

Projeto de intervenção

Aluno: Ana Carolina Felix Rodrigues Dias

Tutor: Michele Peixoto Quevedo

Implantação da auriculoterapia como terapia complementar nos grupos de lombalgia crônica em Unidade Básica de Saúde

Introdução

As dores lombares, comuns na população de países industrializados, com prevalência estimada de 70%, atingem níveis epidêmicos na população geral. Cerca de 10 milhões de brasileiros ficam inabilitados em decorrência desta morbidade, sendo que 70 a 85% de todas as pessoas, sofrerão da coluna em alguma época da vida. (MASCARENHAS, 2011)

Os gastos em saúde contabilizados pelas organizações administradoras de saúde (HMO) norte-americanas, apontam que 84% dos recursos é direcionado para tratamento e recuperação e apenas 16% para prevenção dos agravos. Em estudo realizado no Brasil, os pacientes com problemas crônicos consumiram mais consultas médicas e internações hospitalares, comparados aos não portadores, em período de 12 meses. (ALMEIDA, 2002)

A fisioterapia é uma importante indicação para o tratamento da dor lombar crônica, de origem multifatorial e com altos índices de incidência. Entre os tratamentos Cinesioterapia, "Escola de Postura" e terapia comportamental parecem ser as intervenções mais promissoras para o tratamento da doença. (VAN DE ROER, 2004)

No estudo de Martinez e col. 2008 foi observada que a forma mais comum de tratamento das dores crônicas em unidade básica de saúde é a medicamentosa, com uso de analgésicos e anti-inflamatórios não hormonais. Além disso, baixa indicação de tratamentos não medicamentosos e de orientação de atividade física. O diagnóstico da dor musculoesqueléticas deve ser feita através de diagnóstico e anamnese precisos, com avaliação multiprofissional e com medidas medicamentosas e não medicamentosas.

As medicinas alternativas estão em fase de crescimento e vem ocupando espaço nos serviços de saúde, em diversas classes sociais. Presentes como forma de especulação, opção terapêutica ou objeto de estudo no meio científico. Nesta visão, o rompimento da harmonia e desequilíbrio de forças naturais e sobrenaturais resultam em doença, que se dá pela quebra da homeostase. (SOUSA, 2005)

A auriculoterapia, um dos tipos de tratamento das medicinas alternativas, significa "terapia pela aurícula", é uma técnica de diagnóstico e tratamento, em que o pavilhão auricular é estimulado. A orelha simboliza um feto de cabeça para baixo, sendo considerada uma zona reflexa com influencia em todo corpo. (SEROISKA, 2013)

O estímulo mais adequado nessa região é de natureza não invasiva, através do uso de sementes de mostarda, esferas metálicas, esferas de cristal, apongs, pastilhas de óxido de silício entre outros. (SEROISKA, 2013)

Nos estudos em que a auriculoterapia é utilizada, as principais patologias investigadas são cefaléia/ enxaqueca, DOR/LER, lombociatalgia, artrite/artrose, algias em ombro, fibromialgia e dismenorreia. Entre os estudos revisados 11% escolheram a lombociatalgia como foco de tratamento, e a eficácia média foi de 61% utilizando auriculoterapia como tratamento. (SEROISKA, 2013)

Neste estudo serão observados os benefícios da auriculoterapia para os pacientes com dor lombar crônica, que participam dos grupos de coluna na Unidade Básica de Saúde Jardim Nélia.

Objetivo Geral

Utilizar a auriculoterapia como terapia complementar nos grupos de coluna já existentes na Unidade de Saúde Jardim Nélia, Itaim Paulista/SP, visando melhora da dor e funcionalidade.

- Implementar a auriculoterapia como tratamento no grupo de coluna e comparar ao tratamento em grupo de coluna tradicional.
- Analisar a auriculoterapia como terapia, através de questionários para avaliação de dor e funcionalidade entre grupos de terapia tradicional e grupos terapia tradicional com inclusão de auriculoterapia.

Métodos

Local: Unidade Básica de Saúde(UBS) Jardim Nélia, Itaim Paulista/SP

Público Alvo: Pacientes da fisioterapia, com encaminhamento médico com diagnóstico de dor lombar, lombalgia e lombociatalgia, com duração maior há 12 semanas. **Participantes:** Fisioterapeuta que atua nos grupos de coluna da Atenção Primária a Saúde, na UBS Jardim Nélia.

Ações: Atualmente são realizados 6 grupos de coluna na Unidade com 8 participantes, com proposta de proteção articular e orientações posturais, exercícios de alongamento e fortalecimento da musculatura. Para intervenção com auriculoterapia, 3 destes grupos receberão aplicação de sementes de mostarda em pontos determinados para melhora da dor lombar, enquanto outros 3 permanecerão com tratamento tradicional.

As intervenções serão realizadas por quatro semanas de duração, sendo feito um encontro semanal. A escolha dos locais de aplicação seguiu a Escola Chinesa de Auriculoterapia, nos pontos: Shenmen, Rim, Simpático, Analgesia, Relaxamento Muscular, Coluna Lombar e Adrenal.(SEROISKA 2013).

O lado da orelha escolhido seguirá a lateralidade dos indivíduos, sendo alternadas as orelhas tratadas a cada semana, evitando saturação dos pontos de tratamento. Os sujeitos serão orientados a estimular esses pontos duas vezes ao dia, até a nova aplicação.

Avaliação/ Monitoramento: Para avaliação das variáveis dor e funcionalidade, dois instrumentos serão utilizados em todos os grupos, no primeiro encontro e novamente após quatro semanas de tratamento.

Para avaliação da intensidade da dor, será usada a Escala Visual Analógica (EVA), que consiste em uma linha reta, graduada por números, que indica nas extremidades ausência de dor, e na extremidade oposta a dor mais intensa possível. É um instrumento amplamente utilizado e confiável, baseada no relato do indivíduo.(MARTINEZ, 2011)

O questionário Roland Morris é um instrumento para avaliação da incapacidade em indivíduos portadores de dor lombar, composto por 24 itens voltados para atividades cotidianas, sendo escore 0 ausência de incapacidade e 24 incapacidade severa.(STEFANE, 2013)

Resultados Esperados:

A dor lombar muitas vezes leva o paciente a utilização de medicamentos, podendo gerar efeitos colaterais à curto ou longo prazo. Por isso a importância de pesquisar métodos alternativos no tratamento da lombalgia visto que a Auriculoterapia é uma técnica de custo baixo, simples aplicação e que não provoca efeitos colaterais.

A inserção das Práticas Integrativas Complementares no contexto da Atenção Primária a Saúde configuram uma ampliação do acesso e integralidade na oferta de saúde a população. A auriculoterapia é apenas uma das modalidades que pode ser utilizada. Ainda é uma experiência inicial que apontam tendência de benefícios a saúde, mas que dependem de maiores estudos e pesquisa para maior compreensão de seus efeitos.

Referências

- 1 Almeida MF, Barata RB, Montero CV, Silva ZP. Prevalência de doenças crônicas auto-referidas e utilização de serviços de saúde, PNAD/1998. *Ciência & Saúde Coletiva*, 7(4):743-756, 2002.
- 2 Lopes S, Seroiska M. Auriculoterapia para analgesia. Capítulo 1. 2013
- 3 Mascarenhas CH, Santos LS. Avaliação da dor e da capacidade funcional em indivíduos com lombalgia crônica. *J Health Sci Inst*. 2011;29(3):205-8
- 4 Martinez JE, Grassi DC, Maruques LG. Análise da aplicabilidade de três instrumentos de avaliação de dor em distintas unidades de atendimento: ambulatório, enfermaria e urgência. *Rev Bras Reumatol*. 299-308.2011.
- 5 Martinez JE, Santos BZC, Fasolin RP, et al. Perfil de pacientes com queixa de dor músculo-esquelética em unidade básica em Sorocaba. *Rev Bras Clin Med* 2008;6(5):167-71.
- 6 Sousa IMC, Vieira ALS. Serviços públicos de saúde e medicina alternativa. *Ciência & Saúde Coletiva* (255-266). 2005.
- Stefane T, Santos AM, Marinovic A, Hortense P. Dor lombar crônica: intensidade da dor, incapacidade e qualidade de vida. *Acta Paul enferm*. v 26, nº01.2013
- 7 Van der Roer N, Van Tulder MW, Barendse JM, van Mechelen W, Franken WK, Ooms AC, et al. Costeffectiveness of an intensive group training protocol compared to physiotherapy guideline care for sub-acute and chronic low back pain: design of a randomised controlled trial with an economic evaluation. *BMC Musculoskelet Disord*. 2004;5:45-51

