

ACUPUNTURA PARA TRATAMENTO DE DORES CRÔNICAS EM PROFISSIONAIS DE SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Fabricia Macedo Nassau*; Michelle Aparecida dos Santos Toneto**; Juliana Aparecida de Oliveira***

*Enfermeira. Especialista em Enfermagem do Trabalho, Acupuntura e Atenção Básica em Saúde.

**Enfermeira. Mestranda do Programa de Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador (PPGAT) UFU.

*** Enfermeira. Mestranda do Programa de Saúde Ambiental e Saúde do Trabalhador (PPGAT) UFU.

Introdução

A dor crônica é um grave problema de saúde pública, responsável por indescritíveis sofrimentos e perda de produtividade em todo o mundo, situando-se entre as dez principais razões de absenteísmo no trabalho (WHO, 2002). Trata-se de um relato de experiência, sobre um projeto que utilizou a técnica de acupuntura para melhorar a dor crônica e a qualidade de vida no trabalho de profissionais de saúde.

Metodologia

O projeto foi desenvolvido no ambulatório de Dor Crônica de um hospital público em Uberaba, no período de agosto de 2017 a agosto de 2018. O público-alvo eram os profissionais com queixas de dor crônica que faziam uso de analgésicos. O atendimento era feito por uma equipe multidisciplinar e depois o paciente era encaminhado para as sessões de acupuntura, que eram realizadas uma vez por semana, com duração média de 30 a 45 minutos. Durante a sessão era realizada massagem utilizando uma cadeira ergonômica para aliviar dores musculares. Na sessão de acupuntura eram estimulados os pontos específicos utilizando agulhas sistêmicas. Para manterem estimulados os pontos trabalhados na acupuntura sistêmica, eram colocadas agulhas semipermanentes, complementando ao término da sessão, com a técnica de auriculoterapia.

Referências

FURLAN, A. D., VAN TULDER, M. W., CHERKIN, D., TSUKAYAMA, H., LAO L., KOES, B. W., BERMAN, B. M. **Acupuncture and dry-needling for low back pain**. Cochrane Database of Systematic Reviews. 2005. Disponível em: <https://www.cochrane.org/CD001351/BACK_acupuncture-and-dry-needling-for-low-back-pain>. Acesso em 15/03/2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Relatório mundial da saúde** - Saúde mental: nova concepção, nova esperança. Lisboa, 2002. 207 p. Disponível em: <https://www.who.int/whr/2001/en/whr01_po.pdf>. Acesso em: 17/03/2020

Resultados

Cerca de 95% eram mulheres e as principais queixas eram fibromialgia, lombalgia e cervicálgia. Os pacientes relatavam melhora da dor a partir da segunda ou terceira sessão. Em torno de 5 a 6 semanas após o início do tratamento, os pacientes apresentavam melhora significativa da dor, possibilitando um espaçamento nas sessões. O uso das agulhas semipermanentes proporcionava um alívio da dor e melhora do edema na percepção dos pacientes. Os benefícios da acupuntura para tratamento das dores crônicas também foram evidenciados em um estudo conduzido por Furlan et al., 2005 onde a acupuntura aliviou a dor e melhorou a função imediatamente após o tratamento a curto prazo quando comparada a não tratamento.

Conclusão

Participar da condução do projeto foi uma oportunidade ímpar para o crescimento profissional dos autores. As melhoras na vida social e no trabalho dos profissionais foram perceptíveis. A busca por estratégias que visem a melhoria das condições de trabalho para profissionais com dor crônica deve ser estimulada nos diversos campos de atuação.