



Humor para dor crônica: o que propomos

A cada mês por 4 meses, um novo [ebook](#) contendo mais de 30 cartuns estará acessível no blog. Todos eles são relacionados à vivência de pacientes com dor crônica em contato com o sistema de saúde que supostamente cuida dele(a)s (ex.: atendimento médico, exames de imagem, comportamento dos pacientes etc.). Todos visam educar as pessoas em dor. Humor e dor crônica? Veja as minhas razões aqui.

“Dor é o que o mundo inflige a nós. O sofrimento é a nossa reação emocional quando deixamos de fazer a difícil escolha consciente de escolher a Alegria.”

Jonathan Lockwood Huie

[Noutro post](#) eu mostrei o que cientistas no país da Rainha (“Oh, dear!”) estão fazendo para legitimar o uso de cartuns na educação em dor. Nesse post vou apresentar o que este blog irá fazer por aqui.

Os sete cartuns acima estão disponíveis no blog - gratuitamente, relaxe! - para o profissional da saúde se conectar com seus pacientes com dor crônica em relação a algum tema associado a atendimento médico, diagnóstico, tratamento, medicação... E pode servir também para um

paciente se conectar com o seu médico, osteopata, ou fisioterapeuta, para ventilar temas delicados, que formalmente seria chato abordar.

“Comer palavras nunca me deu indigestão.”

Winston Churchill

No fim da linha, o que se busca é melhorar a informação e a comunicação entre as partes visando reduzir o estresse provocado pela falta de informação sobre “o que há com o corpo da gente”, ou simplesmente pelo mau atendimento, seja na Sala de Espera, ou na própria consulta médica.



Você já esperou 30, 40, 50 minutos para ser atendido (com hora marcada) e depois nada de ouvir um fugaz pedido de desculpa? E engoliu calado(a)? E acha que isso não agravou a dor que sentia no momento? Informe-se, porque coisas do tipo, sim, estressam... e o estresse agrava a dor. E se o seu médico, fisioterapeuta, osteopata... ainda não se apercebeu disso, você pode usar um cartum para lembrá-lo. Se ele for inteligente, até agradece.



A cada mês por 4 meses, um novo [ebook](#) contendo mais de 30 cartuns estará acessível no blog. Todos eles são relacionados à vivência de pacientes com dor crônica em contato com o sistema de saúde que supostamente cuida dele(a)s (ex.: atendimento médico, exames de imagem, comportamento dos pacientes etc.). Todos visam educar as pessoas em dor. Todos podem ser usados por profissionais da saúde para educar seus pacientes em dor. É só mostrar o cartum, dar risada (ou chorar) e entabular uma conversa que pode fomentar união e ensinar algo de valor para o paciente autogerenciar sua condição crônica.

O que pode acontecer?

Zero aceitação – ou quase. Cá entre nós, não me surpreenderia. (“Onde já se viu, eu – um réles paciente – me atrever a chamar a atenção de um médico!?”)

Um fracasso, então? Nada disso. Veja o meu ponto de vista.

Digamos que em 100 profissionais da saúde, 50 achem os cartuns, sem graça, outros 77 não os considerem úteis para comunicar coisa alguma aos pacientes, e 27 até os percebam como ofensivos (para a classe médica, para quem tem dor, para o Papa ou o Capeta, tanto faz). Pior ainda, 50 desses profissionais padecem de *burnout* (um dado estatístico comprovado) e 99 não têm tempo para dedicar a essa besteira da educação em dor (dado ainda não comprovado, mas empiricamente perceptível).

O que sobrou? Apenas um profissional da saúde... um, unzinho que seja, no entanto, irá clicar [aqui](#)... e em 30 segundos terá dito ao seu paciente que sim, que se importa como ele(a) está se sentindo. Isso já vale o esforço.