



## **ABORDAGENS MULTIDISCIPLINARES NO TRATAMENTO DA DOR CRÔNICA: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Alice Pontara Pazini Rodrigues; Maria Cecília Carvalho da Cova; Julia Hammerschlag Lima; Luane Godinho Carino da Silva; Steffane Chrys Dias da Silva; Márlon Cardozo Vieira Rocha; Maria Teresa de Oliveira Paes Landim; Ingrid Peixoto Lacerda; Lia Vitória Moura de Araujo Bezerra; Luiza Mara Vieira Rocha; Carlos Vinicio Carvalho Filho e Lira; Natália Campos Vieira Freitas de Souza; Eduarda Parrilha Goldfeld; Maria Alice Silva Bimbatti; Ned Augusto Rocha da Silva Júnior; Manoella Manhães Monteiro; Lucas de Souza Gomes; Francisco Furtado Lucena Junior; Isabella Rodrigues dos Santos Bastos; Isabella dos Reis de Sousa; Isabella Tempone Mascarenhas; Letícia Bittencourt Amaral.

### **REVISÃO SISTEMÁTICA**

#### **RESUMO**

**Introdução:** A dor crônica, persistente por mais de três meses, afeta milhões de pessoas e impõe custos significativos à saúde pública. É complexa e, por isso, envolve fatores somáticos, psicológicos e sociais, além de necessitar de uma abordagem multidisciplinar, que integre diversas modalidades de tratamento. Esta abordagem tem se mostrado superior às terapias unimodais convencionais. Ademais, a pandemia de COVID-19 trouxe desafios adicionais ao manejo da dor crônica, porém, também impulsionou a adoção de programas de tratamento online, que oferecem soluções acessíveis. A identificação de fatores preditivos de resposta positiva ao tratamento multidisciplinar é essencial para personalizar as intervenções e maximizar seus benefícios. **Objetivo:** Avaliar a eficácia das abordagens multidisciplinares no tratamento da dor crônica. **Métodos:** Uma revisão sistemática de literatura foi realizada nas bases de dados Pubmed e Scopus, com um filtro de 5 anos e estudos de alta qualidade metodológica em língua inglesa. **Resultados e discussão:** A abordagem multidisciplinar no manejo da dor crônica é eficaz devido à sua capacidade de integrar intervenções físicas e psicológicas, ao abordar tanto os aspectos biológicos quanto psicossociais da dor. Estudos mostram que essa abordagem melhora significativamente a dor, a funcionalidade e a qualidade de vida dos pacientes. A pandemia de COVID-19 destacou a importância de serviços digitais no tratamento da dor crônica, e demonstrou que programas online podem complementar as intervenções tradicionais e fornecer suporte contínuo aos pacientes. No entanto, devido ao fato dos estudos serem heterogêneos entre si, há ainda uma dificuldade de analisá-los de modo abrangente, o que ressalta a necessidade de identificar fatores preditivos que possam guiar a personalização do tratamento. **Conclusão:** Portanto, a abordagem multidisciplinar é uma estratégia promissora para o manejo da dor crônica, ao oferecer uma visão holística e adaptativa que vai além das terapias farmacológicas tradicionais. A integração de terapias físicas e psicológicas proporciona



uma gestão mais eficaz e personalizada da dor, al de melhorar os desfechos dos pacientes. A pandemia evidenciou a necessidade de soluções digitais complementares, que podem ampliar o alcance dos tratamentos. A identificação de fatores preditivos de resposta ao tratamento multidisciplinar é crucial para otimizar os resultados clínicos e promover um atendimento mais direcionado e eficiente.

**Palavras-chave:** Chronic Pain; Multidisciplinary Approaches; Pain Management; Integrated Treatment; Therapeutic Strategies;

## **MULTIDISCIPLINARY APPROACHES IN CHRONIC PAIN MANAGEMENT: A LITERATURE REVIEW**

### **ABSTRACT**

**Introduction:** Chronic pain, persistent for more than three months, affects millions of people and imposes significant costs on public health. It is complex and therefore involves somatic, psychological and social factors, in addition to requiring a multidisciplinary approach, which integrates different treatment modalities. This approach has been shown to be superior to conventional unimodal therapies. Furthermore, the COVID-19 pandemic has brought additional challenges to chronic pain management, however, it has also boosted the adoption of online treatment programs, which offer accessible solutions. The identification of factors predictive of a positive response to multidisciplinary treatment is essential to personalize interventions and maximize their benefits. **Objective:** To evaluate the effectiveness of multidisciplinary approaches in the treatment of chronic pain. **Methods:** A systematic literature review was carried out in the Pubmed and Scopus databases, with a 5-year filter and studies of high methodological quality in the English language. **Results and discussion:** The multidisciplinary approach to chronic pain management is effective due to its ability to integrate physical and psychological interventions, addressing both the biological and psychosocial aspects of pain. Studies show that this approach significantly improves patients' pain, functionality and quality of life. The COVID-19 pandemic has highlighted the importance of digital services in chronic pain management, and demonstrated that online programs can complement traditional interventions and provide ongoing support to patients. However, due to the fact that the studies are heterogeneous among themselves, there is still difficulty in analyzing them comprehensively, which highlights the need to identify predictive factors that can guide the personalization of treatment. **Conclusion:** Therefore, the multidisciplinary approach is a promising strategy for managing chronic pain, offering a holistic and adaptive vision that goes beyond traditional pharmacological therapies. The integration of physical and psychological therapies provides more effective and personalized pain management and improves patient outcomes. The pandemic highlighted the need for complementary digital solutions, which can expand the reach of treatments. The identification of predictive factors for response to multidisciplinary treatment is crucial to optimize clinical results and promote more targeted and efficient care.

**Keywords:** Chronic Pain; Multidisciplinary Approaches; Pain Management; Integrated Treatment; Therapeutic Strategies;



**Dados da publicação:** Artigo recebido em 23 de Junho e publicado em 13 de Agosto de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n8p-1873-1890>

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





## **INTRODUÇÃO**

A dor crônica, caracterizada por sua persistência por mais de três meses, é um problema significativo de saúde pública que afeta milhões de pessoas e resulta em custos elevados e perda de qualidade de vida. Sua natureza complexa envolve uma interação de fatores somáticos, psicológicos e sociais, o que demanda uma abordagem de tratamento além das terapias farmacológicas tradicionais. Estas muitas vezes apresentam benefícios limitados e preocupações com a segurança a longo prazo (Skelly, A. C. *et al.*, 2020). Dessa forma, uma abordagem multidisciplinar, que integra diversas modalidades de tratamento, tem sido reconhecida como uma estratégia eficaz para o manejo da dor crônica.

A abordagem multidisciplinar combina intervenções físicas e psicológicas para tratar a dor crônica de forma mais abrangente. Estudos indicam que pacientes tratados com esta abordagem apresentam uma melhora significativa na dor, funcionalidade física, fatores psicológicos e capacidade de trabalho, quando comparados a tratamentos unimodais convencionais. A Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) define o tratamento multimodal como aquele fornecido por profissionais de diferentes disciplinas, demonstrando uma eficácia 75% maior em longo prazo para esses pacientes (Marttinen, M. *et al.*, 2022). Além disso, a abordagem multidisciplinar tem mostrado ser custo-efetiva, apesar das dificuldades em medir os efeitos econômicos da dor crônica na sociedade.

Ademais, a pandemia de COVID-19 introduziu novos desafios para o manejo da dor crônica, exacerbando o sofrimento devido ao isolamento social e às restrições no acesso a cuidados de saúde presenciais. Contudo, a transição para serviços digitais, como programas de tratamento online, surgiu como uma resposta crítica. Programas como o Reboot Online, que combinam psicoeducação, terapia cognitivo-comportamental e atividade física adaptada, mostraram-se promissores ao oferecer uma solução escalável e acessível durante a pandemia (Shiner, C. T. *et al.*, 2022). Apesar disso, a eficácia dessas abordagens no contexto da pandemia ainda precisa ser explorada para entender melhor como as intervenções digitais podem complementar os métodos tradicionais e melhorar os desfechos dos pacientes.



Desse modo, a dor crônica não apenas compromete a função física, mas também impacta significativamente a saúde mental e emocional dos pacientes, afetando sua qualidade de vida e relações sociais. A integração de terapias não farmacológicas, como exercícios, práticas mente-corpo e intervenções psicológicas, em um tratamento multidisciplinar, oferece um gerenciamento mais eficaz e personalizado da dor. Esta abordagem holística não apenas aborda os aspectos biológicos da dor, mas também considera os fatores psicossociais, melhorando a eficácia do tratamento e os desfechos dos pacientes ao responder às suas necessidades individuais (Yasaei, R. *et al.*, 2023).

Por isso, a identificação de fatores preditivos de resposta positiva ao tratamento multidisciplinar é crucial para personalizar ainda mais as intervenções e maximizar seus benefícios. A seleção adequada de pacientes para essa abordagem pode otimizar os resultados clínicos e promover um tratamento mais eficiente e direcionado (Marttinen, M. *et al.*, 2022). Assim, uma revisão sistemática da literatura se torna essencial para reunir e analisar dados existentes sobre a eficácia e os desfechos das abordagens multidisciplinares no manejo da dor crônica.

O objetivo desta pesquisa consiste em avaliar a eficácia das abordagens multidisciplinares no tratamento da dor crônica, ao examinar como a integração de diferentes especialidades pode otimizar o manejo da dor e melhorar os resultados clínicos dos pacientes.

Com a finalidade de identificar e avaliar as práticas e estratégias adotadas por equipes multidisciplinares, assim como os benefícios e desafios associados a essa abordagem, de modo que seja fornecida uma visão abrangente sobre o impacto da colaboração entre profissionais de diferentes áreas na gestão da dor crônica.

## **METODOLOGIA**

Essa revisão sistemática pretende responder a seguinte pergunta norteadora: “Como a abordagem multidisciplinar pode melhorar a eficácia do manejo da dor crônica e os desfechos dos pacientes?”. Esta pesquisa pode ser ajustada e ampliada conforme necessário, com a finalidade de garantir maior qualidade metodológica e relevância.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados PubMed (Public Medline) e Scopus, e nessas duas plataformas, foram escolhidos os seguintes descritores em língua inglesa: Chronic Pain; Multidisciplinary Approaches; Pain Management; Integrated Treatment; Therapeutic Strategies; todos unidos através do operador booleano AND.

Para a seleção dos artigos que compõem essa publicação, utilizou-se os seguintes critérios de inclusão: textos completos disponíveis integralmente, artigos que abordam especificamente o manejo da dor crônica por meio da abordagem multidisciplinar bem como estudos que contemplem os seus impactos nos desfechos de saúde desses pacientes. Foram priorizados estudos originais, ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas, meta-análises, artigos em periódicos revisados por pares e publicações escritas em inglês, espanhol e português.

Os critérios de exclusão escolhidos para essa revisão consistem nos seguintes apresentados: estudos que não abordam especificamente o tema bem como seu objetivo, artigos que não foram publicados em periódicos revisados por pares, relatos de caso isolados ou séries de casos com poucos pacientes, estudos em adultos, animais ou modelos celulares, artigos duplicados ou de baixa qualidade metodológica.

Foi estabelecido um filtro de 5 anos para as seguintes bases de dados cuja literatura científica foi utilizada como parâmetro para essa revisão sistemática: PubMed e Scopus. Na base de dados PubMed foram identificadas inicialmente 92 artigos. Após uma análise detalhada dos títulos, 35 artigos foram selecionados para inclusão na revisão. Após a lida do resumo, 13 artigos foram mantidos, e posteriormente, com a lida do texto completo, 3 artigos foram escolhidos. Enquanto que na base de dados Scopus, 57 artigos foram encontrados, e 28 foram selecionados após a lida do título, após a lida do resumo 16 restaram, e 4 permaneceram após a lida do texto completo. Dessa forma, 7 estudos foram selecionados no total. (**Tabela 1**).

**TABELA 1. Resultados das estratégias de busca e seleção dos artigos**

Estratégias de Busca (Descritores Combinados)	Base de Dados	Resultado da Busca (Nº artigos)	Artigos selecionados		
			Após leitura dos Títulos	Após leitura do resumo	Após leitura do texto completo



(Chronic Pain) AND (Multidisciplinary Approaches) AND (Pain Management) AND (Integrated Treatment) AND (Therapeutic Strategies)	PubMed	92	35	13	<b>3</b>
(Chronic Pain) AND (Multidisciplinary Approaches) AND (Pain Management) AND (Integrated Treatment) AND (Therapeutic Strategies)	Scopus	57	28	16	<b>4</b>
<b>TOTAL</b>					<b>7</b>

Fonte: Dados da pesquisa (2024).

## RESULTADOS

Os artigos escolhidos para a composição desta revisão foram categorizados da seguinte forma: Título da Publicação, Autor, Periódico (incluindo Volume, Número e Página, quando disponíveis), Ano e País de Publicação, bem como uma síntese abrangente da Metodologia e dos Resultados do Trabalho. Esses elementos foram cuidadosamente dispostos na **Tabela 2**, a fim de proporcionar uma estrutura ordenada e clara.

**TABELA 2: Principais informações dos artigos selecionados para a escrita da revisão.**

<b>Título da Publicação</b>	<b>Autor</b>	<b>Periódico (Volume, número, página)</b>	<b>Ano e País de publicação</b>	<b>Metodologia e Resultados do Trabalho</b>
Implementation and Preliminary Effectiveness of a Multidisciplinary Telemedicine Pilot Initiative for Patients with Chronic Non-Cancer Pain in Rural and Underserved Areas at a Major Academic Medical Center.	HAYES, C. J. <i>et al.</i>	Journal of Pain Research (v. 16, p. 55-69).	2023, Estados Unidos.	<p>O estudo descrito é um ensaio piloto de um único grupo (single-arm pilot trial) com foco na implementação e avaliação preliminar de eficácia de uma clínica de telemedicina, a AR-IMPACT Telemedicine Clinic.</p> <p>Esse estudo nessa clínica de telemedicina multidisciplinar para dor crônica demonstrou que essa abordagem é altamente aceitável para pacientes e provedores de saúde. Implementado durante a pandemia de COVID-19, o estudo revelou uma penetração e adoção moderadas, com aceitação elevada pelos pacientes e adequação significativa para os profissionais. A presença de um facilitador logístico foi crucial para o sucesso do encaminhamento de pacientes.</p> <p>Outros estudos confirmam que a telemedicina multidisciplinar é eficaz, o que aumenta a confiança dos clínicos e a satisfação dos pacientes. Esses resultados sugerem que uma abordagem multidisciplinar pode melhorar significativamente o manejo da dor crônica e os desfechos dos pacientes.</p>
Determinants of responsiveness to multidisciplinary chronic pain management interventions: protocol for a systematic review and meta-analysis.	MARTTINEN, M. <i>et al.</i>	BMJ Open (v. 12, n. 9, e057481).	2022, Finlândia.	<p>Revisão sistemática e meta-análise.</p> <p>O manejo da dor crônica por meio de uma abordagem multidisciplinar tem mostrado eficácia e melhorias nos desfechos dos pacientes. No entanto, nem todos os pacientes respondem igualmente. Este projeto de revisão sistemática busca atualizar as evidências sobre fatores que influenciam a resposta a intervenções multidisciplinares, ao utilizar uma metodologia robusta que inclui meta-análises e diversos tipos de estudos (coorte, caso-controle e ensaios clínicos</p>

				<p>randomizados).</p> <p>A revisão utilizou uma ampla gama de desfechos primários e secundários, incluindo intensidade da dor, funcionamento físico e qualidade de vida. Resultados preliminares indicam que a abordagem multidisciplinar pode melhorar outros aspectos além da dor, como o bem-estar psicológico, essencial para a qualidade de vida dos pacientes. Contudo, há desafios, como a necessidade de tratamento oportuno e o reconhecimento de comorbidades. A revisão também considerou possíveis vieses de linguagem ao limitar a inclusão a artigos em inglês.</p>
A Multidisciplinary Rehabilitation Approach to Chronic Pain Patients in the Post-COVID-19 Era.	NAVANI, A.	Pain Physician (v. 26, n. 5, p. 457-466).	2023, Estados Unidos.	<p>Revisão sistemática de literatura.</p> <p>A COVID longa é uma condição em que os sintomas persistem ou retornam após a infecção inicial por COVID-19. Até 80% dos pacientes podem experimentar esses sintomas prolongados, que não estão necessariamente relacionados à gravidade da infecção inicial. Essa condição é mais comum em pessoas mais jovens, mulheres e aquelas com problemas de saúde preexistentes. A prevalência de COVID longa varia entre 43% e 80%, e pode ocorrer em até 1% dos casos pediátricos.</p> <p>A pandemia também afetou muito pessoas com dor crônica, limitou o acesso a tratamentos presenciais e forçou a transição para a telemedicina. A dor crônica pode ter piorado devido ao estresse, mudanças nos medicamentos e dificuldades no acesso ao cuidado. Além disso, esses pacientes estão em risco elevado de desenvolver COVID longa. Muitos sintomas da COVID longa, como fadiga e dor muscular, são semelhantes aos da dor crônica, o que agrava o sofrimento e traz desafios adicionais, como acesso limitado a</p>



				tratamentos e aumento dos sintomas psicológicos e físicos.
The Uptake and Effectiveness of a Multidisciplinary Online Program for Managing Chronic Pain before and During the COVID-19 Pandemic.	SHINER, C. T. <i>et al.</i>	Pain Medicine (v. 23, n. 9, p. 1621-1630).	2022, Austrália.	<p>Estudo retrospectivo de coorte. Durante o primeiro ano da pandemia de COVID-19, houve um aumento significativo na adesão ao programa de manejo da dor crônica online Reboot Online. A demanda por este programa cresceu mais de 500% nos três primeiros meses após o início da pandemia, e refletiu uma necessidade urgente por alternativas de tratamento remoto devido às restrições impostas. Esse aumento contínuo na procura pelo programa ao longo do ano foi acompanhado por uma manutenção estável na adesão ao curso e na eficácia clínica, o que indicou que o Reboot Online foi um recurso eficaz e escalável em um período de alta demanda por serviços de saúde.</p> <p>A análise dos dados revelou que, apesar das mudanças demográficas na população de usuários — com uma maior proporção de residentes urbanos e com maior nível socioeconômico — a gravidade dos sintomas clínicos não variou significativamente entre o período pré e durante a pandemia. A eficácia do programa no alívio da dor, redução da incapacidade, e melhoria da autoeficácia foi comparável antes e durante a pandemia. Esses resultados destacam a eficácia da abordagem multidisciplinar e digital do Reboot Online, o que sugere que programas semelhantes podem ser valiosos na gestão da dor crônica, especialmente em momentos de crise global e estresse no sistema de saúde.</p>
Noninvasive Nonpharmacological Treatment for Chronic Pain: A	SKELLY, A. C. <i>et al.</i>	Rockville (MD): Agency for Healthcare Research	2020, Estados Unidos.	<p>Livro / Revisão sistemática de literatura.</p> <p>A revisão atualizada revela que abordagens multidisciplinares oferecem benefícios variados para o</p>



Systematic Review Update.		and Quality (US).		<p>manejo da dor crônica, com efeitos mistos dependendo da condição específica e do tipo de intervenção. Para a dor lombar crônica, evidências moderadas sugerem que exercícios, terapias psicológicas e yoga proporcionam melhorias pequenas a moderadas na função e na dor no curto prazo, com alguns efeitos persistindo no médio prazo. A reabilitação multidisciplinar (MDR) demonstrou eficácia semelhante, embora os efeitos a longo prazo não tenham se mantido consistentes. Para a dor no pescoço crônico, a terapia com laser de baixo nível mostrou melhorias moderadas na função e na dor a curto prazo, enquanto a acupuntura e a técnica de Alexander apresentaram benefícios pequenos e de curto prazo. A MDR e as terapias psicológicas também mostraram resultados positivos no manejo da dor a médio prazo, embora com evidência limitada.</p> <p>No caso da dor por osteoartrite de joelho e fibromialgia, o exercício foi associado a melhorias pequenas a moderadas na função e na dor a curto e médio prazo. Para a fibromialgia, práticas mente-corpo como tai chi e qigong mostraram benefícios semelhantes, com melhorias adicionais observadas com a acupuntura e a terapia cognitivo-comportamental (CBT) a médio prazo. Essas intervenções, em conjunto, evidenciam que a abordagem multidisciplinar pode proporcionar melhorias sustentadas em diversas condições de dor crônica, sendo especialmente útil para combinar estratégias que abordam múltiplos aspectos do tratamento e adaptem-se às necessidades individuais dos pacientes.</p>
Chronic Pain Syndrome	YASAEI, R. <i>et al.</i>	Treasure Island (FL):	2023, Estados	Livro. A abordagem multidisciplinar no



(Archived). In: StatPearls [Internet].		StatPearls Publishing.	Unidos.	<p>tratamento da dor crônica revelou melhorias significativas na qualidade de vida dos pacientes. Estudos na Europa indicaram que a dor crônica afeta negativamente a percepção de saúde geral dos pacientes, interfere nas atividades diárias e aumenta o risco de depressão. Além disso, esses pacientes apresentam um impacto econômico significativo devido a dias de trabalho perdidos. Em um estudo de seis meses, a média de dias de trabalho perdidos foi de 7,8, sendo que 22% dos pacientes perderam pelo menos 10 dias de trabalho, especialmente quando sofriam de transtorno depressivo maior.</p> <p>No tratamento da dor crônica, a combinação de terapias farmacológicas e não farmacológicas se mostrou essencial. A implementação de uma abordagem multidisciplinar, que inclui médicos, especialistas em dor, psicólogos e fisioterapeutas, contribuiu para a melhora no manejo da dor, redução da intensidade da dor e frequência de crises, além de uma melhor qualidade de vida. A inclusão de terapias físicas, cognitivas e modalidades complementares, como acupuntura, juntamente com o uso criterioso de medicamentos, mostrou-se eficaz. Desse modo, a integração de diferentes especialidades no plano de tratamento permite um cuidado mais abrangente e eficaz, melhorando os desfechos dos pacientes com dor crônica.</p>
Pain, Sleep, and Health-Related Quality of Life after Multidisciplinary Intervention	SKÚLADÓTTI R, H. <i>et al.</i>	International Journal of Environmental Research and Public Health (v.	2021, Islândia e Estados Unidos.	<p>Estudo prospectivo de coorte longitudinal.</p> <p>Os resultados do estudo mostraram que a intervenção multidisciplinar para dor crônica, oferecida por três programas na Islândia, resultou em uma redução</p>



for Chronic Pain.		18, n. 19, p. 10233).		<p>significativa da intensidade da dor e em uma melhoria na qualidade de vida relacionada à saúde (HRQOL) dos participantes ao longo de um ano. Embora a dor ainda fosse considerável após um ano, a intervenção proporcionou uma diminuição notável na severidade da dor e um aumento na HRQOL, especialmente no componente físico (PCS). A redução média na intensidade da dor foi modesta, mas suficiente para promover melhorias gerais na qualidade de vida dos pacientes.</p> <p>Além disso, os dados sugerem que o aumento na HRQOL estava associado a uma redução dos problemas de sono e a uma maior escolaridade dos participantes. No entanto, problemas persistentes de sono e condições psicológicas ainda impactaram negativamente os escores de HRQOL, e destacaram a importância de integrar estratégias para abordar esses fatores dentro do tratamento multidisciplinar. Esses resultados ressaltam como a abordagem multidisciplinar pode efetivamente melhorar os resultados no manejo da dor crônica, ao focar em múltiplos aspectos da saúde do paciente.</p>
-------------------	--	-----------------------	--	---

Fonte: Dados da Pesquisa (2024)

## Discussão

A abordagem multidisciplinar no manejo da dor crônica tem se mostrado uma estratégia promissora para melhorar a eficácia do tratamento e os desfechos dos pacientes. A AR-IMPACT Telemedicine Clinic, por exemplo, demonstrou que uma clínica de telemedicina multidisciplinar é eficaz ao integrar diversos especialistas e ao proporcionar alta satisfação tanto para pacientes quanto para provedores. A presença de um facilitador logístico foi fundamental para otimizar o encaminhamento dos pacientes, o que destaca a importância de um suporte organizacional robusto (Hayes, C. J. *et al.*, 2023). Além disso, intervenções colaborativas entregues por telefone também mostraram redução na intensidade da dor, e sugeriram que modelos de telemedicina



podem ser sustentáveis e adaptáveis, especialmente em contextos desafiadores como a pandemia de COVID-19 (Hayes, C. J. *et al.*, 2023).

Ademais, a revisão sistemática de Marttinen *et al.* (2022) reforça a importância da abordagem multidisciplinar, o que evidencia que essa estratégia pode melhorar não apenas a dor, mas também o bem-estar psicológico dos pacientes. No entanto, o sucesso dessas intervenções depende da provisão oportuna de tratamento e do reconhecimento das comorbidades psiquiátricas. A revisão destaca a necessidade de considerar múltiplos domínios de desfecho ao avaliar a resposta ao tratamento, o que pode auxiliar no planejamento de intervenções adequadas e oportunas para a dor crônica (Marttinen, M. *et al.*, 2022).

Nesse contexto, a pandemia de COVID-19 exacerbou os desafios enfrentados por pacientes com dor crônica, aumentou a ansiedade e interrompeu o acesso aos cuidados. A interação entre COVID longa, que são os sintomas crônicos dessa infecção viral, e a dor crônica é complexa, e é agravada por condições preexistentes como obesidade e hipotireoidismo. Diante disso, surgem os Programas Interdisciplinares de Reabilitação da Dor (PIRDs), que são recomendados para o manejo dessa interação devido à sua abordagem abrangente, integrando intervenções físicas, psicológicas e sociais. Esses programas exigem um compromisso significativo do paciente e nem sempre são acessíveis ou cobertos por seguros de saúde, mas oferecem uma abordagem estruturada e holística para melhorar a qualidade de vida dos pacientes (Navani, A., 2023).

Durante a pandemia, houve, por exemplo, um aumento significativo na adesão ao programa de telemedicina Reboot Online na Austrália, o que refletiu a demanda por serviços de manejo da dor acessíveis remotamente. A eficácia clínica do programa permaneceu estável, e indicou que abordagens multidisciplinares digitais podem ser altamente eficazes, mesmo em contextos de estresse sistêmico. Esses resultados destacam a importância de integrar programas digitais no modelo de atendimento à dor crônica, de modo que seja garantido o acesso equitativo a todos os segmentos da população (Shiner, C. T. *et al.*, 2022).

Acrescentemente a esses dados, a revisão de Skelly *et al.* (2020) sobre abordagens não farmacológicas para o manejo da dor crônica sugere que intervenções como exercício, ioga e terapias psicológicas oferecem melhorias moderadas na função e na dor a curto prazo. No entanto, a durabilidade desses efeitos é limitada, o que indica que a abordagem multidisciplinar deve ser integrada a um plano de tratamento mais amplo. A combinação de várias modalidades pode fornecer uma abordagem mais robusta e adaptativa às necessidades individuais dos pacientes, e potencialmente aumentar a eficácia global do tratamento (Skelly, A. C. *et al.*, 2020).

A dor crônica interfere profundamente na qualidade de vida dos pacientes, causa isolamento social e aumenta o risco de depressão. Desse modo, a abordagem multidisciplinar, que inclui desde opções farmacológicas a não farmacológicas, é essencial, visto que a dor crônica raramente responde de forma adequada a



tratamentos médicos isolados. A evidência sugere que a combinação de estratégias multidisciplinares pode oferecer uma gestão mais equilibrada e eficaz da dor crônica, de modo que os perigos associados aos opioides sejam evitados e seja proporcionado um cuidado mais adaptado às necessidades individuais dos pacientes (Yasaei, R. *et al.*, 2023).

Por fim, o estudo de Skúladóttir *et al.* (2021) investigou os efeitos a longo prazo de uma intervenção de reabilitação multidisciplinar da dor na Islândia, observando uma diminuição significativa na gravidade da dor e um aumento na qualidade de vida relacionada à saúde. No entanto, desafios persistem na esfera mental e no manejo do sono, e indica a necessidade de programas de reabilitação que integrem uma abordagem holística. Esses achados ressaltam a importância do suporte psicológico contínuo pós-tratamento e enfatizam que a abordagem multidisciplinar pode melhorar a eficácia do manejo da dor e os desfechos dos pacientes de maneira mais abrangente e sustentável (Skúladóttir, H. *et al.*, 2021).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Portanto, foi demonstrado que essa estratégia multidisciplinar é fundamental para melhorar a eficácia do tratamento e os desfechos dos pacientes que são acometidos por dor crônica. Os estudos analisados indicam que a integração de diversas especialidades, sejam elas médicas, psicológicas ou sociais, proporciona um cuidado mais abrangente e eficaz, e aborda as complexidades da dor crônica de maneira holística. A aceitação e a satisfação dos pacientes com essas abordagens são altas, o que destaca a importância de um suporte organizacional eficaz para a implementação bem-sucedida dessas intervenções.

Ademais, os benefícios das abordagens multidisciplinares são evidentes em diversos contextos, incluindo a telemedicina e os programas digitais, que se mostraram particularmente relevantes durante a pandemia de COVID-19. A capacidade de adaptar o tratamento às necessidades dos pacientes, mesmo em situações de restrição de acesso a cuidados presenciais, reforça que esse modelo além de ser viável, é também sustentável. A eficácia clínica constante, observada em programas como o Reboot Online, demonstra como intervenções multidisciplinares podem ser acessíveis, ao oferecerem alívio e melhorias clínicas significativas mesmo em contextos desafiadores.



Entretanto, a revisão também revela desafios persistentes, como a necessidade de tratamento oportuno, a consideração de comorbidades psiquiátricas e a importância de intervenções personalizadas. A durabilidade dos efeitos das terapias não farmacológicas e a necessidade de suporte psicológico contínuo após o tratamento são áreas que requerem maior atenção. A abordagem multidisciplinar deve, portanto, ser considerada uma parte integrada de um plano de tratamento mais amplo, de modo que várias modalidades sejam associadas para fornecer uma gestão mais equilibrada e eficaz da dor crônica.

Em conclusão, as abordagens multidisciplinares no tratamento da dor crônica oferecem uma solução sólida e adaptativa, capaz de melhorar significativamente a qualidade de vida dos pacientes. A integração de diferentes métodos terapêuticos, a personalização do cuidado e a adaptação às necessidades contextuais são essenciais para aprimorar os desfechos clínicos. Ao abordar a dor de maneira abrangente, essas estratégias não apenas melhoram a função e reduzem a dor, mas também promovem o bem-estar psicológico, evidenciando-se como uma abordagem superior em comparação ao cuidado convencional. Continuar a elaboração de pesquisas e a implementação de programas de reabilitação integrados são cruciais para avançar na eficácia do manejo da dor crônica e proporcionar cuidados de alta qualidade para todos os pacientes.

## REFERÊNCIAS

1. HAYES, C. J.; GANNON, M. A.; WOODWARD, E. N.; LONG, C. R.; GEORGE, M.; RAY-GRIFFITH, S.; TOBEY, L. R.; GOREE, J. Implementation and Preliminary Effectiveness of a Multidisciplinary Telemedicine Pilot Initiative for Patients with Chronic Non-Cancer Pain in Rural and Underserved Areas at a Major Academic Medical Center. **Journal of Pain Research**, v. 16, p. 55-69, 5 jan. 2023. doi: 10.2147/JPR.S383212. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36636266/>>. Acesso em: 28 jul. 2024.
2. MARTTINEN, M.; OURA, P.; HUTTUNEN, M.; VARTIAINEN, P.; PAANANEN, M. Determinants of responsiveness to multidisciplinary chronic pain management interventions: protocol for a systematic review and meta-analysis. **BMJ Open**, v. 12, n.



9, e057481, 19 set. 2022. doi: 10.1136/bmjopen-2021-057481. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36123091/>>. Acesso em: 27 jul. 2024.

3. NAVANI, A. A Multidisciplinary Rehabilitation Approach to Chronic Pain Patients in the Post-COVID-19 Era. **Pain Physician**, v. 26, n. 5, p. 457-466, set. 2023. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37774184/>>. Acesso em: 28 jul. 2024.

4. SHINER, C. T.; GARDNER, T.; HASKELBERG, H.; LI, I.; FAUX, S. G.; MILLARD, M.; MAHONEY, A. E. J. The Uptake and Effectiveness of a Multidisciplinary Online Program for Managing Chronic Pain before and During the COVID-19 Pandemic. **Pain Medicine**, v. 23, n. 9, p. 1621-1630, 31 ago. 2022. doi: 10.1093/pm/pnac049. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35312759/>>. Acesso em: 27 jul. 2024.

5. SKELLY, A. C.; CHOU, R.; DETTORI, J. R.; HIRSCH, J. A.; BORDON, J. L.; GUERRERO, T. B.; BONGARD, J.; ALEXANDER, J. M. Noninvasive Nonpharmacological Treatment for Chronic Pain: A Systematic Review Update. **Rockville (MD): Agency for Healthcare Research and Quality (US)**, abril 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32338846/>>. Acesso em: 27 jul. 2024.

6. SKÚLADÓTTIR, H.; SVEINSDÓTTIR, H.; HOLDEN, J. E.; GUNNARSDÓTTIR, T. J.; HALLDÓRSSON, S.; BJÖRNSDÓTTIR, A. Pain, Sleep, and Health-Related Quality of Life after Multidisciplinary Intervention for Chronic Pain. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 19, p. 10233, 28 set. 2021. doi: 10.3390/ijerph181910233. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34639534/>>. Acesso em: 27 jul. 2024.

7. YASAEI, R.; PETERSON, E.; SAADABADI, A. Chronic Pain Syndrome (Archived). 14 ago. 2023. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): **StatPearls Publishing**, 2024 jan-. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29262143/>>. Acesso em: 28 jul. 2024.