

Lombalgia: Protocolo de Estudo para Pesquisa de Campo Qualitativa

REGINA GABELHERE CYPRIANO; ANGELA CHAVES REZENDE; MAURY MASSANI TANJI

Universidade Anhanguera de São Paulo

INTRODUÇÃO: A lombalgia é um distúrbio osteomuscular extremamente comum na população geral que gera dor na região da coluna lombar inferior. Segundo a Organização Mundial da Saúde, ela atinge de 80% a 90% da população em algum momento da vida. Na maioria das vezes, os quadros de lombalgia são inespecíficos e se resolvem espontaneamente. Pode ser aguda (surge repentinamente e tem sua duração menor que 3 semanas), subaguda (duração de 4 a 12 semanas) ou crônica (duração maior que 4 meses). A acupuntura representa atualmente uma opção terapêutica para dor lombar. Tem ação local e sistêmica, promovendo analgesia, relaxamento muscular e combate a inflamação. Em poucas sessões melhora o quadro de dor e contraturas. A nível central a acupuntura modula a liberação de neurotransmissores e hormônios neurais, liberando opióides endógenos. Dessa forma, a acupuntura não apenas alivia a dor, mas também harmoniza os distúrbios físicos e psicológicos por ela provocados. É um método seguro inclusive para idosos e gestantes, diminuindo a necessidade do uso de medicamentos, e pode ser usada a longo prazo como suplemento do tratamento ortopédico.

METODOLOGIA: no período de pesquisa, foram selecionados artigos publicados na PubMed, Scielo, Bireme, para compreensão do que se tem estudado recentemente acerca do assunto e, para a seleção de pontos o mais abrangente e preciso possível para aplicação nos voluntários, além de estudo nos livros clássicos da Medicina Chinesa. A pesquisa foi financiada pela FUNADESP (Fundação Nacional de Desenvolvimento do Ensino Superior Particular).

RESULTADO E DISCUSSÃO: os pontos selecionados foram: ID3, VG20, Yintang, B40, B57, VB34, VB39, B60, B62. Foram atendidos 22 voluntários no período de 08/03/2021 a 07/06/2021. 40,90% voluntários tiveram 100% de êxito no tratamento, 36,36% dos voluntários apresentaram, no total, melhora de 70% a 80% no quadro da dor. Os resultados obtidos nesse estudo comprovam a eficácia da acupuntura no manejo da dor em pacientes com lombalgia aguda e crônica, de causas distintas, além da melhora significativa da qualidade de vida desses pacientes, visto que, além da extinção total da dor em mais de 40% dos voluntários atendidos, e redução importante da dor em mais de 36% dos voluntários, comprova-se a eficiência sistêmica da acupuntura atuando, também, na qualidade do sono, do humor, da disposição, de dores secundárias e efeitos neurológicos.

CONCLUSÃO: houve melhora significativa em todos os voluntários quanto a qualidade de vida, disposição, qualidade do sono, clareza mental, força de vontade (motivação), amplitude de movimento. 22,72% voluntários não concluíram o estudo. Agradecimentos: agradecimento especial ao prof. Maury Tanji que confiou a nós esse lindo e relevante trabalho que auxiliou na qualidade de vida de todos que passaram por nós. Agradecemos, também, aos voluntários que confiaram suas vidas a nós.