

Aplicação da realidade virtual como estratégia para o controlo da dor

Inês Barata¹, Isabel Rabiais²

¹ Mestranda, Universidade Católica Portuguesa, Instituto de Ciências da Saúde, Lisboa, Portugal; Enfermeira, Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte, E.P.E. – Hospital Santa Maria, Unidade de Queimados, Lisboa, Portugal.

² Doutora em Enfermagem, Mestre em Ciências da Educação, Enfermeira, Professora Auxiliar no Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa.

Introdução

A dor é um fenómeno individual, subjetivo, complexo e multidimensional, que pode ser agravado pelo medo e ansiedade, podendo manifestar-se através de alterações físicas e psíquicas.

A dor pode ser classificada, tendo em conta o limite temporal, como aguda ou crónica, ou de acordo com o mecanismo fisiopatológico, podendo ser nociceptiva ou neuropática.

O controlo eficaz da dor é essencial para uma rápida recuperação e consiste num dever dos profissionais de saúde, um direito dos doentes e um passo fundamental para a humanização e melhoria contínua da prestação de cuidados de enfermagem.

A abordagem à pessoa com dor, dada a pluralidade de mecanismos em causa na origem e persistência da dor, implica uma diversidade de técnicas de tratamento e requer uma abordagem multidisciplinar.

A gestão da dor envolve a sua avaliação e monitorização e a implementação de um plano terapêutico que contemple intervenções, não só farmacológicas como também não farmacológicas.

Existe uma variedade de terapêuticas farmacológicas e várias técnicas não farmacológicas para o controlo da dor estudadas e aplicadas; no entanto, a evolução tecnológica tem permitido o desenvolvimento de ferramentas inovadoras, como a tecnologia de realidade virtual aplicada à saúde.

A realidade virtual, ao transmitir informação multissensorial, permite ao utilizador imergir num universo paralelo tridimensional, onde o mesmo pode visualizar ou interagir com o meio virtual.

Desta forma, a pessoa presta menos atenção aos procedimentos dolorosos, reduzindo o *input* de estímulos negativos e dolorosos, e dirige a sua atenção para outro foco, abstraindo-se também dos estímulos ambientais. Esta estratégia é também benéfica na redução da ansiedade.

Objetivos

Mapear a evidência existente na literatura sobre a aplicação da realidade virtual como estratégia para o controlo da dor.

Materiais e Métodos

Para a presente revisão de literatura foi elaborada a seguinte questão de investigação tendo por base a estratégia PCC: quais os *outcomes* da aplicação da realidade virtual no controlo da dor? Considera-se “P” (população) como pessoa com dor, “C” (contexto) hospitalar, e “C” (conceito) *outcomes* da aplicação da realidade virtual.

O estudo foi desenvolvido durante o mês de novembro de 2020 através da pesquisa nas seguintes bases de dados: EBSCOhost, PubMed e OpenGrey. Recorreu-se a descritores selecionados a partir do *Medical Subject Headings Section* (MeSH) e Descritores em Ciências da Saúde (DeCs).

Foram assumidos como critérios de inclusão todos os tipos de estudos cujos participantes fossem adultos, independentemente do género, publicados nos últimos cinco anos, nos idiomas português, espanhol, italiano, francês e inglês.

Na estratégia de pesquisa delineada foram considerados os seguintes descritores associados aos operadores booleanos: [(*virtual reality* OR *virtual reality exposure therapy* OR *computer interface*) AND (*pain* OR *pain management*) AND (*anxi** OR *distress* OR *fear* OR *distraction*)] NOT (*child** OR *teen**).

Na pesquisa realizada foram identificados 443 estudos nas bases de dados anteriormente descritas e após aplicados os pressupostos protocolares foram incluídos para análise final 34 estudos.

Resultados

É de salientar a maior incidência de estudos americanos, existindo apenas um artigo escrito em português, mas de origem brasileira.

Os resultados evidenciam a crescente produção de conhecimento sobre esta estratégia não farmacológica para o controlo da dor nos últimos cinco anos.

Todos os estudos selecionados abordam a realidade virtual como estratégia para o controlo da dor em diferentes contextos. A maioria dos estudos selecionados examina o controlo da dor durante a realização de procedimentos médicos, tais como punção venosa, realização de pensos complexos ou nos períodos cirúrgicos. No entanto, também são considerados diferentes tipos de dor, como a dor crónica, oncológica, entre outras.

Conclusão

Os achados indicam que a utilização de realidade virtual como estratégia para o controlo da dor pode ser benéfica, no entanto, a sua eficácia depende do tipo de dor e do ambiente virtual criado. Para além disso, esta estratégia também diminui os níveis de ansiedade e stresse associados às diferentes situações vividas em contexto hospitalar.

Os resultados permitem refletir sobre a necessidade da continuidade de produção de conhecimento científico quanto à utilização de realidade virtual como estratégia para o controlo da dor no sentido de melhor compreender se é uma solução sustentável a longo prazo.