



O USO DA AURICULOTERAPIA NA DIMINUIÇÃO DA DOR LOMBAR EM IDOSOS

Alêssa Rodrigues Chaves Barbosa¹ (IC) *, Roberta Reila Almeida Carvalho¹ (IC), Humberto de Sousa Fontoura¹ (PQ).

alessarcb16@gmail.com

Universidade Estadual de Goiás¹

Resumo: A dor lombar tem causas multifatoriais e é responsável por diminuição da capacidade produtiva e participação social. A auriculoterapia é um ramo da acupuntura que origina da Medicina Tradicional Chinesa e visa estimular pontos reflexos através da orelha para produzir efeitos benéficos no organismo como cura de doenças. O objetivo desse estudo foi verificar a eficácia da auriculoterapia na diminuição da dor lombar em idosos. Trata-se de um estudo experimental realizado com 30 idosos da UNATI/UEG que apresentavam dor lombar de qualquer origem e não realizavam outro tipo de tratamento. Foi aplicado o Questionário de Oswestry e Escala de Faces na primeira sessão e na última sessão para verificar o nível de dor e independência funcional antes e após a intervenção. As aplicações foram feitas durante 4 semanas. Os dados foram analisados pelo teste de normalidade de Shapiro-Wilk e, como não houve normalidade nos dados, foi utilizado o teste de Wilcoxon. Os resultados apresentados foram a diminuição da incapacidade funcional e limiar de dor de moderada para mínima. Neste estudo os resultados mostraram que a Auriculoterapia pode ser um método eficaz e coadjuvante no tratamento de lombalgia para adultos com idade superior a 60 anos.

Palavras-chave: Acupuntura Auricular. Lombalgia. Idosos.

Introdução

A coluna vertebral possui duas funções contrárias, suas principais características, que são a rigidez e a mobilidade. Mesmo a coluna lombar possuindo corpos vertebrais maiores que aumentam a capacidade de sustentação de carga e bem adaptados para a fixação dos grandes músculos do dorso, algumas pessoas acabam adquirindo a dor lombar que é um mecanismo protetor e ocorre sempre que



qualquer tecido for lesionado, fazendo com que o indivíduo reaja ao estímulo doloroso (CAILLIET, 1988; ROSSI; LEIVAS, 1997).

A dor lombar acomete aproximadamente 3 a 7% da população dos países ocidentais industrializados, esse comprometimento resulta em absenteísmo no trabalho, perda da capacidade produtiva e diminuição da participação social. As causas da dor são variadas, 80% são atribuídas a problemas dos tecidos moles, 10 % a doenças de disco, entre estes estão os prolapsos discais que acometem, principalmente indivíduos entre 20 e 45 anos (HERTLING; KESSLER, 2009).

Como opção de tratamento e prevenção da dor lombar, existe a acupuntura que é uma técnica milenar da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) que consiste na aplicação de agulhas ou moxas em determinados pontos corporais, alcançando, por meio do equilíbrio das energias (Yin e Yang), efeitos terapêuticos. Há relatos de que desde os primórdios utilizavam-se agulhas de pedra (Zhem Shih) no tratamento das mais diversas patologias, entretanto, esta é uma ciência que vem evoluindo a cada dia, surgindo, assim, novas técnicas e instrumentos para sua aplicação (WEN, 2006).

A auriculoterapia é um ramo da acupuntura que visa estimular pontos reflexos através da aplicação de agulhas ou sementes em pontos pré-selecionados no pavilhão auricular, promovendo a cura de doenças (WEN, 2006; JUNYING, WENQUAN e YONGPING, 1996).

O objetivo do presente estudo foi verificar a efetividade da técnica da auriculoterapia na dor lombar de qualquer origem em indivíduos adultos acima de 60 anos.

Material e Métodos

Foi realizado um estudo tipo experimental comparativo intragrupo com o intuito de verificar a efetividade da técnica auriculoterapia, na dor lombar de qualquer origem em indivíduos adultos acima de 60 anos. O estudo foi realizado na cidade de Goiânia na Universidade Estadual de Goiás Campus Goiânia – ESEFFEGO, com idosos que participavam de um programa de assistência a terceira idade (UNATI).



Os critérios de inclusão foram: Ser acometido (a) de lombalgia não específica, ter idade superior a 60 anos, participar e ser frequente na UNATI da UEG e aceitar voluntariamente participar da pesquisa mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. E como critério de exclusão tivemos: Estar em qualquer tratamento complementar para lombalgia, ter alergia à microporo ou agulhas de acupuntura auricular, estar gestante e recusar participar da pesquisa.

Para avaliação do perfil do participante foi utilizado a Ficha de identificação, que foi baseada nos objetivos, critérios de inclusão e exclusão da pesquisa, dados sócio-demográficos e possíveis causas do início dos sintomas.

Para avaliação da dor foi utilizado a Escala de faces (BRASIL,2003): que consiste em imagens de expressões faciais dispostas linearmente, sendo que à expressão de felicidade corresponde a classificação “Sem Dor” e à expressão de máxima tristeza corresponde a classificação “Dor Máxima”, o participante assinala o número que está denominado abaixo das faces.

Para a avaliação dos aspectos funcionais limitados pela dor foi utilizado a Escala de Oswestry (GHIZONI; ET AL, 2011) [The Oswestry Disability Index (ODI)] um instrumento ordinal, onde foram analisados 10 critérios com seis alternativas de resposta para cada critério. A contagem total varia de 0 a 100, sendo que zero corresponde à função normal e 100 indica grande incapacidade.

Para coleta de dados foram utilizados os seguintes equipamentos: uma pinça, algodão, álcool 70%, microporo cor da pele, tabletes com agulhas de auriculopuntura, caneta esferográfica e papel.

Para a realização das coletas de dados, dividimos em três fases a pesquisa: a primeira foi o convite, a qual realizamos por meio dos coordenadores da UNATI que convidaram somente os que relatavam dor lombar e eram assíduos. Na segunda fase foram explicados os objetivos e a importância dessa pesquisa, e esclarecida as dúvidas que surgiram sobre a mesma, incluindo os riscos do procedimento. E na mesma oportunidade quem se interessou em participar do estudo voluntariamente, assinou o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e preencheram também, a ficha de identificação. A terceira fase foi a orientação sobre a avaliação da dor, a qual foi realizada por meio da Escala de Faces (BRASIL, 2003) e Escala de Oswestry



(GHIZONI; ET AL, 2011) que foram aplicadas na primeira e na última sessão. Assim, dando início as aplicações da auriculoterapia, que foram marcadas com antecedência de acordo com a disponibilidade do participante.

As sessões ocorreram e uma sala da UEG-ESEFFEGO, onde os participantes estavam confortáveis, sem brincos na orelha para não atrapalharem a assepsia e sentados. Com um algodão enrolado na pinça e banhado no álcool 70%, foi realizado a assepsia. Uma massagem auricular foi feita antes da aplicação para preparar a orelha e então o protocolo foi administrado.

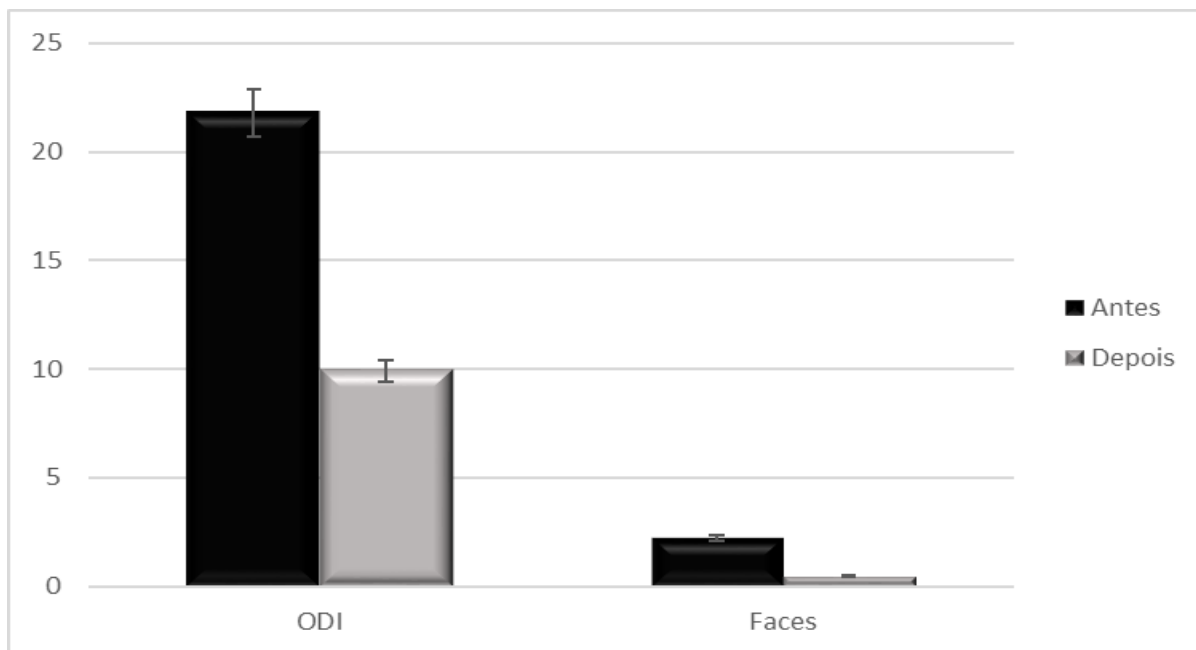
Primeiramente, para abrir o caminho dos outros pontos, foi aplicada a agulha, já fixada no microporo cortado conforme o tablete de agulhas, no ponto *Shen Men* e logo na sequência, Ciático, Fígado, Rim, Lombalgia I e II.

A análise estatística foi realizada primeiramente pelo teste de normalidade de Shapiro-Wilk e, como não houve normalidade nos dados, foi utilizado o teste de Wilcoxon.

Resultados e Discussão

A amostra foi composta por 29 mulheres e 1 homem, com idade média de 68 anos. A prevalência de independência funcional e de dor foi observado como moderada através do questionário de Owestry (ODI) e da escala de faces antes da intervenção. Após as 4 semanas de aplicação da auriculoterapia foi utilizado novamente o questionário e a escala e os resultados em relação a independência funcional e a dor passaram de moderada para mínima. Como se observa no gráfico abaixo.

Gráfico. Aplicação do questionário ODI e da Escala de Faces antes e após a intervenção



Observamos que no estudo de Tolentino (2016) houve resultados significativos para redução da dor lombar no grupo que recebeu a auriculoterapia em comparação com grupo controle, foram comparados os resultados com auriculoterapia com agulhas em um grupo de 8 pessoas e com sementes em grupo com 8 pessoas, o grupo controle foi composto por 6 pessoas com idade entre 18 a 60 anos durante 4 semanas consecutivas. No presente estudo, mesmo a terapia sendo aplicada em indivíduos com idade superior a 60 anos também foi verificado resultados significativos para diminuição da dor lombar.

Mehret et al (2010) compararam técnicas como a acupuntura auricular, craneoacupuntura de Yamamoto, eletroacupuntura e cinesioterapia em 4 grupos de 6 voluntários cada com idades entre 30 e 60 anos que realizaram um total de 10 sessões, observaram que acupuntura auricular obteve resultado significativamente maior na diminuição da dor lombar pelos valores de graduação de dor através da Escala Analógica Visual (EVA) e pelo Questionário Oswestry em relação as outras técnicas. Neste estudo também foi utilizado o Questionário de Oswestry comparando



a independência funcional antes das sessões de auriculoterapia e após as sessões e utilizamos a Escala de Faces para comparar a dor, obtivemos como resultado que a terapia foi eficaz reduzindo a dor e a incapacidade de moderada para mínima.

No entanto, no estudo de Carvalho et al (2015) foi comparado a auriculoterapia e acupuntura sistêmica no tratamento de lombalgia com os participantes divididos em 3 grupos sendo o grupo de acupuntura sistêmica com 5 pessoas e o grupo de auriculoterapia com 8 pessoas e um grupo controle com 8 pessoas com idades entre 31 e 40 anos durante dez sessões. Foi observado que as duas técnicas apresentaram diminuição na intensidade da dor sendo que, a acupuntura sistêmica obteve resposta mais eficaz em relação à auriculoterapia.

Silva e Silvério-Lopes (2010) compararam a analgesia para lombalgia e lombociatalgia com acupuntura sistêmica e auricular com voluntários sendo 5 homens e 5 mulheres com idades entre 25 e 60 anos divididos em dois grupos. Foi observada semelhança nos resultados entre as duas técnicas na diminuição da dor lombar, no entanto a acupuntura sistêmica resultou em uma melhora do índice de dor na terceira sessão e auriculoterapia a partir da quarta sessão. Em nosso estudo ao questionar os participantes sobre a melhora da dor a cada sessão obtivemos um relato subjetivo de melhora na primeira sessão em alguns casos e melhora na terceira sessão.

Em relação à qualidade de vida os participantes relataram melhora na qualidade de sono e diminuição da ansiedade.

Considerações Finais

Com o presente estudo observamos em um programa de assistência a terceira idade uma prevalência moderada de idosos com dor lombar, sendo em sua maioria mulheres compondo 99% da amostra da presente pesquisa com a média de idade de 68 anos. Verificamos neste grupo de idosos uma intensidade moderada de dor lombar e de independência funcional antes das sessões de Auriculoterapia, que ocorreram durante quatro semanas, sendo uma aplicação por semana mantida durante oito dias, ao decorrer desses dias as agulhas auriculares forneciam



estímulos contínuos que reduziam a dor, após esse período de aplicações averiguamos que a dor e a independência funcional caíram para uma intensidade mínima. Contudo concluímos que a Auriculoterapia uma técnica que compõe a Medicina Tradicional Chinesa é efetiva na redução da dor lombar em adultos acima de 60 anos.

Agradecimentos

Agradecemos aos idosos e a coordenação da UNATI. A coordenação da UEG – Câmpus Goiânia Eseffego e ao professor: Dr. Humberto de Sousa Fontoura.

Referências

BRASIL. Ministério da saúde. Direção-Geral da Saúde. **Circular normativa Nº 09/DGCGA**: Dor como 5º sinal vital. Registro sistemático da intensidade da Dor, 2003.

CAILLIET, R. **Lombalgias: síndromes dolorosas**. 3. ed. São Paulo: Manole, 1988.

CARVALHO, P. C.; OBA, M. V.; SILVA, L. C. M.; SCANDIUZZI, R. J.; SOARES, D. W.; ORNELA, R. G. Acupuntura no tratamento de dor lombar. **J Health Sci Inst**, v.33, n.4, p.333-338, 2015.

GHIZONI, F. M., SAKAE, T. M., FELIPPE, E. B. A., SOUZA, B. C., DANIELLI, L., PADÃO, D. L. Aplicação da Escala de Oswestry em pacientes com doença degenerativa da coluna lombar submetidos à artrodese. **Arquivos Catarinenses de medicina**, v. 40, n. 4, p. 09-14, 2011.

HERTLING, D.; KESSLER, R. M. Tratamento de distúrbios músculos esqueléticos comuns: princípios e métodos de fisioterapia. Barueri: Manole, 2009.

JUNYING, G.; WENQUAN, H.; YONGPING, S. **Selecionando os pontos certos de acupuntura: um manual de acupuntura**. São Paulo: Roca, 1996.

LIMA, M. P.; DA SILVA, M. I.; FOLETTO, Audrea Doglio. ACUPUNTURA NAS ONDAS DE CALOR. **Cadernos de Naturologia e Terapias Complementares**, v. 2, n. 2, p. 63-71, 2013.

MEHRET, M. O. C.; COLOMBO, C.G.; SILVERIO-LOPES, S. Estudo comparativo entre as técnicas de acupuntura auricular, craneoacupuntura de Yamamoto,



eletroacupuntura e cinesioterapia no tratamento da lombalgia crônica. **Rev Bras Terap e Saúde**, Curitiba, v.1, n.1, jul-dez, 2010.

ROSSI, J. D. M. B. A; LEIVAS, T. P. Estudo mecânico da coluna vertebral. In: BARROS FILHO, T. E. P.; BASILE JUNIOR, R. **Coluna vertebral: diagnóstico e tratamento das principais patologias**. São Paulo: Sarvier, 1995. p. 1-6.

SILVA, E.; SILVÉRIO-LOPES, S. Lombalgia e lombociatalgia - estudo comparativo da analgesia com acupuntura sistêmica e auricular. Curitiba, **FIEP-bulletin**, v. 80, p. 90-112, 2010.

TOLENTINO, F. **Efeito de um tratamento com auriculoterapia na dor, funcionalidade e mobilidade de adultos com dor lombar crônica**. Dissertação. Universidade Estadual Paulista, Instituto de Biociências de Rio Claro, Rio Claro, 2016.

WEN, T. S. **Manual terapêutico de acupuntura**. Barueri: Manole, 2008.