

ENFERMAGEM E MEDICINA TRADICIONAL CHINESA: AVALIAÇÃO DOS EFEITOS DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR EM GESTANTES UTILIZANDO A ESCALA VISUAL ANALÓGICA DE DOR

Autor (1): Eveliny Silva Martins; Co-autores: Diego Jorge Maia Lima; Nicolau da Costa; Tyane Mayara Ferreira de Oliveira; Orientadora: Ana Karina Bezerra Pinheiro.

Universidade Federal do Ceará. E-mail: evelinymartins@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO: Na coluna vertebral se desencadeia um dos sintomas mais incapacitantes em um indivíduo: a dor lombar (DL). Essa afecção é mais comum no sexo feminino e se apresenta como uma vilã para mulheres no período gestacional (GALLO-PADILLA *et al.*, 2015). Considerando que mais de dois terços das gestantes têm DL, ela é considerada o desconforto mais comum na gravidez (GALLO-PADILLA *et al.*, 2015; SILVA; NAKAMURA; CORDEIRO *et al.* 2010) e se apresenta mais frequentemente no terceiro trimestre gestacional (WEDENBERG, MOEN, NORLING, 2000). Pesquisa no Brasil verificou alta prevalência de DL nas gestantes, pois 93% relataram presença de dor (GOMES *et al.*, 2013). Em pesquisa observacional realizada em São Paulo com 203 gestantes, 162 (79,8%) mulheres relataram dor em alguma região da coluna/pelve, sendo a lombar referida por 130 (80,8%) (MARTINS; SILVA, 2005). A DL relacionada à gravidez ganhou mais importância devido ao acometimento e impacto sob a qualidade de vida (QV) da gestante, podendo incapacitar e limitar atividades diárias, causando impactos na produtividade, não devendo ser ignorada sem tratamento (KATONIS *et al.*, 2011). O tratamento da DL na gravidez é mais complexo, minucioso e delicado, tendo em vista as limitadas opções terapêuticas, justamente pelas implicações para a mãe e para o feto (GALLO-PADILLA *et al.*, 2015). Uma forma de terapia para DL durante a gravidez é a acupuntura, que pode ser eficaz na redução dos sintomas e, consequente melhoria da QV de gestantes, podendo aliviar a dor, em comparação com os cuidados habituais (GALLO-PADILLA *et al.*, 2015; SILVA; NAKAMURA; CORDEIRO *et al.* 2010). O termo acupuntura deriva do latim: acus= agulha, e punctura = picar, sendo uma antiga arte de curar e, até hoje, permanece sendo um campo aberto à pesquisa e conhecimentos. Esta técnica se baseia em todas as estruturas do organismo que devem estar em equilíbrio pela atuação das energias negativas e positivas, respectivamente, Yin e Yang. Se essas energias estiverem em harmonia, o

organismo estará saudável, entretanto, caso haja um desequilíbrio energético, as doenças se originam (WEN, 1985). A técnica estimula pontos que passam a harmonizar as energias e favorece o equilíbrio, alcançando resultados terapêuticos. A acupuntura é uma tecnologia de intervenção em saúde, da medicina tradicional chinesa (MTC), que pode ser utilizada de maneira isolada ou associada a outras terapias e envolve um conjunto de procedimentos baseados na estimulação de pontos anatômicos precisos do corpo, por meio da inserção de agulhas metálicas para auxiliar na promoção, manutenção e recuperação da saúde, assim como para prevenção de agravos e doenças (BRASIL, 2006). Existe ainda a auriculoacupuntura que é uma técnica de estimulação no ponto reflexo no pavilhão auricular para curar ou tratar doenças, pois existem relações fisiológicas entre o pavilhão auricular que correspondem às partes do corpo (OMS, 2002). A acupuntura é segura, simples, conveniente, tem poucas contraindicações, não tóxica e de reações adversas mínimas(10). Uma vez conhecendo e comprovando os benefícios da acupuntura em gestantes, enfermeiros poderão, se aptos, utilizá-la como um tratamento não farmacológico para alívio da DL, e ainda possibilitar cuidados qualificados para a promoção da saúde no pré-natal, a prevenção de complicações, bem-estar físico e emocional das gestantes. Objetivou-se avaliar os efeitos da acupuntura no tratamento da dor lombar em gestantes que se encontram no segundo e terceiro trimestre de gravidez, por meio da escala visual analógica de dor, de forma pareada.

METODOLOGIA: Estudo quase experimental, do tipo antes e depois, realizado com 56 gestantes com idade gestacional entre 14 e 37 semanas e queixa referida de dor lombar. Foram realizadas seis sessões de acupuntura, duas vezes por semana, com 30 minutos, cada uma, com a aplicação de pontos sistêmicos e auriculares, como: B57, B40; VB30; B23; B60; VG20; *Yintang* e pontos de auriculoterapia para DL: *Shemen*, lombar e ciático. Os critérios de inclusão obedecidos foram: gestantes no segundo e terceiro trimestre, com idade gestacional entre 14 a 37 semanas, que apresentassem DL, realizando PN de risco habitual e que tivessem disponibilidade de ir ao local do estudo duas vezes por semana. Foram definidos como critérios para exclusão: gestante apresentar alguma deficiência mental diagnosticada, problema de articulação da fala ou de audição; referir ter realizado tratamento para DL com acupuntura recentemente; ter utilizado analgésico nas últimas oito horas e/ou durante o tratamento; ter fobia de agulhas, presença de afecções clínicas ou obstétricas, lesão dermatológica ou ausência de um membro no local da aplicação; apresentar outras patologias de coluna anteriormente à gestação. Os critérios de descontinuidade foram: participante desejar não continuar mais na pesquisa após ter realizado a primeira sessão, apresentar reação desagradável que a gestante associasse ao tratamento, não retornar ao serviço ou não atender

ligações após intervalo de 20 dias da última sessão de tratamento, devido ao possível esquecimento da gestante relacionado melhora ou piora da dor, desde a última sessão; apresentar intercorrência clínica ou obstétrica; não concordar que sejam inseridas agulhas em algum ponto. Para avaliação da dor utilizou-se a Escala Analógica Visual. Para análise dos resultados, foram calculadas frequência absoluta e relativa para variáveis categóricas e média e desvio padrão para variáveis numéricas. Os testes utilizados para associação foram o de Wilcoxon, para medidas pareadas, e teste de McNemar. A pesquisa cumpriu com as recomendações éticas sobre pesquisas com seres humanos, preconizadas pelo Conselho Nacional de Saúde e o projeto foi aprovado pelo comitê de ética e pesquisa da Maternidade Escola Assis Chateaubriand, número 1.553.641. Foi solicitada a assinatura do termo de consentimento livre e esclarecido às participantes, sendo-lhes garantido o anonimato na divulgação das identidades e a liberdade de participar ou não do estudo. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A amostra de participantes foi composta, na maior parte, por gestantes na faixa etária de 20 a 29 anos, cor parda, tinham até o ensino médio, com renda de um a dois salários mínimos, donas de casa e viviam com companheiro. A maioria se encontrava em sua primeira gestação, estavam no terceiro trimestre e referiram sentir a dor desde o primeiro trimestre gestacional. Calculou-se de forma pareada a medição da dor semanalmente, por meio da escala analógica visual, para se ter uma noção mais detalhada dos efeitos da acupuntura de forma progressiva. Encontrou-se diferença significante nas medições iniciais e finais em todas as comparações ($p < 0,001$), da primeira para a segunda sessão, da segunda para quarta, da quarta para sexta e da primeira para a sexta sessão. Observa-se que a lombalgia, segundo a escala analógica, regrediu gradativamente, conforme o número de sessões, pois a média da dor diminuiu de 6,53 para 1,00, da primeira até a sexta sessão. Em estudo semelhante, os resultados evidenciam que a acupuntura foi eficaz para o alívio da DL em gestantes no terceiro trimestre, sendo avaliada pelas variáveis EVA, dentre outros, mostrou melhora significativa no grupo que recebeu tratamento com acupuntura, comparado ao grupo controle (QUIMELLI, 2005). Tais dados corroboram com outra pesquisa ao apontar que a acupuntura, dentre outras técnicas, alivia de forma considerável a dor lombar, em comparação com a atenção habitual (GALLO-PADILLA *et al.*, 2015). Acredita-se que a terapia de acupuntura realizada nas participantes do estudo, possibilitaram efeitos positivos relacionados ao alívio e bem estar na saúde, pois segundo Sabino e Grauer (2008), esse desconforto reflete em um impacto substancial na vida durante a gravidez, por apresentar intensidade e duração variáveis. Foi possível verificar que no momento das sessões de acupuntura houve poucos relatos de dor ou desconforto. Ao invés disso, as mulheres referiam espontaneamente sensações de

relaxamento e bem estar, antes, durante e depois da sessão. Tal fato pode estar atrelado à um conjunto de fatores associados à aplicação das agulhas, como: a tranquilidade da música ambiente, iluminação em penumbra e aroma com óleo agradável. Não houve eventos adversos graves relacionados à acupuntura. Efeitos passageiros locais, já esperados, como sonolência, leve ponto de sangramento, dor à picada, ardência, peso ou dormência, foram observados em algumas participantes. **CONCLUSÕES:** O estudo evidenciou que a técnica de acupuntura realizada em até seis sessões, proporcionou efeitos positivos favoráveis à saúde das participantes. Segundo a avaliação dos instrumentos utilizados para mensuração da dor, houve redução estatisticamente significativa na dor lombar das gestantes do segundo e terceiro trimestre gestacional logo a partir da segunda sessão e apresentou maior diminuição gradativa com os avançar do número de sessões, utilizando os acupontos B57, B40, B23, B60, VB30, VG20, *Yintang* e os pontos *Shemen*, lombar e ciático da auriculoterapia. Considera-se que esta técnica deve ser cada vez mais estudada no público de gestantes, por conseguir realizar a promoção da saúde de forma prazerosa, simples, conveniente, prática, sem riscos, relativamente barata e com bom custo benefício. Acredita-se que os profissionais de saúde possam rever a qualidade da assistência ao público obstétrico, por meio não só do tratamento medicamentoso, como também a partir do conhecimento de técnicas que contribuem de forma significativa a um cuidado integral e humanizado.

Palavras-Chave: Acupuntura. Gestante. Dor Lombar.

Referências bibliográficas:

BRASIL. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em Saúde. **Resolução CNS nº 466/12. Normas para pesquisa envolvendo seres humanos.** Brasília (DF): Ministério da Saúde, 2012^a.

GALLO-PADILLA, D. *et al.* Lumbalgia durante el embarazo. Abordaje multidisciplinar. **Semergen**, v. 42, n. 6, p. 59-64, 2016.

GOMES, M.R. de A. *et al.* Lumbalgia gestacional: prevalência e características clínicas em um grupo de gestantes. **Rev. dor**, v. 14, n. 2, p. 114-117, 2013.

KATONIS, P. *etal.* Pregnancy-related low back pain. **Hippokratia**, v.15, n.3, p.205-210, 2011.

MARTINS, R.F.; SILVA, J.L.P. Prevalência de dores nas costas na gestação. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, v. 51, n. 3, p. 144-147, 2005.

QUIMELLI, M.A. **Avaliação da acupuntura no tratamento de dores lombares em gestantes.** 2005. 83f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

WEDENBERG, K.; MOEN, B.; NORLING, A.A prospective randomized study comparing acupuncture with physiotherapy for low-back and pelvic pain in pregnancy. **Acta Obstet. Gynecol. Scand.**, v.79, n.5, p.331-335, 2000.

WEN, T.S. **Acupuntura Clássica Chinesa**. São Paulo: Cultrix, 1985.

World Health Organization. **Acupuncture: review and analysis of reports on controlled clinical trials**. Geneva: 2002.

