



## Acupuntura e gravidez: medicina oriental como aliada no tratamento de dor lombar

Acupuncture and pregnancy: oriental medicine as an ally in the treatment of low back pain

Eveliny Silva Martins<sup>1</sup>, Régia Christina Moura Barbosa Castro<sup>1</sup>, Lígia Maria Alves Rocha<sup>1</sup>, Ana Karina Bezerra Pinheiro<sup>1</sup>

**Objetivo:** identificar evidências científicas na literatura sobre o efeito da acupuntura para o alívio da dor lombar na gestação. **Métodos:** revisão integrativa de literatura. O levantamento bibliográfico incluiu artigos indexados no portal de seis bases de dados, utilizando palavras-chave controladas. **Resultados:** foram incluídos sete artigos publicados no idioma inglês. Os estudos, que utilizaram acupuntura para a lombalgia, obtiveram êxito na redução da dor, assim como aumento da mobilidade, melhoria do sono, sensação de bem-estar, aumento da capacidade para algumas atividades físicas e melhoria das reações emocionais das gestantes. **Conclusão:** a acupuntura contribuiu para a diminuição da lombalgia em gestantes, dentre outros benefícios, contribuindo para a promoção da saúde de forma prazerosa, simples, prática, sem riscos, barata e com bom custo benefício. **Descritores:** Acupuntura; Gestante; Enfermagem; Dor Lombar; Promoção da Saúde.

**Objective:** to identify scientific evidence in the literature on the effect of acupuncture for the relief of low back pain during pregnancy. **Methods:** this is an integrative literature review. The bibliographic survey included articles indexed in the portal of six databases, using controlled keywords. **Results:** seven articles published in English were included. The studies using acupuncture for low back pain have been successful in reducing pain, as well as increased mobility, improved sleep, a sense of well-being, increased capacity for some physical activities and improved emotional reactions of pregnant women. **Conclusion:** acupuncture contributed to the reduction of low back pain in the pregnant women, among other benefits, contributing to the promotion of health in a pleasurable, simple, practical, risk-free, cheap and cost-effective way. **Descriptors:** Acupuncture; Pregnant Women; Nursing; Low Back Pain; Health Promotion.

<sup>1</sup>Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil.

Autor correspondente: Eveliny Silva Martins  
Rua Alexandre Baraúna, 1115. Rodolfo Teófilo. CEP: 60430-160. Fortaleza, CE, Brasil. E-mail: evelinymartins@yahoo.com.br

## Introdução

A dor lombar é considerada o desconforto mais comum durante a gravidez<sup>(1-4)</sup> e se apresenta mais frequentemente no terceiro trimestre gestacional<sup>(5)</sup>. Em pesquisa recente no Brasil, foi verificada alta prevalência de lombalgia nas gestantes, relatada por 93,2% das mulheres<sup>(6)</sup>.

Para compreender os motivos que acarretam essa dor, ressalta-se que as alterações hormonais na gestação ocasionam modificações no corpo da mulher, principalmente no sistema musculoesquelético, assim como ocorre o crescimento excessivo do útero e das mamas, que impõe sobrecarga de peso à coluna e pelve e acentua sua curvatura com o crescimento uterino frontal, modificando a posição do sacro<sup>(7)</sup>.

A lombalgia pode interferir em diversos âmbitos na rotina das gestantes, como a realização das atividades domésticas e ocupacionais que, consequentemente, acarretam prejuízos na qualidade de vida dessas mulheres.

Para uma melhor compreensão da magnitude desse problema, pesquisa enfatiza uma incidência de 77,0% de dor lombar em gestantes, revelando um número considerável de mulheres que sofrem com este sintoma e, agravando esse quadro, sabe-se que no período gestacional o uso de medicamentos é sempre um risco<sup>(4)</sup>. Tais riscos podem ser considerados os efeitos teratogênicos impostos ao feto.

Para o alívio dessa dor em gestantes, atualmente existem opções de alguns medicamentos, utilizados de forma sistêmica, porém apresentam limitações. Estudos afirmam que o tratamento da dor lombar na gravidez é mais complexo, minucioso e delicado, tendo em vista as limitadas opções terapêuticas disponíveis, justamente pelas implicações para a mãe e para o feto. Contudo, um cuidado interdisciplinar e humanizado deve ser levado em consideração e, sempre que possível, considerar alternativas terapêuticas não farmacológicas para alívio dos sintomas<sup>(1)</sup>.

Uma forma de terapia para dor lombar durante a gravidez é a acupuntura<sup>(2)</sup>, que parece ser eficaz

na redução dos sintomas e, conseqüente melhoria da qualidade de vida de gestantes<sup>(4)</sup>, aliviando consideravelmente a dor em comparação com os cuidados habituais<sup>(1)</sup> e, sendo cada vez mais praticada nesse grupo de mulheres. Estudiosos revelam que o tratamento da dor, utilizando acupuntura, é fundamentado em resultados de um grande número de pesquisas de ensaios clínicos<sup>(5)</sup>.

A estimulação de pontos anatômicos precisos do corpo (acupontos) gera a liberação de neurotransmissores e outras substâncias, pelo sistema nervoso central, responsáveis pelo efeito de analgesia, restauração de funções orgânicas e manutenção da imunidade<sup>(8)</sup>, fornecendo o equilíbrio energético e proporcionando saúde física, mental, espiritual e emocional.

Para a Organização Mundial de Saúde, ao contrário de muitos outros métodos tradicionais de tratamento, a acupuntura é segura, quando realizada corretamente por um profissional habilitado, simples, conveniente, tem poucas contraindicações, é não tóxica e apresenta reações adversas mínimas<sup>(9)</sup>. Provavelmente por isso, é popular no tratamento da dor crônica em diversos países.

Pesquisas revelam que as gestantes apresentam uma sensação de bem-estar, após as primeiras sessões e alegam receber boa ou excelente ajuda para sua dor, pois o efeito da acupuntura sobre a dor lombar pode ser devido ao seu efeito analgésico e seguro<sup>(5)</sup>, melhorando a capacidade funcional e diminuindo o uso de analgésicos<sup>(4)</sup>.

Considera-se, portanto, que esta técnica deve ser estudada a fundo, sobretudo no que diz respeito ao número de sessões, viabilidade, pontos de acupuntura específicos para lombalgia em gestantes e atuação do enfermeiro nessa prática a fim de ampliar e divulgar o conhecimento e os benefícios desta técnica. Assim, contribui-se para a promoção da saúde e avanço da ciência da enfermagem por meio da atuação do enfermeiro, como o terapeuta que utiliza técnicas naturais, embasadas no equilíbrio das energias, para proporcionar alívio das dores principalmente no público mais necessitado, as gestantes.

Nessa perspectiva, objetivou-se identificar evidências científicas na literatura sobre o efeito da acupuntura para o alívio da dor lombar na gestação.

## Métodos

Esta pesquisa foi fundamentada na revisão integrativa, uma vez que esta estratégia sintetiza resultados de pesquisas anteriores mostrando conclusões da literatura sobre um fenômeno específico, permitindo, com seus dados resumidos e separados, a obtenção de resultados gerais sobre o problema de pesquisa, seguindo um processo sistemático e sumarizado da literatura<sup>(10)</sup>.

A construção desta revisão se deu em seis etapas distintas: 1. identificação do tema e seleção da hipótese ou questão de pesquisa; 2. estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos/ amostragem ou busca na literatura; 3. definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados/ categorização dos estudos; 4. avaliação dos estudos incluídos na revisão; 5. interpretação dos resultados; 6. apresentação da revisão/síntese do conhecimento<sup>(11)</sup>.

O levantamento bibliográfico incluiu os artigos indexados no portal de revistas *Scientific Electronic Library* (SCIELO), SCOPUS, Public Medline (PUBMED), Literatura Latino-Americana em Ciências de Saúde (LILACS), *Medical Literature Analysis and retrieval System On-line* (MEDLINE); *Cumulative Index to Nursing & Allied Health Literature* (CINAHAL).

Esse levantamento aconteceu no mês de janeiro de 2016 e foi norteado pelo seguinte questionamento: quais os efeitos da acupuntura no tratamento de dor lombar em gestantes? Os artigos foram considerados elegíveis se publicados em periódicos indexados nas bases citadas, por meio da utilização dos descritores controlados: Acupuntura; Gestantes; Dor lombar e *Acupuncture; Pregnant Women; Low back pain*.

Os critérios de inclusão dos artigos definidos foram: ser artigo de pesquisa completo, estar disponível eletronicamente, estar publicado nos idiomas

português, inglês ou espanhol, e retratar o uso da acupuntura na dor lombar de gestantes, sem restrição da data de publicação. Já os critérios de exclusão adotados foram: não adequação dos objetivos ao objeto do estudo; relatos de casos informais, capítulos de livros, artigos de reflexão, dissertações, teses, reportagens, editoriais de jornais não científicos e estudos com impossibilidade de acesso.

Após a inclusão dos três descritores e utilizando o operador booleano AND, encontrou-se um total de 378 artigos nas bases de dados, exceto na LILACS e SCIELO. Destes, 352 artigos não abordavam a temática desejada, três não estavam disponíveis, 12 eram repetidos e quatro entraram nos critérios de inclusão. Como resultado desta análise, a amostra final compreendeu sete artigos.

Para análise dos artigos utilizou-se um instrumento de coleta de dados, contemplando as informações quanto à base de dados, ano de publicação, tipo de estudo, formação do autor, país, idioma, objetivo geral, amostra de participantes, idade gestacional, bem como os instrumentos utilizados, pontos de acupuntura, tempo e principais resultados encontrados. A análise dos dados ocorreu mediante leitura aprofundada do conteúdo.

## Resultados

Para uma melhor compreensão dos estudos incluídos, a Figura 1 mostra os detalhamentos dos estudos. Observou-se que os artigos foram produzidos a partir do ano 2000 e as últimas publicações foram em 2010. Os artigos estão apresentados segundo as características metodológicas e origem das publicações.

Com relação ao tipo de estudo, a maioria das pesquisas encontradas foram categorizadas como estudos quantitativos, exceto uma (02) que avalia aspectos tanto quanti como qualitativos. Dos sete estudos que foram incluídos, quatro eram prospectivos, dois ensaios clínicos e um transversal.

Ao analisar a formação profissional dos autores, observou-se que a maioria dos artigos foi de-

envolvida por profissionais médicos (6), apenas um dos artigos teve autoria de profissionais enfermeiros. Observa-se que um artigo foi produzido no Brasil, dois nos Estados Unidos e quatro na Suécia. Destaca-se que todas as pesquisas foram publicadas no idioma inglês.

A Figura 2 reporta os objetivos, amostra de participantes e se houve a utilização de instrumentos que avaliem a dor dos artigos incluídos.

A partir da análise dos objetivos dos estudos incluídos observou-se que mais da metade deles (4, 6, 7, 1) tinham a finalidade de investigar os efeitos da acupuntura sistêmica na dor lombar de gestantes, um artigo (3) avaliou a acupuntura auricular como tratamento da lombalgia, outro (2) objetivou também ouvir as gestantes que usaram acupuntura, e o último (7) identificou os métodos de medicina complementar alternativa para alívio da dor, dentre eles a acupuntura.

A análise dos instrumentos revela que a maioria dos artigos (4, 2, 3, 6, 7) utilizou a escala visual analógica de dor para mensurar a evolução/piora da algia lombar, antes ou após o tratamento com acupuntura.

Percebe-se que todos os estudos foram realizados com um quantitativo mínimo de 40 participantes e máximo de 950. Em relação à idade gestacional das participantes dos artigos encontrados, observa-se que todos foram realizados em mulheres com a mínima de 15 e máxima de 38 semanas, inferindo-se que a dor lombar passa a acometer a gestante após o segundo trimestre e perdura até o terceiro trimestre gestacional.

A Figura 3 mostra os dados referentes aos pontos de acupuntura utilizados, o tempo de permanência das agulhas e os principais resultados na dor lombar de gestantes.

A partir da análise dos artigos incluídos, inferiu-se que quase todos os estudos encontrados (4, 3, 6, 7, 1) tiveram a preocupação em descrever os pontos de acupuntura utilizados para o tratamento da lombalgia e os demais estudos não explanaram essa informação nos métodos, tornando difícil a absoluta compreensão de como atingiram os resultados objetivados.

Em relação ao tempo de permanência das agulhas durante a sessão de acupuntura, três estudos (4, 2, 7) utilizaram por um período de 30 minutos, um (6) por 25 minutos, um (6) manipulou até a chegada do *Dechi*, repetindo após 30-60s, retirando logo em seguida, e o outro (3) deixou por uma semana, pois se tratava de uma auriculoacupuntura. O número de sessões para o tratamento da dor lombar foi de oito (2, 6), dez (4, 7) e doze (4) vezes. Dois artigos não constavam essa informação e um realizou um tratamento único de uma semana.

Dessa forma, observou-se que todos os artigos encontrados que utilizaram terapia por acupuntura para a lombalgia obtiveram êxito na redução da dor e da sua intensidade, assim como aumento da mobilidade, melhoria do sono, sensação de bem-estar, aumento da capacidade para algumas atividades físicas e melhoria das reações emocionais.

Estudo	Base de Dados	Ano	Delineamento do estudo	Formação do autor	País	Idioma
1. Acupuncture for low back pain in pregnancy – a prospective, quasi- randomised, controlled study	Medline	2010	Prospectivo, controlado	Médico	Brasil	Inglês
2. Acupuncture treatment of pregnant women with low back and pelvic pain an intervention study	Medline	2010	Parte ensaio clínico e parte qualitativo	Enfermeiro	Suécia	Inglês
3. Auricular acupuncture as a treatment for pregnant women who have low back and posterior pelvic pain: a pilot study	Medline	2009	Ensaio clínico randomizado, controlado	Médico	Estados Unidos	Inglês
4. Decrease of pregnant women's pelvic pain after acupuncture: a randomized controlled single-blind study	Scopus	2006	Prospectivo e randomizado controlado	Médico	Suécia	Inglês
5. Complementary and alternative medicine for low-back pain in pregnancy: a cross-sectional survey	Medline	2005	Transversal	Médico	Estados Unidos	Inglês
6. Acupuncture relieves pelvic and low-back pain in late pregnancy	Medline	2004	Prospectivo, randomizado	Médico	Suécia	Inglês
7. A prospective randomized study comparing acupuncture with physiotherapy for low-back and pelvic pain in pregnancy	Medline	2000	Prospectivo, randomizado	Médico	Suécia	Inglês

**Figura 1** - Descrição dos estudos incluídos na revisão integrativa segundo a base de dados, ano de publicação, o delineamento, formação do autor, país e idioma

Estudo	Objetivos do estudo	nº de gestantes	Idade gestacional	Instrumentos
1	Investigar os efeitos da acupuntura em dor lombar e pélvica durante gravidez sob condições reais, em comparação com pacientes submetidos a tratamento convencional	79	<32s	Numerical Rating Scale (NRS)
2	Descrever a experiência das mulheres que usam tratamento de acupuntura para aliviar dor lombar e pélvica na semana 20 e 26 de gravidez	40	Média de 26s	Escala Visual Analógica (EVA); Pain-O-Meter (POM); Short Form McGill Questionnaire (SF-MPQ); Short Form-36 Health Survey Questionnaire (SF-36)
3	Verificar se uma semana de acupuntura auricular contínua poderia reduzir dor lombar e pélvica posterior associada com a gravidez	152	20 e 26s	Escala Visual Analógica (EVA) e Disability Rating Index (DRI)
4	Avaliar os efeitos de duas formas de estimulação de acupuntura diferentes (superficial e profunda) sobre a intensidade da dor lombar e pélvica no final da gravidez e alguns sintomas emocionais devido à condição de dor	70	18 a 35s	Escala Visual Analógica (EVA) e Nottingham Health Profile (NHP)
5	Identificar tratamentos comuns utilizados para dor lombar durante a gravidez	950	15 a 30s	-
6	Avaliar o efeito analgésico e possível efeito adverso da acupuntura para dor pélvica e lombar durante o último trimestre da gravidez	72	25 a 38s	Escala Visual Analógica (EVA)
7	Descrever os efeitos da acupuntura no tratamento de dor lombar e pélvica durante a gravidez e compará-lo com a fisioterapia	60	24 a 37s	Escala Visual Analógica (EVA) e Disability-Rating Index (DRI)

**Figura 2** - Distribuição dos estudos incluídos na revisão segundo seus objetivos, amostra de participantes, instrumentos que avaliem a dor e a idade gestacional

Estudo	Pontos	Tempo	Resultados
1	R3, ID3, B62, B40, TE5, VB30, VB41	Oito a 12 sessões- 25 minutos em cada	Alívio da dor lombar, aumento da capacidade para determinadas atividades diárias e melhora da qualidade de vida de mulheres grávidas
2	-	Oito sessões - 30 minutos em cada	A maioria das mulheres (80,0%) teve uma redução significativa da dor, melhor mobilidade e sono depois do tratamento de acupuntura. Melhoria significativa na saúde geral e função social
3	Auriculares: Rim, Analgesia e Shenmen	Uma semana - agulhas semipermanentes	As gestantes relataram significativamente menor intensidade da dor quando comparados com os outros grupos
4	B27, B28, B29, B31, B32, B54, R11, VC3, BP6, F2, IG4	10 sessões - 30 minutos em cada	Mudança na intensidade da dor durante as atividades diárias: a maioria das mulheres relatam níveis menores de dor, mudanças na intensidade da dor e nas reações emocionais
5	-	-	53,0% relatou uso de várias terapias alternativas antes da gravidez, incluindo a acupuntura. 60,0% das gestantes continuaram a usar medicina complementar e alternativa na gravidez e 61,7% aceitariam esse tratamento para lombalgia durante a gravidez
6	F3, VG20, B60, ID3, B22, B26 e pontos locais de dor	A manipulação da agulha foi parada com o <i>Dechi</i> , repetido após 30-60s e retirada	A intensidade da dor lombar diminuiu em 60,0% das gestantes no terceiro trimestre e a dor associada com várias atividades físicas diminuiu em 43,0%
7	B26, B30, B60, VC2, pontos locais de dor e auriculares	10 sessões - 30 minutos em cada	Os valores de escala visual e analógica eram significativamente reduzidos em comparação com os valores antes do tratamento. Houve alívio da dor e incapacidade, sensação de cansaço ou sonolência, além de sensação de bem-estar

**Figura 3** - Distribuição dos estudos incluídos na revisão integrativa sobre os pontos de acupuntura, o tempo e os principais resultados na dor lombar em gestantes

## Discussão

Este estudo apresenta como limitação a escassa quantidade de artigos publicados referentes ao tema em questão, por sua especificidade, bem como a desatualização, pois o último ano de publicação fora há quase seis anos. Vale ressaltar que a busca foi feita em seis bases de dados com acervos significantes de pesquisas científicas. Portanto, sugere-se a realização de novas pesquisas voltada para o público de gestantes.

É importante elucidar também que existem diversas publicações acerca dos efeitos/benefícios da terapia por acupuntura em diferentes populações, porém é pequena a quantidade de pesquisas desenvolvidas com o público de gestantes, principalmente as que apresentam dor lombar. Reforça-se que a lombalgia é uma das principais causas de dores que acometem as mulheres gestantes, merecendo maior destaque em investigações científicas e tecnológicas.

Poucos estudos sobre tratamento com acupuntura em gestantes com lombalgia e dor pélvica são publicados a nível nacional ou internacional<sup>(2)</sup>.

Dessa forma, é relevante investir em pesquisas que envolvam o tratamento de gestantes que sofrem com algias lombares, pois muitas delas consideram a dor como normal ou aceitável, além de serem informadas sobre limitados recursos terapêuticos. Assim, o intuito é de alertar e informar os profissionais de saúde que existem outras formas, como a acupuntura, de tratar essa dor e não apresentar riscos para mãe e feto, deixando de lado a ideia errônea de que é normal a gestante sentir dor lombar.

Devido à maioria dos artigos encontrados terem feito uso da escala visual analógica de dor, infere-se ser um instrumento confiável e bastante utilizado para este fim, provavelmente por sua facilidade na aplicabilidade, demandando pouco tempo para o preenchimento.

Dos pontos de acupuntura utilizados, todas manipularam o meridiano da bexiga (B), que quando estimulado, causa efeito analgésico na dor lombar, dentre outros benefícios<sup>(12)</sup>. Na acupuntura tradicio-

nal chinesa, uma das localizações do corpo em que esse meridiano passa é pela região dorsal e desce até a lombar. O excesso de energia no meridiano da bexiga pode causar dor na coluna vertebral e a insuficiência pode gerar em dores intercostais que irradiam para região lombar, além de outros efeitos<sup>(12)</sup>.

Outros meridianos em comuns foram encontrados nos artigos, como é o caso do rim (R), fígado (F), intestino delgado (ID) e vaso conceção (VC). Dois artigos também utilizaram pontos da acupuntura auricular e dois usaram pontos sintomáticos de dor, chamados pontos *ashi*, combinados ou sozinhos, para tratar a lombalgia nas gestantes.

Diferente do que alguns autores relatam, não existem pontos contraindicados na gravidez, e sim, a associação de pontos que tonificam ou dispersam energias e conseqüentemente suscitam um parto prematuro. Assim, todos os pontos podem ser indicados, principalmente quando há distúrbios na gravidez. É válido destacar que alguns autores fizeram associação de pontos de acupuntura que induzem ou favorecem o parto, como por exemplo: intestino grosso (IG)4 - baço pâncreas (BP)6 - VC3 e F3 - B60. Tal fato é tratado com imprudência na ação terapêutica com gestantes<sup>(13)</sup>.

Os demais pontos estimulados durante o tratamento foram considerados positivos, do ponto de vista a proporcionar efeitos específicos que podem diminuir a lombalgia, tonificar o rim, acalmar a mente, beneficiar os tendões e articulações e movimentar a energia/sangue, gerando assim, melhorias na saúde materna. Em suma, esses pontos isolados podem ser utilizados com cautela, porém o principal é ter atenção em não associar esses pontos no tratamento de gestantes.

A intensidade da dor lombar nas gestantes do terceiro trimestre, diminuiu em 60,0% das participantes do grupo da acupuntura sistêmica e em 14,0% no grupo de controle ( $p < 0,010$ )<sup>(14)</sup>.

Sabe-se que a lombalgia atinge frequentemente as gestantes, no entanto, a acupuntura se mostra útil para mulheres que apresentam períodos recorrentes ou excessivos de dor<sup>(2)</sup>. Encontrou-se que a realiza-

ção de auriculoterapia por uma semana em grávidas, favoreceu uma redução significativa da dor lombar de 80,0% das participantes no grupo da acupuntura, quando comparado com 56,0% no grupo da acupuntura simulada e 36,0% do grupo de controle<sup>(15)</sup>.

A técnica de acupuntura revela resultados terapêuticos positivos que contribuem para amenizar ou cessar o sofrimento causado pela dor lombar e, conseqüentemente, traz benefícios à rotina do dia a dia, na capacidade de realizar tarefas, e a saúde geral das gestantes.

As principais atividades que desencadeavam ou acentuavam a dor lombar nas gestantes, foram: deambular ou sentar, em 57,1% dos casos e 42,8% referiu que, ao se deitar, a dor diminuía. A frequência da dor foi referida por 52,3% das voluntárias como sendo de constante intensidade, surgindo mais comumente pela manhã em 19,1%<sup>(6)</sup>.

De acordo com resultados de pesquisa, algumas participantes que estavam na 20<sup>a</sup> e 26<sup>a</sup> semana de gravidez (grupos 1 e 2, respectivamente), relataram que foram capazes de trabalhar durante a gravidez, todavia, três mulheres do grupo 1 afirmaram que não conseguiriam se não fosse pelo tratamento de acupuntura que reduziu a dor lombar e melhorou a qualidade do sono<sup>(2)</sup>.

O tratamento para lombalgia em gestantes não apresentou eventos adversos graves relacionados à acupuntura<sup>(4,5,14-15)</sup>. No entanto, podem ocorrer sintomas como: dor local, calor, hematomas locais e fraqueza, relatados por 38,0% dos pacientes que receberam a acupuntura<sup>(14)</sup>.

Para corroborar com os dados acima, uma revisão sistemática realizada com 105 artigos sobre a segurança da acupuntura durante a gravidez encontrou que a maioria dos eventos adversos é leve e passageiro, sendo muito raros, os graves. A inserção de agulha foi o evento adverso leve mais comum, seguido por sangria. Os raros efeitos adversos graves encontrados foram todos avaliados como improváveis de terem sido ocasionados pelo tratamento de acupuntura<sup>(16)</sup>.

Encontrou-se que a terapia de acupuntura cau-

sou um alívio mais rápido e obteve melhor efeito sobre a restrição de funções em gestantes com lombalgia, do que a fisioterapia<sup>(5)</sup>. Ressalta-se ainda, que preocupações sobre tratamento farmacológico durante gravidez têm ajudado a aumentar o uso da acupuntura<sup>(16)</sup>.

É válido mencionar que nenhuma paciente do grupo da acupuntura, utilizou drogas analgésicas ( $p < 0,050$ )<sup>(14)</sup>, pois, se usada adequadamente, a terapia por acupuntura pode reduzir a necessidade de medicamentos<sup>(17)</sup>.

Esses resultados contribuem para alertar quanto à importância e necessidade dos profissionais, sobretudo o enfermeiro, que trabalham no pré-natal, conhecerem e se informarem acerca do tratamento com acupuntura e outras terapias alternativas nessa população, para que possam ampliar as opções de analgesia para dor lombar, dentre outras, diminuindo o uso de medicamentos, promovendo a saúde e o conseqüente conforto dessas mulheres.

Considera-se que esta técnica deve ser mais estudada neste público, por conseguir diminuir a dor, realizar a promoção da saúde de forma prazerosa, simples, conveniente, prática, sem riscos, relativamente barata e com bom custo benefício.

## Conclusão

Os efeitos desta terapia diminuíram a intensidade da dor, e beneficiaram as reações emocionais, mobilidade, sono, incapacidade, cansaço, além de proporcionarem sensação de bem-estar e melhoria da qualidade de vida das gestantes. Há uma variação na metodologia em relação aos pontos de acupuntura e tempo de sessões para o tratamento da dor lombar em gestantes, contudo, encontrou-se que muitas sessões foram necessárias para aliviar a dor lombar e um número ínfimo de artigos foi realizado por profissionais enfermeiros.

## Colaborações

Martins ES contribuiu na concepção e projeto

ou análise e interpretação dos dados, redação do artigo, revisão crítica relevante do conteúdo intelectual. Rocha LMA contribuiu para concepção e projeto, análise e interpretação dos dados. Pinheiro AKB e Castro RCMB contribuíram para redação do artigo ou revisão crítica relevante do conteúdo intelectual e aprovação final da versão a ser publicada.

## Referências

1. Gallo-Padilla D, Gallo-Padilla C, Gallo-Vallejo FJ, Gallo-Vallejo JL. Lumbalgia durante el embarazo. Abordaje multidisciplinar. *Semergen*. 2016; 42(6):59-64. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.semerg.2015.06.005>
2. Ekdahl L, Petersson K. Acupuncture treatment of pregnant women with low back and pelvic pain an intervention study. *Scand J Caring Sci*. 2010; 24(1):175-82. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1471-6712.2009.00704.x>
3. Katonis P, Kampouroglou A, Aggelopoulos A, Kakavelakis K, Lykoudis S, Makrigiannakis A, et al. Pregnancy-related low back pain. *Hippokratia* [Internet]. 2011 [cited 2017 Mar 30]; 15(3):205-10. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3306025/>
4. Silva ALP. O tratamento da ansiedade por intermédio da acupuntura: um estudo de caso. *Psicol Cienc Prof*. 2010; 30(1):200-11. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1414-98932010000100015>
5. 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*. 2000; 79(5):331-5. doi: <http://dx.doi.org/10.1034/j.1600-0412.2000.079005331.x>
6. Gomes MRA, Araújo RC, Lima AS, Pitangui ACR. Gestational low back pain: prevalence and clinical presentations in a group of pregnant women. *Rev Dor*. 2013;14(2):114-17. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S1806-00132013000200008>
7. Martins RF, Silva JLP. Prevalência de dores nas costas na gestação. *Rev Assoc Med Bras* [Internet]. 2005 [citado 2017 mar. 30]; 51(3):144-7. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ramb/v51n3/a14v51n3.pdf>
8. Ministério da Saúde (BR). Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde; 2006.
9. World Health Organization. Acupuncture: review and analysis of reports on controlled clinical trials. [Internet]. 2002 [cited 2017 Mar. 30]. Available from: [http://www.who.int/OtherArticles/acupuncture\\_WHO\\_full\\_report.pdf](http://www.who.int/OtherArticles/acupuncture_WHO_full_report.pdf)
10. Crossetti MGO. Revisão integrativa de pesquisa na enfermagem: o rigor científico que lhe é exigido [Editorial]. *Rev Gaúcha Enferm*. 2012; 33(2):8-9.
11. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm*. 2008; 17(4):758-64. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>
12. Dulcetti Júnior O. Pequeno tratado da acupuntura tradicional chinesa. São Paulo: Andrei; 2001.
13. Auteroche B, Navailh P. Acupuntura em ginecologia e obstetrícia. São Paulo: Andrei; 1985.
14. Kvorning N, Holmberg C, Grennert L, Aberg A, Akeson J. Acupuncture relieves pelvic and low-back pain in late pregnancy. *Acta Obstet Gynecol Scand*. 2004; 83(3):246-50. doi: <http://dx.doi.org/10.1111/j.0001-6349.2004.0215.x>
15. Wang SM, Dezinno P, Lin EC, Lin H, Yue JJ, Berman MR, et al. Auricular acupuncture as a treatment for pregnant women who have low back and posterior pelvic pain: a pilot study. *Am J Obstet Gynecol*. 2009; 201(3):e1-9. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.ajog.2009.04.028>
16. Park J, Sohn Y, White AR, Lee H. The safety of acupuncture during pregnancy: a systematic review. *Acupunct Med*. 2014; 32(3):257-66. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/acupmed-2013-010480>
17. Silva JBG da, Nakamura UM, Cordeiro JA, Júnior LK. Acupuncture for low back pain in pregnancy – a prospective, quasi-randomised, controlled study. *Acupunct Med*. 2010; 22(2):60-67. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/aim.22.2.60>