

# Índice Geral

Lista de Abreviaturas .....	ix
Léxico .....	xii
1.Introdução.....	1
2. Enquadramento teórico.....	5
2.1. Dor .....	5
2.1.1. Definições de dor.....	5
2.1.2. Tipologia da dor .....	5
2.1.3. Definição da avaliação da dor .....	7
2.1.4. Objetivos da avaliação da dor.....	9
2.1.5. Instrumentos de avaliação da dor.....	9
2.1.6. História da dor/colheita de dados	10
2.1.7. A importância dos registos .....	11
2.1.8. Barreiras à avaliação.....	11
3.Tratamentofarmacológico .....	13
3.1. Fisiopatologia da dor.....	13
3.1.1. Neurofisiologia da dor .....	13
3.2. Intervenções .....	16
3.2.1. Princípios gerais do controlo da dor .....	17
3.2.2. Fármacos utilizados .....	17
3.2.2.1. Fármacos não Opióides .....	18
3.2.2.2. Anti-inflamatórios Não Esteróides (AINEs) .....	20
3.2.2.3. Analgésicos Opióides (doses fracas).....	21
3.2.2.4. Analgésicos Opióides (doses fortes) .....	23
3.2.3. Analgésicos: Principais efeitos adversos.....	27
3.2.4. Fármacos adjuvantes .....	30
3.2.5. Principais vias de administração dos analgésicos .....	33
3.2.6. Técnicas invasivas no tratamento da dor .....	39
3.2.6.1. Bloqueio do Sistema Nervoso Autónomo .....	40
3.2.6.2. Bloqueio dos nervos periféricos.....	41
3.2.6.3. Bloqueio do neuro-eixo .....	42
3.2.6.4. Outras técnicas invasivas para tratamento da dor .....	43
4.Tratamento não farmacológico.....	44
4.1 Introdução.....	44
4.2. A Importância da prática segura das técnicas .....	48

4.3. A Fisioterapia e o relaxamento.....	50
4.4. A Sofrologia Caycediana® como novo método para os profissionais da Saúde.....	51
4.4.1. Introdução.....	51
4.4.2. Definição.....	54
4.4.3. As 31 capacidades da Consciência.....	56
4.4.4. Métodos e técnicas.....	59
4.4.4.1. Emoção, Stress e Respiração.....	59
4.4.4.1.1. O cérebro límbico.....	59
4.4.4.1.2. As emoções e o Stress.....	60
4.4.4.1.3. A Respiração.....	61
4.5. Aplicação no tratamento da dor no doente oncológico.....	62
4.5.1. A Sofrologia Caycediana® ao serviço da Dor.....	62
4.5.2. Metodologia.....	64
4.5.2.1. Os protocolos.....	73
5. Discussão.....	78
6. Conclusão.....	80
Referências Bibliográficas.....	81
Apêndices	
Anexos	

## Índice de Quadros

1- Os neurotransmissores.....	52
2- Características dos sinais.....	52
3- Ligação entre os lobos cerebrais, as ondas, os neurotransmissores e problemas constatados.....	53

## Índice de Figuras

Fig. 1 – Diagrama- Tensão, Dor, Ansiedade.....	46
Fig. 2 – A Dor Total.....	62
Fig. 3 – A Fisiologia da dor.....	65

## Índice de Tabelas

1- Fatores de risco a considerar antes da prescrição de um anti-inflamatório .....	20
2- Risco de eventos gastrointestinais.....	20
3- Via oral .....	34
4- Via sub lingual .....	35
5- Via retal .....	36
6- Via transdérmica.....	36
7- Via subcutânea.....	35
8- Via intravenosa.....	37
9- Via intramuscular .....	37
10- Via epidural.....	38
11- Via intratecal.....	38
12- Bloqueio de nervos periféricos.....	41
13- Terapias complementares .....	45