

Divulgação Científica

1. A correlação entre dor crônica, ansiedade e qualidade do sono

Um estudo clínico publicado em maio de 2022 por pesquisadores chineses demonstrou que pacientes com dor lombar crônica apresentam um quadro de ansiedade e qualidade de sono consideravelmente piores do que pessoas assintomáticas. Diante do aumento da prevalência da ansiedade nos últimos anos e a sua correlação já conhecida com os distúrbios do sono, esses achados apontam para a necessidade de integrar ao tratamento da dor não só aspectos medicamentosos, como também uma análise dos fatores sociais e psicológicos.

A realização desse estudo contou com 60 participantes com idade entre 18 e 50 anos, sendo 30 com dor crônica e 30 indivíduos assintomáticos, ou seja, sem histórico de dor. Todos os participantes foram submetidos a testes qualitativos para analisar o seu estado de ansiedade e qualidade do sono, além da análise do limiar de detecção de dor induzida por pressão em dez regiões das costas e do quadril. Os resultados encontrados demonstraram que participantes com dor lombar crônica apresentaram índices maiores de ansiedade de estado (caracterizada por uma resposta emocional passageira diante de determinadas situações), assim como menores pontuações para qualidade do sono. Entretanto, não foi encontrada nenhuma diferença substancial no limiar de dor entre os dois grupos.

Desse modo, esse estudo sugere que a prevalência da ansiedade e de distúrbios do sono pode ser maior entre os pacientes com dor lombar crônica do que entre indivíduos sem histórico de dor. Os resultados encontrados reforçam a importância de se olhar o tratamento para a dor lombar crônica além dos aspectos farmacológicos, agregando múltiplas perspectivas e disciplinas para a terapêutica.

Referência: Xu C, Fu Z, Wang J, Wu B, Wang XQ. Differences and Correlations of Anxiety, Sleep Quality, and Pressure-Pain Threshold between Patients with Chronic Low Back Pain and Asymptomatic People. *Pain Res Manag.* 2022;2022:8648584. Published 2022 May 17. doi:10.1155/2022/8648584

Alerta submetido em 29/06/2022 e aceito em 29/06/2022.

Escrito por Katharine Valéria Saraiva Hodel.

2. A sua personalidade pode definir o seu estado de saúde e o prognóstico de doenças?

Um estudo transversal realizado na Turquia verificou que pode haver uma relação entre a personalidade tipo D e a fibromialgia. A personalidade tipo D é um tipo de perfil psicológico que apresenta um padrão de personalidade angustiado e inclui traços de afetividade negativa e inibição social. Esse tipo de personalidade tem sido apontado como um fator de risco e definidor de prognóstico para algumas doenças.

O estudo utilizou questionários para avaliar a prevalência de personalidade tipo D entre mulheres com fibromialgia e em comparação com mulheres saudáveis. O estudo mostrou mais da metade (58,6%) das mulheres com fibromialgia apresentam a personalidade do tipo D, o que foi duas vezes maior do que as mulheres saudáveis incluídas no estudo. Na população geral a frequência de personalidade tipo D varia de 13 a 34%. Pessoas com personalidade tipo D apresentam menor nível de resiliência, dificuldade em lidar com estresse e circunstâncias negativas, pior atitude de autocuidado e maior tendência à ansiedade e depressão do que aqueles com personalidade não tipo D. Esse perfil se refletiu no estudo, que demonstrou que dentre as mulheres com fibromialgia, aquelas com personalidade tipo D apresentaram piores estado psicológico, qualidade de vida, estado de saúde e maior comprometimento funcional.

Desta forma, definir e avaliar traços de personalidade, especialmente a presença de traços de personalidade tipo D, pode ser benéfico para o melhor manejo de pacientes com fibromialgia.

Referências: Gokcen N, Coskun Benlidayi I, Tamam L, Demirkol ME, Yesiloglu C, Guzel R. Type D personality and self-esteem in patients with fibromyalgia: a cross-sectional case-control study. *Rheumatol Int.* 2022;42(6):1027-1034. doi:10.1007/s00296-022-05118-z

Alerta submetido em 06/07/2022 e aceito em 06/07/2022.

Escrito por Luiza Carolina França Opretzka.

3. O sentimento de injustiça como contribuinte para a dor crônica

Estudo aponta que o sentimento de injustiça é prevalente e tem relevância clínica em mais da metade dos pacientes com dor crônica. Um grupo de pesquisadores do Hospital Universitário de Oslo publicou em fevereiro de 2022 uma pesquisa clínica que avaliou mais de 3.000 pacientes com dor crônica atendidos no maior ambulatório de dor da Noruega. O estudo foi realizado entre maio de 2019 e maio de 2020 por meio da aplicação de questionários, entre eles o Questionário de Experiência de Injustiça para avaliar o grau em que as pessoas que sofrem de dor crônica se sentem injustiçadas em relação à sua dor.

Pacientes com dores crônicas podem se sentir injustiçados em relação à sua dor, atribuindo a culpa a outra pessoa, como em casos de acidentes, ou a situações como a perda do emprego, litígio ou fim de relações. Nesse estudo, os pacientes com litígio em andamento, com pedido de invalidez permanente em curso e os mais jovens apresentaram maiores pontuações no Questionário de Experiência de Injustiça. Mais de 60% dos pacientes relataram que mesmo após 12 meses de acompanhamento na clínica de dor, nenhuma mudança na dor foi observada, e 10% relataram piora. Outro destaque importante, foi que quase metade dos participantes relataram altos níveis de sofrimento psicológico.

Em conclusão, o sentimento de injustiça é um fator prevalente e que impacta clinicamente em pacientes com dor crônica. Considerando que a percepção de injustiça em relação à dor pode impactar no prognóstico e na resposta ao

tratamento desses pacientes, esse aspecto deve ser identificado e considerado um alvo para intervenção na clínica da dor.

Referência: Reme SE, Ljosaa TM, Stubhaug A, Granan LP, Falk RS, Jacobsen HB. Perceived Injustice in Patients With Chronic Pain: Prevalence, Relevance, and Associations With Long-Term Recovery and Deterioration. *J Pain*. 2022;23(7):1196-1207. doi:10.1016/j.jpain.2022.01.007

Alerta submetido em 30/03/2022 e aceito em 30/03/2022.

Escrito por Alyne Almeida de Lima.

4. O sentimento de nostalgia reduz a dor de baixa intensidade

Um estudo chinês de 2021 demonstrou que a nostalgia, sentimento positivo resultante do ato de recordar, pode reduzir a dor de baixa intensidade. Esse sentimento pode ser desencadeado por diversos estímulos, como sons, cheiros e imagens. A fim de compreender melhor a relação entre a nostalgia e a analgesia, indivíduos saudáveis foram expostos a imagens, nostálgicas ou não. Em seguida, receberam estímulos térmicos de baixa e alta intensidade para avaliar o efeito da nostalgia sobre as diferentes intensidades da dor.

Trinta e quatro participantes receberam o estímulo doloroso na região do antebraço e classificaram a intensidade da dor pela Escala Numérica de Dor. Durante a observação das imagens e a estimulação dolorosa, os pesquisadores avaliaram o cérebro dos participantes por meio de ressonância magnética funcional (RMf). A nostalgia reduziu a dor causada pelo estímulo de baixa intensidade. Esse achado foi confirmado pela RMf, que mostrou nos participantes do grupo nostalgia, houve ativação de áreas encefálicas envolvidas com analgesia.

A nostalgia promoveu um efeito analgésico para a dor de baixa intensidade, por meio da ativação de analgesia endógena. Esse achado demonstra que a nostalgia possui potencial como adjuvante no tratamento da dor leve a moderada, mas estudos com maior amostra são necessários para validar os presentes achados.

Referência: Zhang M, Yang Z, Zhong J, et al. Thalamocortical Mechanisms for Nostalgia-Induced Analgesia. *J Neurosci*. 2022;42(14):2963-2972. doi:10.1523/JNEUROSCI.2123-21.2022

Alerta submetido em 02/03/2022 e aceito em 02/03/2022.

Escrito por Eduardo Lima Wândega.

5. Catastrofização da dor e fenótipos de saúde mental em adultos com dor crônica refratária

Um estudo de revisão, publicado em 2022 por pesquisadores australianos, apontou que dietas com baixo teor de carboidratos pode ser benéficas para pacientes com dor crônica. Esse achado é importante porque dores crônicas têm sido cada vez mais frequentes na população. Dietas pobres em carboidratos e dietas cetogênicas restringem o consumo de carboidratos: nas primeiras o consumo diário de carboidratos é limitado à 130 g, enquanto nas cetogênicas à 50 g. A restrição

dietética de carboidrato tem ganhado popularidade como terapia nutricional para muitas disfunções, incluindo dor.

O estudo analisou 847 ensaios clínicos que avaliaram a influência dessas dietas sobre fatores associados a dor crônica, como inflamação e parâmetros neurológicos. Os resultados apontaram que dietas com baixo teor de carboidratos induziram melhora das condições dolorosas, além da redução dos biomarcadores inflamatórios e aumento dos antioxidantes. Todavia, cabe destacar que a perda de peso associada a essas dietas também pode ter contribuído para redução da dor e de compostos inflamatórios.

Portanto, dietas pobres em carboidratos demonstraram ser benéficas para pacientes com dores crônicas, podendo ser uma das alternativas implementadas para pacientes com essa condição. É importante destacar que toda dieta deve ser feita de forma orientada e com acompanhamento por profissionais de saúde.

Referência: Field, R., Field, T., Pourkazemi, F., & Rooney, K. (2022). Low-carbohydrate and ketogenic diets: A scoping review of neurological and inflammatory outcomes in human studies and their relevance to chronic pain. *Nutrition Research Reviews*, 1-25. doi:10.1017/S0954422422000087

Alerta submetido em 13/06/2022 e aceito em 13/06/2022.

Escrito por Mariana Bastos de Souza.

Ciência e Tecnologia

6. Alterações cerebrais em comum entre dor crônica, transtornos de ansiedade e depressão maior

Um estudo de meta-análise realizado em 2022 na Alemanha avaliou dados de ressonância magnética nuclear de pacientes que sofriam de ansiedade, depressão e dor crônica e identificaram que essas desordens causam alterações estruturais semelhantes no encéfalo. Tem sido demonstrado que transtornos de ansiedade, depressão e dor crônica frequentemente se manifestam como comorbidades, e por isso, os pesquisadores investigaram se essas condições estão associadas a alterações estruturais semelhantes no sistema nervoso.

O estudo, que compilou dados de mais de dez mil pacientes, identificou alterações no volume de massa encefálica e na conectividade cerebral em comparação com voluntários saudáveis. As imagens de ressonância demonstraram que pacientes com pelo menos uma das três condições apresentavam redução de volume no córtex pré-frontal, insular e medial. Por outro lado, pacientes com dor crônica apresentaram alterações específicas de volume e conectividade em regiões associadas ao processamento emocional da dor, tais como a amígdala e o corpo estriado ventral.

O estudo demonstrou que a depressão maior, o transtorno de ansiedade e a dor crônica induzem alterações semelhantes na estrutura cerebral. Esse achado sugere

que há uma correlação fisiopatológica entre dor crônica e transtornos mentais. Novos estudos devem investigar tais mecanismos fisiopatológicos, aumentando a compreensão sobre o que a gênese da dor crônica e dos transtornos mentais têm em comum.

Referência: Brandl F, Weise B, Mulej Bratec S, et al. Common and specific large-scale brain changes in major depressive disorder, anxiety disorders, and chronic pain: a transdiagnostic multimodal meta-analysis of structural and functional MRI studies. *Neuropsychopharmacology*. 2022;47(5):1071-1080. doi:10.1038/s41386-022-01271-y

Alerta submetido em 02/07/2022 e aceito em 05/07/2022.

Escrito por Eduardo Lima Wândega.

7. Dados de uma revisão sistemática revelam que a analgesia epidural diminui o risco de desenvolvimento de depressão pós-parto

Uma revisão sistemática com meta-análise realizada por pesquisadores chineses e publicada em 2022 demonstrou que o alívio da dor do parto reduz o risco de desenvolvimento de depressão pós-parto. A revisão avaliou artigos realizados e publicados em diversos países, e incluiu 19 artigos que, somados, avaliaram 96.378 pacientes.

Após considerar fatores confundidores, heterogeneidade dos dados, e possíveis vieses de publicação, os autores concluíram que a dor do parto é um fator de risco para o desenvolvimento de depressão pós-parto e que a analgesia epidural é capaz de reduzir esse risco. Entretanto, embora o alívio da dor do parto possa contribuir para a redução do risco de desenvolver depressão pós-parto, a dor do trabalho de parto não é o único fator que contribui para essa enfermidade. Outros preditores como ansiedade e estresse durante a gravidez, falta de apoio social e histórico de depressão também devem ser levados em conta.

O estudo evidenciou que o adequado manejo da dor do parto reduz o risco de depressão pós-parto. Dessa forma, a identificação de outros fatores preditores de depressão pós-parto na gestante pode levar à recomendação do manejo ativo da dor do parto. Nesses casos, a analgesia epidural pode ser considerada.

Referência: Mo J, Ning Z, Wang X, Lv F, Feng J, Pan L. Association between perinatal pain and postpartum depression: A systematic review and meta-analysis. *J Affect Disord*. 2022;312:92-99. doi:10.1016/j.jad.2022.06.010

Alerta submetido em 10/08/2022 e aceito em 10/08/2022.

Escrito por Luiza Carolina França Opretzka.

8. Fatores genéticos podem estar envolvidos na depressão, ansiedade e dor crônica

Assim como em adultos, muitos adolescentes, entre 11 e 17 anos, possuem dores crônicas. Esse fato pode estar associado ao meio de convívio social, à fatores genéticos, que podem desencadear depressão, ansiedade e até mesmo o uso de substâncias psicoativas e dependência química.

Foi realizado estudo transversal, com uma amostra de 389 famílias de adolescentes gêmeos italianos, com idade de 11 a 18 anos. O objetivo de entender como os fatores genéticos e ambientais contribuem para a ocorrência da dor, ansiedade e depressão em adolescentes e ainda, até que ponto esses fatores estão relacionados ao uso de substâncias psicoativas.

Cada participante respondeu a um questionário que avaliou 112 itens de problemas comportamentais e emocionais que possam ter ocorrido em um período de 6 meses. Nesse questionário, avaliou-se problemas afetivos, de ansiedade, de conduta, déficit de atenção e problemas somáticos.

Os achados sugerem que é preciso lidar, mas, antes de tudo, entender a dor do adolescente, o que auxilia no diagnóstico precoce da causa da sua dor. Contribuindo para o controle adequado da dor ainda na adolescência e impactando na vida adulta.

Referência: Scaini, S., Michelini, G., De Francesco, S., Fagnani, C., Medda, E., Stazi, M. A., & Battaglia, M. (2022). Adolescent pain, anxiety, and depressive problems: a twin study of their co-occurrence and the relationship to substance use. *Pain*, 163(3), e488–e494. <https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000002400>

Alerta submetido em 25/07/2022 e aceito em 15/08/2022.

Escrito por Rebeca Dias dos Santos.

9. Tetrahydrocannabinol e canabidiol: uso na dor crônica e saúde mental

Um estudo reuniu evidências clínicas sobre a eficácia, segurança, tolerabilidade, mecanismos de ação e potencial dos medicamentos combinados tetrahydrocannabinol (THC/CBD) e medicamentos somente com canabidiol (CBD) para o tratamento de dor crônica, estresse, ansiedade, depressão e insônia.

Na literatura já é bem descrito que o uso de medicamentos à base de cannabis para a dor crônica é substancial. No entanto, em pesquisas recentes foi mostrado que CBD foi apenas 17% melhor que o placebo (54% em comparação com 46%) ao proporcionar uma redução de 30% na dor crônica. Isso pode ter sido porque os questionários utilizados para detectar a dor foram elaborados antes do reconhecimento do mecanismo da dor nociplásica não havendo distinção entre dor neuropática e nociplástica, sendo essa última também causa de dor crônica.

Quanto ao estresse, foi visto que o sistema endocanabinoide é um bom alvo terapêutico para restringir sua magnitude e duração da resposta, devido à sinalização endocanabinoide reduzir os níveis de cortisol e atuar no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal aos níveis basais, permitindo a habituação da resposta ao estresse contínuo ou repetido, além de atuar nas manifestações de medo, ansiedade, comportamentos depressivos ou esgotamento.

As evidências também apontaram resultados significativos para o uso desses medicamentos nos transtornos de ansiedade, depressão e insônia crônica, apesar de requererem mais evidências para avaliar a segurança e efetividade nesses desfechos.

Diante da síntese de evidências do estudo, além dos efeitos supracitados, foi evidenciado que medicamentos combinados de THC/CBD são melhores para dor crônica e medicamentos apenas para CBD para estresse e ansiedade. Os efeitos adversos são controláveis e, em baixas doses e titulação gradual atenuam esses eventos, fornecendo segurança aos pacientes que realizam o uso conforme prescrição.

Referência: Henson JD, Vitetta L, Hall S. Tetrahydrocannabinol and cannabidiol medicines for chronic pain and mental health conditions. *Inflammopharmacology*. 2022 Aug; 30(4):1167-1178. doi: 10.1007/s10787-022-01020-z. Epub 2022 Jul 7. PMID: 35796920; PMCID: PMC9294022.

Alerta submetido em 25/07/2022 e aceito em 15/08/2022.

Escrito por Anne Caroline Nunes Carmo.

10. A dor mental como preditor para tentativas de suicídio

Mediante este estudo longitudinal, seis pesquisadores do norte da Itália demonstram que o alto nível de dor mental, caracterizada como uma experiência subjetiva insuportável e cercada por sentimentos ruins, é um fator que prediz a tentativa de suicídio em curto prazo. Ademais, esta investigação científica revela duas potenciais ferramentas para identificar de forma precoce o risco para suicídio, sendo estas o Inventário de Depressão de Beck-II (BDI-II) e o Questionário de Dor Mental (OMMP).

Para desenvolvimento desta pesquisa, no período de janeiro a dezembro de 2019, através de consultas de rotina na psiquiatria do Hospital Universitário de Varese, 105 pacientes foram selecionados. Estes foram submetidos a diferentes ferramentas psicométricas, sendo estas: Escala de Classificação de Gravidade de Suicídio Columbia (C-SSRS), Escala de Classificação de Hamilton para Ansiedade (Ham-A), Escala de Classificação de Hamilton para Depressão (Ham-D), Escala de Psique (PAS), OMMP, BDI-II, Questionário de Trauma na Infância (CTQ) e Escala de Desesperança de Beck (BHS). Também foram coletados dados clínicos e sociodemográficos dos participantes. O objetivo deste estudo foi verificar se há relação entre o suicídio e/ou tentativas de suicídio em curto prazo com os níveis de dor mental e, a partir disto, detectar um instrumento psicométrico para prevenção do suicídio.

Desse modo, este estudo fortalece descobertas prévias no âmbito da suicidologia, as quais consideram a dor mental como o principal fator de risco para tentativas de suicídio, visto que o indivíduo que a sente, almeja saná-la de qualquer modo, mesmo que isto inclua sua morte física. Assim, constata a importância para prevenção de tentativas de suicídio, o uso pelos profissionais de saúde dos instrumentos que mensuram o nível desta dor mental.

Referência: Ielmini M, Lucca G, Trabucchi E, et al. Assessing Mental Pain as a Predictive Factor of Suicide Risk in a Clinical Sample of Patients with Psychiatric Disorders. *Behav Sci (Basel)*. 2022;12(4):111. Published 2022 Apr 16. doi:10.3390/bs12040111.



Dor On Line

www.dol.inf.br

Alerta submetido em 25/07/2022 e aceito em 15/08/2022.

Escrito por Kamila Gonçalves Tortorelli.