

Vivendo Melhor

D o r e s c r ô n i c a s



annalize

Essencial para a vida, a dor é uma parte desconfortável que todo ser humano precisa conviver. **Apresentada de várias formas diferentes, ela pode ser leve ou aguda, incômoda ou intolerável.** Mas o problema maior é quando ela permanece e vira algo fora do normal.

De acordo com a SBED (Sociedade Brasileira de Estudos para Dor), a dor é uma experiência sensitiva e emocional ruim, que pode estar associada ou relacionada a uma lesão real ou potencial dos tecidos.¹

Ou seja, a dor é uma experiência desagradável que pode ocorrer de várias formas. **Ela pode estar relacionada a aspectos tanto físicos quanto emocionais.**



Por outro lado, apesar de ser desconfortável, a dor é um mecanismo de proteção importante do organismo. Graças a ela, conseguimos proteger o nosso corpo de situações que podem causar danos. Sejam eles pontuais ou específicos.

Ou seja, **a dor nada mais é do que uma resposta a um estímulo nocivo ou potencialmente nocivo** que pode trazer consequências se não for tratada.





Tipos de dores crônicas

Antes, é importante ressaltar que **a dor é um sistema complexo do Sistema Nervoso que abrange todo o corpo**. Interna e externamente. Os receptores de dor estão por toda a pele, articulações e em muitos órgãos.

A reação destes receptores a estímulos nocivos, acaba resultando no processamento de um sinal elétrico. Impulsos que são conduzidos pelas fibras nervosas através da medula espinhal até chegar ao cérebro.²

Quando falamos em dor crônica é preciso lembrar que trata-se de uma condição complexa e multifatorial que persiste por mais tempo. Muitas vezes sem relação com uma lesão ativa.



Ela pode permanecer por anos mesmo sem uma causa física aparente. Diferentemente da dor aguda, que tem função de alerta, a crônica perde seu propósito biológico e pode se tornar uma doença por si só, afetando a qualidade de vida, o sono e a saúde mental.

As dores podem ser classificadas de acordo com a sua origem, duração e características.

Entre as principais, é possível destacar:



Dores crônicas por origem ou mecanismo

Dor Nociceptiva: Causada por dano contínuo aos tecidos (como artrite, tendinite crônica).

Dor Neuropática: Resulta de lesão ou disfunção no sistema nervoso (como neuropatia diabética, neuralgia pós-herpética).

Dor Mista: Combina componentes nociceptivos e neuropáticos (como dor lombar crônica associada a compressão nervosa).

Dor Psicogênica: Influenciada por fatores psicológicos (ansiedade, depressão), sem causa física clara.



Dores crônicas por localizações musculoesqueléticas

- Fibromialgia (como dor generalizada).
- Osteoartrite (como articulações).
- Dor lombar crônica.
- Viscerais: Associadas a órgãos internos (como síndrome do intestino irritável, endometriose).
- Cefaleias Crônicas:
- Enxaqueca crônica.
- Cefaleia tensional persistente.
- Dor Pélvica Crônica: Pode ter causas urológicas, ginecológicas ou musculares.



Dores crônicas específicas

Dor Oncológica: Relacionada ao câncer ou seu tratamento (como quimioterapia, radioterapia).

Dor Pós-Cirúrgica Persistente: Continua após a recuperação esperada (como síndrome pós-laminectomia).

Síndromes Dolorosas Regionais Complexas: Dor intensa após trauma, muitas vezes desproporcional. (como CRPS)³



A woman with dark hair tied back is looking down with a neutral expression. A healthcare professional in green scrubs is performing a physical therapy treatment on her right shoulder. The professional's hands are positioned on her shoulder and upper arm. The woman has a small tattoo on her upper chest. The background is a plain, light-colored wall.

Tratamento para dores crônicas

O tratamento para dor crônica vai depender muito da condição tratada. Dessa forma, é necessário **primeiro ter o diagnóstico da doença para só então começar um tratamento.**

É importante lembrar também que a dor crônica requer uma abordagem multidisciplinar, combinando estratégias farmacológicas, físicas, psicológicas e, em alguns casos, intervencionistas. **O objetivo é reduzir a dor, melhorar a funcionalidade e a qualidade de vida.**

Antes de recorrer aos remédios, o paciente precisa ter uma mudança no estilo de vida. Fator que pode influenciar e muito na duração e na intensidade da dor.



Praticar exercícios regularmente, por exemplo, vai ajudar a melhorar a mobilidade e ainda libera endorfina, que é um analgésico natural.

Ter um sono adequado ainda pode ajudar e muito a melhorar a percepção da dor. Assim como evitar tabaco e álcool e manter uma alimentação regrada.



Tratamentos não farmacológicos

Fisioterapia. Aqui, pode ser exercícios de alongamento, de fortalecimento dos músculos e técnicas como hidroterapia. Também pode entrar a TENS (Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea).

Acupuntura. Uma técnica terapêutica caracterizada pela inserção de agulhas finas em pontos específicos do corpo. Utilizada para tratar dores e tensões, as agulhas são fincadas em áreas com intensa atividade nervosa.

Terapia por ondas de choque. Utilizada para estimular a cura de lesões muscoesqueléticas, o tratamento consiste em usar ondas acústicas de alta energia. A prática é segura e nada invasiva.

Mindfulness e meditação. Técnicas como mindfulness são capazes de alterar circuitos cerebrais associados à detecção da dor. Além de diminuir a ansiedade e o estresse associado a dor.⁴



Tratamento medicamentoso

Analgésicos comuns. Remédios como paracetamol ajudam a aliviar dores leves a moderadas. Ou então, AINEs (anti-inflamatórios não esteroidais) como ibuprofeno ou diclofenaco.

Medicações para dor neuropática: Antidepressivos, como amitriptilina e duloxetina; E até anticonvulsivantes, como gabapentina e pregabalina.

Opioides: Remédios como a oxicodona e o tramadol são indicados em casos mais graves e selecionados. Isso porque os opioides podem causar riscos de dependência, tolerância e efeitos colaterais.



Relaxantes musculares: Úteis em dores musculoesqueléticas (ex.: ciclobenzaprina).

Há ainda alguns tratamentos intervencionistas, que envolvem o uso de injeções para bloqueios nervosos, infusão de analgésicos, neuromodulação e em alguns casos, até a cirurgia.

Novamente, o tratamento vai depender da condição tratada.



A photograph of an elderly man with a grey beard and hair, smiling warmly. He is wearing a light-colored t-shirt. In his right hand, he holds a small, dark glass bottle, and in his left hand, he holds a glass dropper with a black cap. The background is slightly blurred, showing what appears to be a shelf with various items. The entire image is framed by a solid orange border.

A relação da cannabis e a dor

Não é de hoje que a cannabis é utilizada para o tratamento da dor. Testes de carbono sugerem que a sua história começou há mais de 10 mil anos. Ela foi usada de formas diferentes por cada cultura.

O imperador Shen Nung (c. 2.700 a.C.), por exemplo, mencionou a cannabis no Pen Ts'ao Ching, um dos primeiros registros farmacêuticos.

Lá, ele já dizia que a cannabis poderia ajudar no tratamento de dores reumáticas e menstruais.

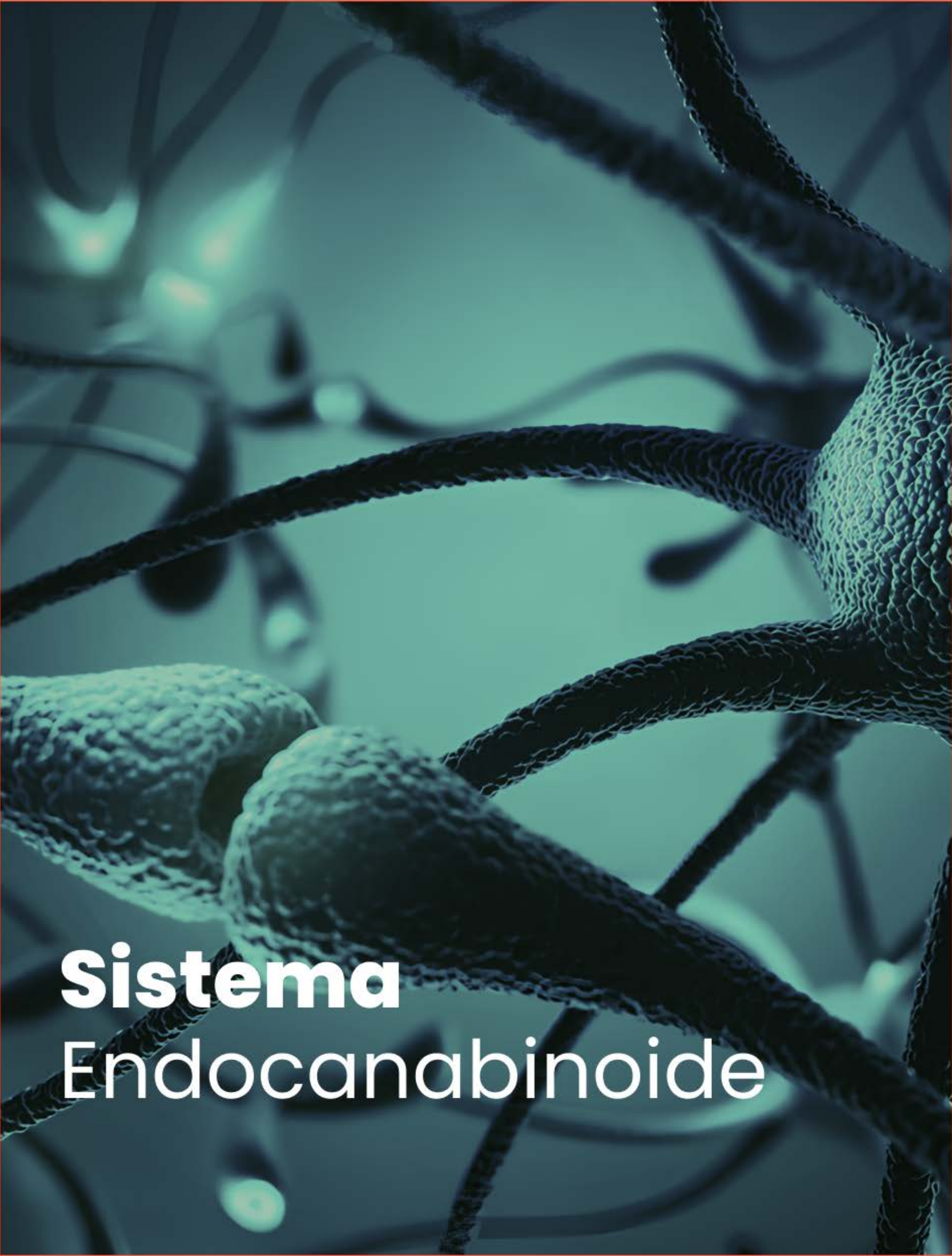
Na Índia, **os textos védicos Atharva Veda também mencionam a cannabis como uma das "cinco plantas sagradas"**, usada para aliviar ansiedade e dores.⁵



E até hoje os pacientes utilizam a cannabis para o tratamento da dor. Segundo uma pesquisa feita pelo Cannabis & Saúde, a dor crônica é a principal condição tratada com a cannabis **no Brasil. 35,5% dos pacientes utilizam o extrato da planta para tratar desde fibromialgia a artrose.**

Dores oncológicas, como artrite, lombalgia e até enxaqueca também entram na lista de dores tratadas pelos brasileiros com a cannabis.⁶



A microscopic image of a plant structure, likely a root or stem, showing a network of branching, textured elements. The image is overlaid with a teal color filter. The text "Sistema Endocannabinoid" is written in white, bold, sans-serif font across the lower portion of the image.

Sistema Endocannabinoid

A cannabis ajuda tantas condições diferentes porque atua no chamado Sistema Endocanabinoide⁷. Presente em várias partes do organismo, ele ajuda a restaurar a homeostase, ou seja, o equilíbrio de várias funções do organismo.

Através de uma rede de receptores e neurotransmissores, regulam funções como dor, inflamação, humor e sono. Também podem influenciar o sistema nervoso e sistema imunológico.

O sistema endocanabinoide envia os chamados canabinoides⁸, que através de receptores, sinalizam que algo está errado e precisa ser corrigido.



A cannabis também possui canabinoides, que podem interagir com este sistema da mesma forma. O CBD (canabidiol)⁹, por exemplo, é um canabinoide.

Ele não se liga diretamente aos receptores CB1/CB2, mas modula a atividade do Sistema Endocanabinoide e de outros sistemas (como serotonina e vaniloides), inibindo a dor neuropática e inflamatória.

Já o THC (tetrahydrocannabinol), outro canabinoide da cannabis, também tem o seu papel de importância no tratamento da dor.

O principal componente da maconha, está ligado aos **receptores CB1, presentes no cérebro e sistema nervoso central, reduzindo a transmissão de sinais de dor.**



Ação anti-inflamatória

O CBD e outros canabinoides como o CBG (canabigerol)¹⁰ atuam sobre os receptores CB2 (presentes em células imunológicas), reduzindo a liberação de citocinas pró-inflamatórias.

Isso é especialmente útil em condições como artrite reumatoide, fibromialgia e dor neuropática.

Neuroproteção e regeneração nervosa

Em dores neuropáticas, como diabetes, esclerose múltipla, neuralgia pós-herpética, a cannabis pode ajudar a reduzir a hiperexcitabilidade dos neurônios, diminuindo a sensação de queimação ou formigamento.¹¹



Melhora do Sono e do Humor

A dor crônica muitas vezes causa ansiedade, depressão e insônia, agravando a percepção dolorosa. O THC e o CBD ajudam a:

- Induzir relaxamento (THC em doses baixas).
- Reduzir a ansiedade (CBD).
- Melhorar a qualidade do sono, quebrando o ciclo dor-insônia.



A close-up photograph of a woman with long, wavy blonde hair. She is wearing a white t-shirt under a light-colored, possibly beige, jacket. She is holding a black smartphone in her left hand and a black handheld microphone in her right hand. The background is blurred, suggesting an indoor setting. The text 'Relato dos pacientes' is overlaid in white on the lower left side of the image.

Relato dos pacientes

Muitas pessoas, inclusive brasileiros, já destacaram os benefícios da cannabis medicinal no tratamento de dores como um divisor de águas. Inclusive, muitas delas só utilizam a cannabis como remédio.

Como por exemplo, a história da Natália Azeredo, de 40 anos.¹² Ela precisou conviver durante muito tempo com dores por todo o corpo. Além do diagnóstico de fibromialgia, também teve problemas graves na coluna que resultaram em quatro cirurgias.

A cannabis foi indicada por uma amiga que também sofria com dores crônicas. Natália conta que não pensou duas vezes e resolveu tentar também.



“A caixa de antidepressivo continua fechada. Os medicamentos para dor estão ali fechados, não tomo mais ansiolíticos. (...) Eu não tomo mais analgésico, pois não sinto mais como antes.

Os níveis de dores que eu sinto hoje, elas são repelidas pelo que realmente elas deveriam ser”, conclui. **Dos 12 remédios que utilizava, hoje só utiliza a cannabis medicinal.**

Quem também viu a sua vida ser mudada da água para o vinho foi a dona Rosangela Garcia, de 62 anos.¹³ Moradora de Rio Verde, em Goiás, sofria com muitas dores no corpo, além da insônia. As atividades do dia a dia eram cada vez mais complicadas, dificultando a realização de sua profissão como diarista.



Com indicação médica, há três anos Rosângela usa o óleo de canabidiol e conta que ganhou qualidade de vida.

“A dor me atrapalhava em tudo. Hoje em dia, eu trabalho e não sinto mais as dores que eu sentia. Melhorou muito minha rotina, a minha vida. Como eu trabalho com tarefas domésticas, eu sentia muitas dores constantemente. Eu não aguentava nem movimentar meus braços para cima. Sentia muita dor no nervo ciático, mas, graças a Deus, estou muito bem.” Afirma Garcia.

Além das dores crônicas pelo corpo, a diarista conta que passava noites sem dormir. “Eu não dormia. Eu tinha insônia, muita dor nos braços, dor nas pernas, além do estresse. Hoje em dia, eu não sofro mais e estou mais calma. Para mim, foi ótimo.”



A woman with dark hair, wearing a white lab coat over a light-colored shirt, is shown in profile, looking intently at a small brown glass bottle. She is holding the bottle with her right hand, and a white pipette is positioned above it, dispensing a liquid. The background is a blurred laboratory setting with white shelves. The entire image is framed by a solid orange border.

**Evidências
científicas**

Há centenas de estudos que destacam os benefícios da cannabis para o tratamento da dor crônica. Eles evidenciam **melhoras de forma segura e com pouco ou nenhum efeito colateral**, em comparação com medicamentos tradicionais.

Um exemplo disso é uma revisão publicada em novembro de 2024¹⁴ sobre dor neuropática. **O tratamento com canabinoides ofereceu alívio significativo da dor crônica com efeitos colaterais mínimos ou inexistentes.**

Os autores também concluíram que os produtos derivados da planta forneceram aos pacientes uma “alternativa transformadora” aos produtos farmacêuticos convencionais.



Ou então, uma pesquisa feita no Canadá em 2022 ¹⁵, que mostrou que os produtos à base de **cannabis com proporções semelhantes de CBD e THC podem reduzir dores causadas por câncer**.

A pesquisa realizada na Universidade de McGill, em Montreal, mostrou que a cannabis pode ser uma opção satisfatória quando os tratamentos com drogas convencionais não mostram resultados.

“Nossos dados sugerem um papel para a cannabis medicinal como uma opção segura e complementar de tratamento em pacientes com câncer que não conseguem alcançar o alívio adequado da dor por meio de analgésicos convencionais, como os opioides”, destacam em nota.



Outra descoberta sobre a planta, foi o seu poder de reduzir o uso de opioides consideravelmente, segundo um estudo¹⁶ realizado na Faculdade de Medicina da Universidade de Michigan, nos Estados Unidos. Dos pacientes que participaram da pesquisa, 64% relataram uma redução nas drogas pesadas para a dor.

45% dos participantes ainda acrescentaram uma melhora na qualidade de vida, pelos poucos efeitos colaterais e diminuição dos efeitos internos causados por outros medicamentos.

Outro estudo realizado em Israel¹⁷, agora com 397 pacientes, testaram o tratamento alternativo por seis meses. Logo após o início, as melhoras já foram significativas, 50% relataram uma redução na dor.



A photograph of a man with a beard and mustache, wearing a grey t-shirt, sleeping peacefully on his back in a bed. His eyes are closed, and his expression is relaxed. In the background, a white electric fan is visible on the left, and a guitar is leaning against the wall on the right. The room is dimly lit, with light coming from a window behind the man. The overall mood is calm and serene.

Efeitos Colaterais

Assim como em vários outros tratamentos, a cannabis medicinal também possui efeitos colaterais. Embora não sejam perigosos e bem tolerados, é importante ficar atento e ser acompanhado por um médico durante todo o tratamento.

A intensidade e a frequência desses efeitos variam conforme a dose, a formulação, a via de administração e a sensibilidade individual. Abaixo estão os possíveis efeitos colaterais associados ao uso desses medicamentos:

Efeitos colaterais comuns:

CBD (Canabidiol):

- Fadiga ou sonolência.
- Alterações no apetite (aumento ou diminuição).
- Diarreia ou desconforto gastrointestinal.
- Boca seca.
- Tontura.
- Alterações no humor (em alguns casos).

THC (Tetrahidrocanabinol):

- Euforia ou sensação de "barato".
- Ansiedade ou paranoia (especialmente em doses mais altas).
- Boca seca.
- Olhos vermelhos.
- Aumento da frequência cardíaca (taquicardia).
- Coordenação motora reduzida.
- Dificuldade de concentração ou memória de curto prazo.



The image features two identical dark amber glass bottles with black rubber bulb droppers and ribbed black caps. They are positioned on a wooden surface. Behind the bottles are several large, vibrant green cannabis leaves with serrated edges. The background is softly blurred, showing hints of a wooden structure. The entire scene is framed by a solid orange-red border.

**Onde
comprar**

Antes de tudo, é importante ressaltar que qualquer produto feito com a cannabis precisa ser prescrito por um médico ou cirurgião dentista, que inclusive, poderá indicar o melhor produto para cada condição. Há duas formas regulamentadas de comprar no Brasil:

Farmácias: Atualmente, a Anvisa já aprovou a venda de vários óleos de cannabis nas drogarias. Mas aqui, é necessário ter uma receita de controle especial azul ou amarela.

Importação: Através da importação, o paciente também precisará de uma receita, mas aqui pode ser a prescrição simples. Ela valerá um total de seis meses e poderá ser usada novamente. Contudo, é necessário que o paciente tenha uma autorização de importação emitida no site da Anvisa.



A Cannalize tem uma parceria com a Cannect, o maior ecossistema de cannabis medicinal da América Latina, com um portfólio com centenas de produtos à base de cannabis.

Além de um suporte personalizado que poderá tirar todas as suas dúvidas, a Cannect também possui um atendimento continuado gratuito, que vai acompanhar o paciente em todo o tratamento.

Caso precise de ajuda, há uma equipe preparada que poderá esclarecer todas as suas dúvidas. Além de cuidar de todo o processo burocrático para o produto chegar até você.



Atendimento Cannect

Para conferir, basta entrar em contato.
Tire as suas **dúvidas** e **agende sua consulta**.



Referências

1. O que é Dor?

https://www.sbed.org/materias.php?cd_secao=76#:~:text=%E2%80%9CDOR%20%2D%20Experi%C3%Aancia%20sensitiva%20e%20emocional,atrav%C3%A9s%20das%20suas%20experi%C3%Aancias%20anteriores.%E2%80%9D

2. Assessment of pain: types, mechanism and treatment

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25000833/>

3. Terminology – International Association for the Study of Pain

<https://www.iasp-pain.org/resources/terminology/>

4. Mindfulness Meditation and Placebo Modulate Distinct Multivariate Neural Signatures to Reduce Pain

[https://www.biologicalpsychiatryjournal.com/article/S0006-3223\(24\)01556-7/abstract](https://www.biologicalpsychiatryjournal.com/article/S0006-3223(24)01556-7/abstract)

5. History of cannabis and its preparations in saga, science, and sobriquet

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17712811/>

6. Maioria dos brasileiros usam cannabis para dores crônicas

<https://cannalize.com.br/brasileiros-dores-cronicas-cannabis-pesquisa/>

7. Sistema endocanabinoide: funções e influência da cannabis

<https://cannalize.com.br/sistema-endocanabinoide-o-que-e-como-funciona/>

8. Canabinoide: o que é, efeitos e benefícios

<https://cannalize.com.br/canabinoides-o-que-sao-efeitos-e-beneficios/>

Referências

9. Canabidiol: O que é, Efeitos, Benefícios e Consumo

<https://cannalize.com.br/cbd-canabidiol-para-que-serve-como-comprar-tomar/>

10. CBG (canabigerol): O que é e para que serve?

<https://cannalize.com.br/cbg-o-que-e-para-que-serve/>

11. Sativex® improves pain control in patients with unresponsive and persistent neuropathic pain

<https://www.nature.com/articles/ncpneuro0689>

12. 'A caixa de remédios continua fechada', diz paciente com dores crônicas

<https://cannalize.com.br/paciente-com-dores-cronicas-cannabis/>

13. "Eu não dormia e sentia dores horríveis, mas o CBD me deu qualidade de vida", afirma diarista

<https://cannalize.com.br/eu-nao-dormia-e-sentia-dores-horriveis-mas-o-cbd-me-deu-qualidade-de-vida-afirma-diarista/>

14. Cannabinoids as a Natural Alternative for the Management of Neuropathic Pain: A Systematic Review of Randomized Placebo-Controlled Trials

<https://www.cureus.com/articles/297124-cannabinoids-as-a-natural-alternative-for-the-management-of-neuropathic-pain-a-systematic-review-of-randomized-placebo-controlled-trials#!/>

15. Medical cannabis is effective for cancer-related pain: Quebec Cannabis Registry results

<https://spcare.bmj.com/content/13/e3/e1285>

Referências

16. Medical Cannabis Use Is Associated With Decreased Opiate Medication Use in a Retrospective Cross-Sectional Survey of Patients With Chronic Pain

[https://www.jpain.org/article/S1526-5900\(16\)00567-8/fulltext](https://www.jpain.org/article/S1526-5900(16)00567-8/fulltext)

17. Safety and Efficacy of Medical Cannabis in Fibromyalgia

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6616435/>



cannalize.com.br