

TERAPIAS COMPLEMENTARES EM SAÚDE COMO RECURSO TERAPÊUTICO NAS DORES CRÔNICAS: REVISÃO DE LITERATURA

¹Larissa de Moura Barbosa; ²Tais Kaybers; ²Sara Farias Oliveira; ²Yaritsa Gabrielly da Silva Campos; ²Elidiane Ferreira Marinho

¹Larissa de Moura Barbosa- Acadêmica do curso de Fisioterapia; Universidade do Estado do Pará- UEPA; larimoura2002@gmail.com; ²Tais Kaybers- Acadêmica do curso de Fisioterapia; Instituto Esperança de Ensino Superior- IESPES; ²Sara Farias Oliveira- Acadêmica do curso de Fisioterapia; Universidade do Estado do Pará- UEPA; ²Yaritsa Gabrielly da Silva Campos- Acadêmica do curso de Fisioterapia; Universidade do Estado do Pará- UEPA; ²Eliane Ferreira Marinho– Mestre em Biociência; Universidade do Estado do Pará- UEPA;

INTRODUÇÃO: A dor crônica é considerada um problema de saúde pública, pois afeta grande parte da população e interfere no meio físico, psicológico e socioeconômico do indivíduo. Sendo assim, um dos sintomas mais relatados em consultórios. Com isso, se busca ainda mais na fisioterapia terapias combinadas para a melhora otimizada em dores crônicas, como a utilização de técnicas manuais e instrumentais, acupuntura, acupressão, acupuntura elétrica, terapia cognitivo comportamental, entre outras, buscando assim, aprimorar seus resultados. **OBJETIVO:** O presente estudo busca identificar terapias complementares utilizadas como recurso no tratamento de dores crônicas. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão da literatura, em que se utilizou fontes secundárias por meio do levantamento de artigos na literatura, tendo como bases de dados PEDro, PUBMED e BVS, entre os anos de 2017 a 2022. Na busca dos artigos utilizou-se os descritores: Medicina alternativa, Métodos terapêuticos complementares, Dor crônica, Fisioterapia e seus respectivos termos em inglês. Como critérios de inclusão, foram selecionados os artigos que possuíam coerência com o objetivo do trabalho, publicados nos idiomas inglês e português e que discorriam sobre o uso das terapias complementares no manejo da dor crônica. Já como critérios de exclusão considerou-se os artigos duplicados, trabalhos publicados acima de 10 anos, revisão de literatura e artigos que abordavam o uso de outras práticas, que não aquelas consideradas práticas integrativas e complementares. **RESULTADOS:** Foram, inicialmente, encontrados 33 artigos, dos quais após aplicação dos critérios descritos anteriormente somente 11 foram selecionados para compor o estudo. Com base a análise dos artigos foi possível observar que a acupuntura manual, elétrica e auricular nas dores crônicas vem sendo bastante discutida. No entanto, a acupuntura manual e elétrica na dor crônica inespecífica se mostrou ter efeitos semelhante na redução da dor e incapacidade. Nesse sentido, a acupuntura vem sendo uma excelente opção terapêutica para melhora da dor e qualidade de vida com um tempo de indução de 15 a 20 minutos para desencadeamento do efeito analgésico. Outras terapias também são utilizadas como massagem clássica, manipulação osteopática apesarem dos seus benefícios ainda parecem incertos e/ou a necessidade de evidência ambas são utilizadas como terapia e trazem efeitos positivos. A acupressão relaxante e estimulante também melhora as dores crônicas tal terapias atua na fadiga e qualidade de sono. **CONCLUSÃO:** Dessa forma, pode-se inferir que as terapias complementares em saúde atuam de forma benéfica no quadro de dores crônicas, sendo eficaz na redução de queixas algicas e melhora da funcionalidade. É válido ressaltar também a necessidade de mais estudos acerca dessa temática, visando uma prática baseada em evidências.

Palavras-chaves: Métodos Terapêuticos Complementares; Medicina Alternativa; Fisioterapia; Dor crônica.

Referências:

MEIRELLES, Frederico de Oliveira; CUNHA, Júlio César de Oliveira Muniz; DA SILVA, Elirez Bezerra. Osteopathic manipulation treatment versus therapeutic exercises in patients with chronic nonspecific low back pain: a randomized, controlled and double-blind study. **Journal of back and musculoskeletal rehabilitation**, v. 33, n. 3, p. 367-377, 2020.

COMACHIO, Josielli et al. Eficácia da acupuntura manual e elétrica para dor lombar crônica não específica: um estudo controlado randomizado. **Revista de estudos de acupuntura e meridianos**, v. 13, n. 3, pág. 87-93, 2020.

MURPHY, Susan Lynn et al. Self-administered acupressure for chronic low back pain: a randomized controlled pilot trial. **Pain Medicine**, v. 20, n. 12, p. 2588-2597, 2019.