

Papel da Acupuntura no Alívio da Dor Lombar

PINHO MCV¹, LIMA RLA²

mariacarlap@uol.com.br, ceneaires@gmail.com

1. Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas (FMU-SP); Centro de Enfermagem Auricular - SP; 2. Universidade Paulista (UNIP-SP), Centro Neurocirúrgico do Crânio e da Coluna - SP

PALAVRAS-CHAVE: Acupuntura, Dor Lombar Aguda; Dor Lombar Crônica.

INTRODUÇÃO: Atualmente a dor é considerada o quinto sinal vital, juntamente com a frequência cardíaca, temperatura, pressão arterial e a frequência respiratória. A dor lombar é uma experiência biopsicossocial que, se não tratada de maneira adequada pode tornar-se crônica, levando o paciente a uma queda na produtividade e nas relações interpessoais. Estima-se que 85% das pessoas apresentem alguma experiência de dor na coluna vertebral, o que gera afastamento de suas atividades laborais, demandas no Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS), cirurgias e gastos para o poder público e privado. Neste sentido, a acupuntura, como uma técnica da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) é uma terapia adjuvante no tratamento de todos os tipos de dores, inclusive da dor lombar, e a sua atuação está relacionada principalmente ao agir no equilíbrio da energia do corpo. Assim, esta pesquisa teve como objetivo identificar, por meio da revisão bibliográfica a eficácia da acupuntura no tratamento da dor lombar aguda e da dor crônica agudizada.

METODOLOGIA: Realizou-se um estudo descritivo, de revisão bibliográfica. Após a pesquisa na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) utilizando as palavras-chave “acupuntura”, “dor lombar aguda” e “dor lombar crônica” e em inglês, “acupuncture”, “acute lumbar back pain” and “chronic lumbar back pain”, foram identificados 138 artigos, sendo lidos os títulos e resumos e excluídos 51 que não estavam na língua inglesa ou portuguesa, 63 que não relacionavam dor lombar e acupuntura (havia somente citações sobre o tema), 6 que estavam duplicados e 14 que estavam sem abstract, resultando em 4 artigos que foram lidos na íntegra. De posse destes dados, o estudo descritivo permitiu com que o leitor participasse das reflexões do protagonismo da acupuntura na melhora da dor lombar, considerando como informações principais: os autores, ano de publicação, tipo de estudo, objetivo e os resultados ou informações relevantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO: Os resultados mostraram que a acupuntura age como importante ferramenta no alívio das dores, com muitos benefícios e poucos riscos, reduzindo o tempo de internação e a quantidade de medicação utilizada, devolvendo os pacientes às suas rotinas de trabalho precocemente. Conclusão: A acupuntura como prática de tratamento de dor lombar está mais do que estabelecida e com resultados satisfatórios, podendo fazer parte do arsenal terapêutico, tanto nos casos agudos quanto nos crônicos.