

## **O USO DE VENTOSATERAPIA NO CUIDADO DE ENFERMAGEM EM PACIENTES COM TENSÃO MUSCULAR: CONTRIBUIÇÕES PARA O ALÍVIO DA DOR E BEM-ESTAR FÍSICO**

Fernanda Guimarães Brito <sup>(1)</sup>

Isabela Batista Guimarães <sup>(2)</sup>

Daniele Pereira Ramos <sup>(3)</sup>

**INTRODUÇÃO:** A ventosaterapia é uma prática terapêutica integrativa originária da medicina tradicional chinesa, utilizada em diversas culturas ao longo da história. Essa técnica consiste na aplicação de copos de vidro, plástico ou bambu sobre a superfície da pele, em pontos específicos do corpo, com o objetivo de promover sucção por meio da criação de vácuo. Esse mecanismo favorece o aumento da circulação sanguínea local, podendo contribuir para o alívio de tensões musculares, redução de dores e promoção do bem-estar físico. Na assistência em saúde, a atuação do profissional de enfermagem nas Práticas Integrativas e Complementares (PICs) é de grande valia, desde que esteja devidamente capacitado e dentro das normativas vigentes. O desenvolvimento dessas práticas no cuidado contribui para uma abordagem mais holística e humanizada, ampliando as possibilidades terapêuticas e promovendo a integralidade da assistência ao pacientes. **OBJETIVOS:** Analisar e descrever a contribuição da ventosaterapia no cuidado da enfermagem, focando no alívio e bem-estar físico em pacientes com tensão muscular. **MATERIAIS E MÉTODOS:** Foi realizado um levantamento bibliográfico de pesquisa, por meio de uma busca exploratória nas plataformas digitais: Google Acadêmico, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Base de Dados em Enfermagem (BDENF). Foram utilizados os descritores: ventosaterapia, enfermagem, tensão muscular, bem-estar, práticas integrativas. Das publicações encontradas, foram incluídos trabalhos publicados de 2022 a 2023 que abordassem de forma satisfatória a enfermagem nas práticas integrativas de ventosaterapia e o alívio da dor e bem-estar do paciente. Foram selecionados 5 artigos, sendo 4 em língua portuguesa brasileira e 1 em língua inglesa. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A análise dos estudos selecionados permitiu identificar que a ventosaterapia tem sido associada à diminuição da dor muscular e à melhora do conforto físico dos pacientes. Os resultados apontam que a técnica

---

Fernanda Guimarães Brito, acadêmica de Enfermagem, 10º período.

[guimaraesfernanda451@gmail.com](mailto:guimaraesfernanda451@gmail.com)

Isabela Batista Guimarães, acadêmica de Enfermagem, 10º período.

[isabelabatista198@gmail.com](mailto:isabelabatista198@gmail.com)

Professora do curso de Enfermagem AFYA Porto Nacional. [daniele.ramos@afya.com.br](mailto:daniele.ramos@afya.com.br)

favorece o aumento da circulação, neovascularização, vasodilatação e aumento da oxigenação local, contribuindo para a redução da rigidez e da sensação de desconforto. Além disso, a estimulação da circulação sanguínea na região aplicada auxilia na recuperação tecidual e na diminuição de processos inflamatórios locais. Observa-se também que os pacientes submetidos à ventosaterapia relatam sensação de alívio imediato e melhora do bem-estar geral, o que reforça sua aplicabilidade como recurso complementar no cuidado de enfermagem. A utilização dessa prática permite ampliar as possibilidades terapêuticas, especialmente em situações em que se busca reduzir o uso exclusivo de medicamentos para controle da dor.

**CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Consoante o exposto, a ventosaterapia assume papel de importância na enfermagem no âmbito das práticas integrativas e complementares, devendo ser realizada por profissional devidamente capacitado, de forma segura e fundamentada em evidências científicas, contribuindo significativamente para a qualificação da assistência, promovendo o cuidado integral, a redução de desconfortos físicos e a melhoria da qualidade de vida dos pacientes. **Palavras-chave:** Ventosaterapia. Alívio de tensão. Relaxamento. Práticas Integrativas.

Fernanda Guimarães Brito, acadêmica de Enfermagem, 10º período.

[guimaraesfernanda451@gmail.com](mailto:guimaraesfernanda451@gmail.com)

Isabela Batista Guimarães, acadêmica de Enfermagem, 10º período.

[isabelabatista198@gmail.com](mailto:isabelabatista198@gmail.com)

Professora do curso de Enfermagem AFYA Porto Nacional. [daniele.ramos@afya.com.br](mailto:daniele.ramos@afya.com.br)