

Atuação fisioterapêutica no manejo da dor na Atenção Primária à Saúde: relato de experiência

Physiotherapeutic intervention in pain management in Primary Health Care:
an experience report

Sarah Lays Campos da Silva¹  <https://orcid.org/0009-0007-3604-6405>
Lorena Paiva Sousa¹  <https://orcid.org/0009-0005-1448-6245>
Lílian Melo de Miranda Fortaleza¹  <https://orcid.org/0000-0002-1389-1266>

Relato de experiência

Como citar

Silva SLC, Sousa LP, Fortaleza LMM. Atuação fisioterapêutica no manejo da dor na Atenção Primária à Saúde: relato de experiência. *Revista Científica Integrada*. 2025, 8(spe), e202530. <https://doi.org/10.59464/2359-4632.2025.3811>

Conflito de interesses

Não há conflito de interesses.

Enviado em: 07/08/2025

Aceito em: 22/10/2025

¹ Universidade Estadual do Piauí (UESPI). Teresina, Piauí, Brasil.

Autor correspondente

Sarah Lays Campos da Silva
sarahlayscampos1@gmail.com

Revista Científica Integrada (ISSN 2359-4632)

<https://revistas.unaerp.br/rci>

RESUMO

Objetivo: relatar a experiência da atuação fisioterapêutica no manejo da dor na Atenção Primária à Saúde.

Métodos: Este é um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, resultado do estágio de fisioterapia em um programa chamado ambulatório da dor, projeto pioneiro da residência multiprofissional em saúde da família da Universidade Estadual do Piauí e aplicado em uma Unidade Básica de Saúde, no município de Teresina - Piauí, o qual consistiu em atendimento especializado e individualizado em pacientes com dor crônica, doenças reumatológicas e com doenças traumato-ortopédicas crônicas. O estágio supervisionado ocorreu no período de agosto a dezembro de 2024, com dois encontros semanais. Os pacientes foram direcionados para o ambulatório de fisioterapia após passarem por demanda espontânea pela equipe multiprofissional de residentes da UBS.

Resultados: No ambulatório, aplicou-se uma avaliação fisioterapêutica subdividida em dois processos: o primeiro composto pela anamnese completa, o segundo composto totalmente voltado para a análise de dor. O ambulatório trouxe uma perspectiva inovadora para o atendimento fisioterapêutico na Atenção Básica com seções especializadas e individualizadas e assim conseguiu de maneira paulatina reverter alguns desses empecilhos encontrados no início do projeto. **Conclusão:** Conclui-se que o estágio no Ambulatório da Dor proporcionou uma experiência singular de aprendizado, troca de conhecimentos e cuidado voltado a pacientes com dor crônica, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e redução do quadro doloroso.

Descritores: Dor crônica. Manipulações Musculoesqueléticas. Serviços de fisioterapia. Atenção Primária à Saúde. Centros de Saúde.

ABSTRACT

Objective: To report the experience of physiotherapy intervention in pain management in Primary Health Care.

Methods: This is a descriptive study, of the experience report type, resulting from a physiotherapy internship in a program called the Pain Clinic, a pioneering project of the multiprofessional residency in family health at the State University of Piauí, applied in a Basic Health Unit in the municipality of Teresina - Piauí, which consisted of specialized and individualized care for patients with chronic pain, rheumatological diseases, and chronic trauma-orthopedic diseases. The supervised internship took place from August to December 2024, with two weekly meetings. Patients were referred to the physiotherapy clinic after spontaneous demand by the multiprofessional team of residents at the Basic Health Unit. **Results:** In the outpatient clinic, a physiotherapy assessment was applied, subdivided into two processes: the first consisting of a complete anamnesis, the second entirely focused on pain analysis. The outpatient clinic brought an innovative perspective to physiotherapy care in Primary Care with specialized and individualized sessions, and thus gradually managed to overcome some of the obstacles encountered at the beginning of the project. **Conclusion:** It is concluded that the internship at the Pain Clinic provided a unique learning experience, knowledge exchange, and care focused on patients with chronic pain, contributing to improved quality of life and reduction of pain.

Descriptors: Chronic pain. Musculoskeletal manipulations. Physiotherapy services. Primary health care. Health centers.

Introdução

A dor crônica é um problema que afeta milhões de pacientes diariamente, apresentando uma prevalência que varia entre 23,02% e 76,17%, com uma média nacional de 45,59% segundo o *Brazilian Journal of Pain*¹. Os tratamentos atuais geralmente incluem terapias farmacológicas, principalmente a terapia com opióides. No entanto, o uso crônico de opióides traz imenso risco, dado o potencial de overdose e dependência com essa classe de medicamentos². Portanto, a sensação dolorosa recorrente tem sua própria taxonomia e definição médica, a qual exige um tratamento especializado e multidisciplinar³.

Além disso, a algia persistente mostra alta prevalência na população brasileira, muitas vezes tendo fatores biológicos e emocionais simultaneamente envolvidos. Essa complexidade multifatorial exige atenção especializada, pois o manejo incorreto da dor crônica pode causar piora na sintomatologia e comprometer a qualidade de vida do paciente. Ademais, a equipe multiprofissional presente na APS tem papel fundamental para o manejo da dor crônica, pela proximidade ao paciente e pela capacidade de identificar e manejar situações concomitantes que podem causar ou piorar esse sintoma⁴. Então, o paciente ao ser encaminhado a APS passa ter acesso às estratégias de gerenciamento no tratamento da dor crônica com foco em ações não medicamentosas, adequação de opióides, acesso a equipe multiprofissional de modo que a personalização do cuidado seja alcançada⁵.

Nesse sentido, a dor prolongada é uma queixa principal que merece maior notoriedade na atenção primária à saúde, sua abordagem eficaz resulta em benefícios tanto para o paciente, quanto para o SUS e para economia do país⁶. Sob essa ótica, tem-se o fisioterapeuta na atenção primária, através de uma equipe multidisciplinar, como um vetor de transformação social através do atendimento especializado e individualizado na Unidade Básica de Saúde, através da avaliação do paciente, elaboração de planos de tratamento, educação em saúde do paciente, utilização de recursos físicos e promoção da saúde emocional⁷. Essa equipe multi é composta por médicos, enfermeiros, psicólogos, farmacêuticos, assistentes sociais e profissionais de educação física, cuja atuação conjunta permite uma abordagem integral e resolutiva. Dessa forma, considerando a importante atuação da fisioterapia na dor crônica, o presente estudo tem por objetivo relatar a atuação fisioterapêutica no manejo da dor em uma Unidade Básica de Saúde.

Método

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, resultado do estágio de fisioterapia em um programa chamado ambulatório da dor, projeto pioneiro da residência multiprofissional em saúde da família da Universidade Estadual do Piauí e aplicado em uma Unidade Básica de Saúde, no município de Teresina - Piauí, o qual consistiu em atendimento especializado e individualizado em pacientes com dor crônica na lombar, na cervical e generalizada pelo corpo, doenças reumatológicas e com doenças traumato-ortopédicas crônicas. O estágio supervisionado ocorreu no período de agosto a dezembro de 2024, com dois encontros semanais.

Os pacientes foram direcionados para o ambulatório de fisioterapia após passarem por demanda espontânea pela equipe multiprofissional de residentes da UBS composta pelas categorias de fisioterapia, enfermagem, de odontologia, de nutrição, psicologia e educação física do programa de saúde da família.

Os pacientes ao chegar no ambulatório, aplicou-se uma avaliação fisioterapêutica subdividida em dois processos: o primeiro composto pela anamnese completa, em que se realizaram perguntas sobre aspectos sociodemográficos como: idade, sexo, escolaridade, informações sobre a residência do paciente, sobre saúde e acesso aos serviços e profissão e o segundo totalmente voltado para a análise de dor, em que foram utilizados recursos como a Escala Visual Analógica da Dor (EVA)⁸, além de perguntas específicas sobre a funcionalidade no cotidiano- como limitações na marcha, subir escadas, carregar objetos ou realizar atividades laborais, alguns testes ortopédicos a depender do possível diagnóstico. Por exemplo, diante da possibilidade de lombalgia com irradiação pode ser utilizado o teste de Laségue e o teste de Bragard são indicados para avaliar a compressão das raízes nervosas.

Posteriormente, no exame físico ocorria a inspeção e palpação da região dolorosa para verificar presença de edema, tensão muscular, hiperemia, alterações de temperatura ou restrições teciduais. Esses achados clínicos ajudaram a conduzir a melhor escolha terapêutica, aplicando a individualidade do plano de tratamento.

Outrossim, após a avaliação fisioterapêutica realizada pela fisioterapeuta residente acompanhada pelos estagiários, o paciente recebia a explicação sobre o protocolo terapêutico, composto por seis encontros: uma avaliação inicial, quatro atendimentos para tratamento e uma reavaliação.

Resultados

Durante as avaliações foram identificados fatores sociodemográficos que impactaram o acesso aos serviços de saúde como o nível educacional, pouca ou nenhuma educação em saúde, como também diminuição de acesso ou baixa adesão ao serviço de consultas de equipe multiprofissional e exames especializados. Esses elementos dificultam o engajamento ativo no processo terapêutico, corroborando a efetividade da intervenção.

A atuação da equipe multiprofissional foi composta por 01 fisioterapeuta, 01 educador físico, 01 psicólogo, 01 enfermeiro, 01 médico e 03 estagiários, que atenderam 08 pacientes durante o período de avaliação.

O ambulatório da dor trouxe uma perspectiva inovadora para o atendimento fisioterapêutico na Atenção Básica com seções especializadas e individualizadas e assim conseguiu de maneira paulatina reverter alguns desses empecilhos encontrados no início do projeto pois proporcionou efetividade das estratégias terapêuticas, reforçou ações educativas por meio do acolhimento ampliado e fortalecimento da Atenção Primária à Saúde como porta de entrada qualificada para o manejo da dor crônica.

Após as avaliações, identificou-se quadro de dores de origem inespecífica associadas a fatores psicossomáticos e incapacidade nas atividades básicas diárias. Os planos terapêuticos priorizaram a melhora da dor através de técnicas de terapia manual como a liberação miofascial, mobilização articular, terapia crânio-sacral e exercícios funcionais para atividades de vida diária (AVD's), atividades instrumentais de vida diária (AIVD's) e atividades laborais. Após a aplicação do protocolo de atendimentos, observou-se a diminuição da dor, aumento da mobilidade, maior força muscular e mais facilidade na execução de tarefas simples, evidenciando a eficiência do tratamento.

Portanto, o programa proporcionou às estagiárias experiências enriquecedoras e exclusivas para a formação profissional e pessoal, abrangendo aspectos relacionados ao cuidado com o paciente e a interação com a equipe multiprofissional que desempenha um papel fundamental em todas as fases do tratamento, visto que proporciona um atendimento integral à saúde, maior resolutividade e humanização do cuidado. Esse impacto foi corroborado pela análise de Kasper⁹, que investigou o significado da experiência do estágio curricular da graduação em Fisioterapia em cenários de prática da Atenção Primária à Saúde (APS).

Discussão

A fisioterapia é eficaz no tratamento da dor crônica, pois ajuda a melhorar a função física, reduz a dor e aumenta a qualidade de vida dos pacientes. Estudos

mostram que 30% de todo o mundo afetado com dores tem impacto na vida pessoal, econômica e biopsicossocial, desse modo é necessário acompanhamento “de tratamento multimodal e interdisciplinar personalizada”, com apoio familiar, estilo de vida adequado, tratamentos integrativos, promovendo a qualidade de vida¹⁰. No contexto deste relato de experiência, verificou-se que a fisioterapia na atenção básica desempenha um papel fundamental na mitigação dos problemas de saúde da população, utilizando ferramentas específicas da área para o tratamento das doenças e condições clínicas funcionais apresentadas.

Entre as abordagens empregadas, destacam-se a liberação miofascial manual e instrumental com raspadores, mobilização neural, terapia craniosacral, mobilização articular, os alongamentos, exercícios do método McKenzie e a reeducação postural global. A escolha de cada técnica foi realizada conforme a fase do tratamento e a condição clínica do paciente, com foco na diminuição da dor.

A exemplo do Estudo observacional, retrospectivo, realizado no Centro de Terapias da Associação de Assistência à Criança Deficiente (AACD) em São Paulo, de setembro de 2018 a setembro de 2019: Tratamento ao programa de educação em dor que foi associado a fisioterapia usual, baseada em cinesioterapia com exercícios de alongamento, fortalecimento, propriocepção, conscientização corporal e respiração realizadas em sessões de 35 minutos, 2 vezes por semana durante 7 semanas. Após a intervenção os pacientes tiveram mudanças significativas nos desfechos de representação cognitiva da doença, SC, catastrofização, dor, aspectos físicos e na qualidade de vida¹¹.

O fisioterapeuta identifica aspectos passíveis de modificação, oferecendo orientações para mudanças posturais, uso adequado de ferramentas de trabalho e hábitos diários, como dormir, levantar, agachar e até mesmo, respirar corretamente. Segundo estudos realizados este olhar amplo dos profissionais da fisioterapia possibilita uma redução significativa da dor crônica musculoesquelética e melhora da funcionalidade em adultos, reforçando a importância da abordagem biopsicossocial na prática clínica¹².

Esse acompanhamento personalizado reforça o impacto positivo da fisioterapia na saúde integral da população. A inserção do fisioterapeuta na UBS como educador em saúde é um processo em construção e tem ocorrido de forma gradativa. Logo, aos poucos se percebe que, por meio de sua atuação, pode-se reduzir a demanda de atendimentos e melhorar a qualidade de vida da população. Com base no levantamento de dados, vê-se o reconhecimento da relevância da prática fisioterapêutica na atenção primária e o desejo das

equipes de saúde acerca da inserção deste trabalhador em suas equipes de saúde¹³.

Além disso, a Unidade Básica de Saúde (UBS) apresenta-se como um ambiente propício para promover transformações em toda a rede de atenção básica, atuando como o elemento impulsionador para a educação em saúde, a prevenção de doenças e a promoção de tratamentos adequados. Portanto, é evidente que o papel do fisioterapeuta nas Unidades Básicas de Saúde é imprescindível no contexto do SUS, não apenas como prestadores de serviços, mas também como elos de conexão entre as políticas de saúde pública e as necessidades reais da população brasileira¹⁴. Embora enfrente desafios estruturais, como falta de recursos e equipamentos de qualidade, sua presença é transformada na qualidade de vida dos pacientes e na reabilitação funcional.

Conclusão

Em suma, o estágio no Ambulatório da Dor proporcionou uma experiência singular de aprendizado, troca de conhecimentos e cuidado voltado a pacientes com dor crônica, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e redução do quadro doloroso. Dentre as técnicas fisioterapêuticas empregadas, a terapia manual, especialmente por meio da liberação miofascial, demonstrou-se como a abordagem predominante e eficaz ao longo dos atendimentos, mostrando benefícios já após o primeiro atendimento.

Além do tratamento fisioterapêutico técnico e de uma reabilitação adequada, observou-se que muitos desses pacientes necessitaram de uma escuta ativa, empática e de simples mudanças nos hábitos diários, trazendo a percepção de que a humanização e integralidade do cuidado são características imprescindíveis para garantir um atendimento de qualidade com maior probabilidade de eficiência.

Ademais, ficou evidente a importância do tratamento multiprofissional como um catalisador para a melhora dos pacientes com dor crônica, potencializador de resultados terapêuticos. Nesse sentido, o estágio proporcionou uma experiência transformadora do cuidado aos pacientes e mostrou também como funciona o tratamento de pacientes com doenças crônicas no SUS e a importância da atuação da equipe multiprofissional na atenção primária.

Referências

1. Aguiar DP, Souza CPQ, Barbosa WJM, Santos-Júnior FFU, Oliveira AS. Prevalência de dor crônica no Brasil: revisão sistemática. *Braz J Pain*. 2021;4(3):257–67. doi: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20210041>
2. Urits I, Schwartz RH, Orhurhu V, Maganty NV, Reilly BT, Patel PM, Wie C, Kaye AD, Mancuso KF, Kaye AJ, Viswanath O. A comprehensive review of alternative therapies for the management of chronic pain patients: acupuncture, tai chi, osteopathic manipulative medicine, and chiropractic care. *Adv Ther*. 2021;38(1):76–89. doi: <https://doi.org/10.1007/s12325-020-01554-0>
3. Nahin RL. Use of multimodal, multidisciplinary pain management in the US. *JAMA Netw Open*. 2022; 5(11): ee2240620. doi: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.40620>
4. Sertório DM, Tomita BF, Calábria BA, Perez MV, Kurihara ACZS, Hungaro TA. Dor crônica na atenção primária à saúde: uma revisão da literatura. *Braz J Health Rev*. 2024;7(5):e 72439. doi: <https://doi.org/10.34119/bjhrv7n5-008>
5. Alarcon MFS, Mascari FEJ, Marin MJS, Lazarini CA. Gerenciamento da terapia para dor crônica em adultos e idosos na atenção primária: revisão integrativa. *Estud Interdisc Envelhec*. 2024;29:e126546. doi: <https://doi.org/10.22456/2316-2171.126546>
6. Prudente MP, Andrade DDBC, Filho FAAP, Prudente EM. Tratamento da dor crônica na atenção primária à saúde. *Braz J Dev*. 2020;6(7):49945–62. doi: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n7-591>
7. Freitas LO, Gonçalves JL, Gomes JES, Vinhote JFC, Silva RM, Vieira LJES. Contribuições da fisioterapia para a Atenção Primária à Saúde a partir da residência multiprofissional. *Fisioter Mov*. 2024;37:e2024.37119.0. doi: <https://doi.org/10.1590/fm.2024.37119.0>
8. Huskisson EC. Measurement of pain. *Lancet*. 1974;2(7889):1127–31.
9. Kasper MJ, Alvarenga LFC, Schwingel G, Toassi RFC. Atenção Primária como cenário de prática e aprendizagem na formação de fisioterapeutas no Brasil: percepção de estudantes, profissionais e usuários. *Interface (Botucatu)*. 2021;26:e 210508. doi: <https://doi.org/10.1590/interface.210508>
10. Santos AT, Lima RN. Eficácia da fisioterapia no tratamento da dor crônica em mulheres com fibromialgia. *Rev Cient Multidiscip Online Sabin*. 2025;5(1):e2025.1095. doi: <https://doi.org/10.51473/rcmos.v1i1.2025.1095>
11. Pontin JCB, Di Gioia KCS, Dias AS, Teramatsu CT, Matuti GS, Mafra ADL. Efeitos positivos de um programa de educação em dor em pacientes com dor crônica: estudo observacional. *BrJP*. 2021;4(2):130–5. doi: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20210026>
12. Reis FJ, Oliveira LM, Santos AR, Lima MC, Andrade RS. Effects of physiotherapy interventions on chronic musculoskeletal pain: a randomized

controlled trial. J Bodyw Mov Ther. 2023;37:102837.doi:

<https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2023.102837>

13. Alves NS, Portela ERM, Gonçalves FS, Guimarães TS, Alencar AJF, Mendes ES, et al. Perspectivas sobre o trabalho do fisioterapeuta na atenção básica: uma revisão integrativa. Rev CPAQV. 2020;12(1):4. doi: <https://doi.org/10.36692/cpaqv-v12n1-28>
14. Sobreira ENS, Santos SDSG, Silva GR, Santos AB, MF, Assunção ELF, et al. A contribuição das unidades básicas de saúde (UBS) no fortalecimento do SUS. Atenção Primária à Saúde: Promoção, Prevenção, Diagnóstico e Implementação de Cuidados. 2024. doi: <https://doi.org/10.58871/conimaps24.c07>

Contribuições do autor

Todos os autores foram responsáveis pela concepção, redação e aprovação da versão final do artigo.

Editor chefe

José Cláudio Garcia Lira Neto

Copyright © 2025 Revista Científica Integrada.

Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da licença Creative Commons CC BY. Esta licença permite que terceiros distribuam, remixem, modifiquem e desenvolvam seu trabalho, mesmo para fins comerciais, desde que lhe deem crédito pela criação original. É a licença mais flexível de todas as licenças disponíveis. Recomenda-se maximizar a divulgação e utilização de materiais licenciados.