

A Dor como quinto sinal vital

Simão Vela^{1,2} & Fernando Santos^{1,3}

Resumo

Os sinais vitais, como o próprio nome indica, são indicativos de um normal funcionamento do organismo. A *temperatura*, a *pressão arterial*, a *frequência cardíaca* e a *frequência respiratória* são sinais que sempre foram considerados essenciais para a homeostase do indivíduo.

Desde 2003, e após deliberação da Direcção Geral de Saúde em Portugal, a Dor foi instituída como *quinto sinal vital*, assumindo assim tanta importância como os demais sinais na avaliação holística de uma pessoa.

Este artigo refere-se então à Dor e suas manifestações, assim como a factores que a influenciam, e à acção de medidas não farmacológicas na regulação do estado psicofisiológico do indivíduo.

Palavras-Chave: Sinal vital, dor, homeostase, alívio da dor.

Abstract

The vital signs are, as the name suggests, those who indicates normal organism functionality. Temperature, blood pressure, heart rate and breath rate are those who have always been considered vital to the person homeostasis.

Since 2003 and after the DGS deliberation in Portugal, the pain was considered the 5th vital sign assuming the same importance as the others on the holistic evaluation of the person.

This article refers not only to the Pain and it's signs/ symptoms but also to some predisposing factors and non pharmacological measures on the regulation of the person psychophysiological state.

Key- Words: Vital sign, pain, homeostasis, pain relief.

¹Licenciado em Enfermagem pela Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro.

²Responsável de Enfermagem no Departamento Médico do Clube de Futsal Sénior "Os Atómicos".

³Escritor.