Van, *et al.;* 2023). Entretanto, em um contraste para busca de melhora de quadros de dor crônica, na comparação de atividades de concentração como o Yoga e fisioterapia no tratamento convencional, não fica clara a definição de melhora dos pacientes de forma direta pelo convencional ou por fatores psicológicos, deixando uma lacuna sobe até onde existem uma influência do mental e intervenções externas em uma terapêutica (Joyce, *et al.;* 2022).

Dentro da fisioterapia, na abordagem de tratamento na atenção primária dessa condição, o uso de diferentes técnicas pode ser empregado, entre elas terapias manual e eletroterapias, a exemplo da eletroestimulação transcutânea (TENS). A aplicação da eletroterapia foi observada e questionada por pesquisadores no Reino Unido ou rede privada nos EUA, por se tratar de uma forma oferecida a pacientes do sistema público de saúde vivenciada para os Ingleses e privada para os norte-americanos, levando a uma dualidade política de pensamento no cunho científico sobre os benefícios e malefícios da abordagem do TENS e suas aplicação na prática clínica, com um paradoxo de inconsistência no tratamento de acometimentos crônicos (Johnson, *et al.;* 2022).

Destarte, como sugere é necessário um manejo entre a prática de exercícios físicos e a clínica para que se tenha uma intervenção eficaz em busca da melhora do paciente, e isso se estende a atenção primária de saúde (Alzahrani, *et al*.; 2019). Dentre as comorbidades comuns na sociedade e que levam a necessidade da assistência básica, casos de lombalgia crônica são uns dos mais incapacitantes e que levam as pessoas a buscarem ajuda nos atendimentos de saúde.

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

Nessa conjuntura, assim como exercícios de alongamento e técnicas específicas como *McKenzie* se mostram eficazes, estando o pilates como a intervenção que mais contribui com essa disfunção (Fernández-Rodríguez, *et al.;* 2022). Assim, diferentes condições, com quadros multifatoriais, atribuem a necessidade de manejos adequados e específicos que discorrem desde a atenção primária a atenção complexa quando se faz necessária alguma intervenção cirúrgica, a depender do quadro do paciente, a atenção primária se torna crucial, pois dela se colhe a prevenção de comorbidades e conscientização sobre sintomas e tratamentos.

Portanto, os achados desta revisão reforçam a necessidade urgente de reestruturação das práticas voltadas ao cuidado da dor crônica na atenção primária. Apesar da ampla prevalência do problema, observa-se ainda uma abordagem fragmentada e centrada no uso medicamentoso, que não contempla as reais complexidades do quadro doloroso.

A presença das evidências que comprovam a eficácia da fisioterapia, principalmente quando aliada a estratégias sociais, pois revelam o potencial dessas intervenções no resgate da funcionalidade e da autonomia do paciente. Nesse cenário, o modelo biopsicossocial se destaca como norteador de uma assistência mais humanizada e integral, exigindo do profissional de saúde uma escuta qualificada, planejamento individualizado e atuação conjunta com outros membros da equipe. Assim, promover a inserção efetiva do fisioterapeuta nas unidades básicas não apenas contribui para o alívio da dor, mas amplia a resolutividade da atenção primária e fortalece os princípios do SUS.

4. Conclusão

Em suma, este estudo contribui para a compreensão da eficiência da abordagem fisioterapêutica dentro do atendimento primário, abordando algumas técnicas e suas respectivas aplicabilidades e resultados nesses pacientes. Sendo assim, pode-se confirmar que o uso das técnicas abordadas pela presente revisão

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

teve eficácia nos objetivos expostos pelos seus autores, respondendo assim à pergunta norteadora da pesquisa.

Considerando a elevada prevalência da dor crônica na população e seus impactos multifatoriais, torna-se imprescindível a adoção de estratégias terapêuticas embasadas em evidências no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS). Nesse contexto, a fisioterapia assume papel central ao integrar o cuidado interdisciplinar e adotar uma abordagem pautada no modelo biopsicossocial, favorecendo a compreensão ampliada do paciente e a proposição de intervenções que visam não apenas a redução da dor, mas também a melhoria da funcionalidade e da qualidade de vida.

A atuação do fisioterapeuta, ao incorporar métodos clínicos criteriosos, práticas educativas e recursos terapêuticos adequados, contribui significativamente para o enfrentamento dessa condição complexa e recorrente.

Dessa forma, a inserção qualificada da fisioterapia nas unidades básicas de saúde se revela como uma estratégia fundamental e necessária para a ampliação do acesso, a integralidade do cuidado e a resolutividade dos serviços. A partir de um raciocínio clínico sistematizado e da utilização de ferramentas validadas, é possível realizar avaliações precisas, identificar fatores agravantes e promover o acompanhamento longitudinal dos usuários. Portanto, fortalecer a atuação fisioterapêutica no contexto da APS representa um avanço.

Referências

ALZAHRANI, H.; SHIRLEY, D.; CHENG, S. W. M.; MACKEY, M.; STAMATAKIS, E. Atividade física e condições crônicas nas costas: um estudo populacional agrupado de 60.134 adultos. *J Sport Health Sci.* 8(4):386–393, 2019. DOI:10.1016/j.jshs.2019.01.003.

FERNÁNDEZ-RODRÍGUEZ, R.; ÁLVAREZ-BUENO, C.; TORRES-COSTOSO, A.; POZUELO-CARRASCOSA, D. P.; PASCUAL-MORENA, C.; MARTÍNEZ-VIZCAÍNO, V.; CAVERO-REDONDO, I.; REINA-GUTIÉRREZ, S. Best exercise options for reducing pain and disability in adults with chronic low back pain: Pilates,

ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

strength, core-based, and mind-body. A network meta-analysis. *J Orthop Sports Phys Ther.* 52(8):505–521, 2022. DOI:10.2519/jospt.2022.10671.

GOMES, A. F.; CABRAL, F. C. B.; DUARTE, M. E. P.; SANTOS, M. T. S.; TISSI, L. S.; FONTENELLE, V. T. M. Dor crônica na atenção primária. *Rev Eletr Acervo Med.* 24:e16602, 2024. Disponível em: https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/16602

JOHNSON, M. I.; PALEY, C. A.; JONES, G.; WITTKOPF, P. G.; MULVEY, M. R. Eficácia e segurança da estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS) para dor aguda e crônica em adultos: uma revisão sistemática e meta-análise de 381 estudos (o estudo meta-TENS). *BMJ Open.* 12:e051073, 2022. DOI:10.1136/bmjopen-2021-051073.

JOYCE, C. T.; CHERNOFSKY, A.; LODI, S.; SHERMAN, K. J.; SAPER, R. B.; ROSEEN, E. J. Do physical therapy and yoga improve pain and disability through psychological mechanisms? A causal mediation analysis of adults with chronic low back pain. *J Orthop Sports Phys Ther.* 52(7):470–483, 2022. DOI:10.2519/jospt.2022.10813.

LIN, T.; GARGYA, A.; SINGH, H.; SIVANESAN, E.; GULATI, A. Mechanism of peripheral nerve stimulation in chronic pain. *Pain Med.* 21(S1):S6–S12, 2020. DOI:10.1093/pm/pnaa164.

O'KEEFFE, M.; PURTILL, H.; KENNEDY, N.; CONNEELY, M.; HURLEY, D. A. What interventions are effective for musculoskeletal pain in primary care? A systematic review and network meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ Open.* 7(10):e014350, 2017. DOI:10.1136/bmjopen-2016-014350.

Organização Mundial da Saúde. Declaração de Astana [Internet]. Genebra: OMS; 2018 [acesso em 1 jul. 2025]. Disponível em: https://www.who.int/docs/default-source/primary-health/declaration/gcphc-declaration.pdf

RAS, T. Chronic non-cancer pain management in primary care. *S Afr Fam Pract.* 62(1):e1–4, 2020. DOI:10.4102/safp.v62i1.5203.

VAN DIJK, H.; KÖKE, A. J. A.; ELBERS, S.; MOLLEMA, J.; SMEETS, R. J. E. M.; WITTINK, H. Physiotherapists using the biopsychosocial model for chronic pain: Barriers and facilitators—A scoping review. *Int J Environ Res Public Health.* 20(2):1634, 2023. DOI:10.3390/ijerph20021634.

VASCONCELOS, F. H.; ARAUJO, G. C. Prevalence of chronic pain in Brazil: a descriptive study. *BrJP.* 1(2):176–9, 2018. DOI:10.5935/2595-0118.20180034.

YAO, L.; SADEGHIRAD, B.; LI, M.; LI, J.; WANG, Q.; CRANDON, H. N.; MARTIN, G.; MORGAN, R.; FLOREZ, I. D.; HUNSKAAR, B. S.; WELLS, J.; MORADI, S.; ZHU, Y.; AHMED, M. M.; GAO, Y.; CAO, L.; YANG, K.; TIAN, J.; LI, J.; ZHONG, L.; COUBAN, R. J.; GUYATT, G. H.; AGORITSAS, T.; BUSSE, J. W. Management of chronic pain secondary to temporomandibular disorders: a systematic review and network meta-analysis of randomised trials. *BMJ.* 383:e076226, 2023. DOI:10.1136/bmj-2023-076226.

Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.19, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.19, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07

Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.19, 2025
ISSN 2178-6925
DOI: 10.61164/btcn3e07