

A ACUPUNTURA E A GESTAÇÃO

GABRIELLA MANGUCCI GODINHO¹; KELEN DE MORAIS CERQUEIRA², FERNANDA DE SOUZA TEIXEIRA³

¹Grupo de Pesquisa Neurophys; FAMED/UFPEl – godinhogabriella@gmail.com

²Grupo de Pesquisa Neurophys; FAMED/UBS Areal Leste/UFPEl - kelenmcerqueira@gmail.com

³Grupo de Pesquisa Neurophys, ESEF/UFPEl – fsout@unileon.es

1. INTRODUÇÃO

A gestação é um período que provoca mudanças no corpo e na vida da mulher. A preparação do corpo, para receber uma vida, gera mudanças fisiológicas significativas, sendo necessário um maior período de tempo de sono para recarregar suas energias. Gestantes no primeiro trimestre gestacional aumentam o tempo de sono e diminuem significativamente a partir do segundo trimestre (CRUDE et al., 2012). Além da diminuição do sono, outras alterações são observadas, como o aparecimento de algias posturais, como dor nas costas e pélvicas, devido a postura, o peso da gestação e as alterações que ocorrem na estrutura óssea da mulher durante o período gestacional, que afeta significativamente a qualidade de vida das mulheres (MARTINS; SILVA, 2005).

A acupuntura é uma prática terapêutica que integra a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS), com o objetivo de abordar o processo de saúde-doença de forma isolada ou integrada com outros tratamentos. (BRASIL, 2015). Essa prática, consiste em uma terapia que tem como objetivo o tratamento e/ou cura de enfermidade ou sintomas através de estímulos de determinados pontos específicos do corpo, chamados de acupontos. A estimulação costuma ocorrer por meio de agulhas muito finas. Tem sido incorporada a prática médica, devido a uma série de benefícios à saúde, como controle da compulsão alimentar, redução da ansiedade e reestabelecimento do equilíbrio energético do corpo, dentre outros (SCOGNAMILLO-SZABÓ; BECHARA, 2001; STANTON, 2019).

Como efeitos descritos da acupuntura durante a gestação, se observa a diminuição no uso de medicações, controle das dores e da ansiedade, melhora da qualidade do sono, diminuição da tensão muscular, melhora na circulação útero-placenta, e controle de diversos sintomas que podem atrapalhar a produção de leite materno. Entretanto, no período gestacional, a acupuntura é utilizada com certa cautela, uma vez que determinados pontos devem ser evitados de serem estimulados com agulhas, pelo risco de provocar contrações uterinas e trabalho de parto prematuro. Como alternativa, se realiza o estímulo por eletroestimulação ou auriculoterapia, um dos ramos dessa prática, que consiste na aplicação de sementes de mostarda ou esferas magnéticas no pavilhão auricular ou aurícula (STANTON, 2019).

Mesmo assim, pode-se notar que a acupuntura parece ser benéfica durante a gestação, para evitar a utilização excessiva de medicações e controle de sintomas indesejados durante a gravidez, desde que seja utilizada com cautela e técnica. (COSTA et al., 2020). Diante disso, o objetivo desse trabalho é identificar os estudos clínicos que têm sido realizados sobre o uso de acupuntura em processos gestacionais.

2. METODOLOGIA

Foi realizada uma revisão bibliográfica através da base de dados PubMed, utilizando-se os seguintes descritores em título ou resumo: “delivery OR pregnancy” AND “acupuncture”. A busca foi realizada restringindo-se a ensaios clínicos, publicados nos últimos 5 anos, nos idiomas inglês, português e espanhol. Foram encontrados 33 artigos, dos quais 17 artigos foram excluídos pelo título, por não se tratarem da temática. Na análise dos resumos, excluiu-se 9 artigos por tratarem de fertilidade. Foram selecionados 7 artigos para análise do efeito da acupuntura sobre o processo gestacional e alterações frequentes deste período.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os sete artigos encontrados estão na Tabela 1. Pode-se observar que dois deles abordaram questões como sono, qualidade de vida e depressão com resultados positivos e significativos, indicando que a acupuntura pode ser um recurso de auxílio durante o processo gestacional para amenizar desconfortos oriundos da gestação. Resultados que concordam com os encontrados por Silva et al. (2020) que indicam uma redução dos sintomas de depressão e ansiedade em gestantes. Demonstram que a acupuntura impacta na redução das intervenções medicamentosas, repercutindo na saúde do binômio mãe e bebê (SILVA et al., 2020). Outros dois estudos observaram efeito da acupuntura sobre a dor lombar e pélvica, concluindo ser eficaz no alívio da dor relacionada a gravidez e demonstrando maior grau de eficiência da acupuntura frente a técnica de tratamento padrão para alívio da dor pélvica e lombar. Resultados que coincidem com os observados por Martins et al. (2019). Outro trata da dor proveniente do aborto induzido devido gravidez de risco, em que as pacientes foram submetidas ao procedimento de aspiração sem resultados efetivos na redução de dor (TAO NG et al. 2021). Além das características individuais, observa-se que os resultados com a acupuntura costumam ser progressivos, conforme as sessões vão sendo realizadas, necessitando de ao menos duas sessões para respostas efetivas à dor (CARVALHO et al., 2015). Diante disso, deve-se considerar a necessidade de sessões ao longo de nove meses, pois tratar-se de um momento que envolve além da dor física a dor emocional e psíquica (ALMEIDA, 2012). Outros dois estudos abordaram o uso da acupuntura como tratamento auxiliar na constipação, coincidindo com o observado por Kirca & Gül (2020) que observaram diminuição dos sintomas de constipação durante a gravidez.

Cabe destacar também que, apesar da acupuntura demandar de material específico e profissional preparado, ela pode ser um importante método terapêutico no controle do uso excessivo de medicações, no tempo de internação e nas complicações de saúde (SZABÓ et al., 2001), merecendo assim maior atenção pelo Sistema Único de Saúde.

Tabela 1. Artigos analisados

Autor(es), ano	Técnica/ Contexto	Amostra	Intervenção/ Tratamento	Resultados
Vas et al., 2019	Auriculopuntura associada a cui-	220 Gestantes (24-36 semanas). Grupos: A. cuidados obstétricos	3 sessões em 2 semanas	O grupo A reduziu sig. dor pélvica e lombar, diminui incapacidade fun-

	dados obstétricos na atenção primária	padrão + auriculopuntura verum; B. auriculopuntura inespecífica; C. placebo; D. Apenas cuidados obstétricos.		cional e melhorou qualidade de vida quando comparado aos demais grupos.
Smith et al., 2018	Acupuntura e sintomas gestacionais	8 Gestantes com depressão	8 sessões em 8 semanas	As mulheres relataram alívio dos sintomas gestacionais e benefícios em gerenciar melhor suas vidas.
Oviedo et al., 2021	Auriculopuntura ou acupuntura como adjuvante aos cuidados obstétricos sobre a dor e ansiedade durante a aspiração uterina	173 prontuários Grupos: uriculopuntura (n=70), acupuntura (n=51) ou receberam placebo (n=52).	36 sessões, 1 por semana, em 9 meses	Receber auriculopuntura ou acupuntura não resultou em menores escores de dor ou ansiedade durante aspiração uterina.
Nicolian et al., 2019	Acupuntura no alívio de PGLBP durante gravidez.	96 Gestantes foram alocadas para acupuntura e 103 para atendimento padrão .	5 sessões em 2 semanas	Redução significativa de PGLBP no grupo acupuntura com redução na utilização de outros recursos.
Kirca & Gül, 2020	Autoacupressão [Acupuntura] no alívio da constipação durante a gravidez.	150 gestantes com ≥ 20 anos em gravidez única e queixa de constipação. Grupo controle (n=75) e Grupo intervenção (n=75).	Grupo intervenção: 15 minutos no ponto TH-6 2x/dia durante uma semana. Grupo controle: não realizaram.	Aplicação da autoacupressão diminuiu significativamente a gravidade da constipação no grupo intervenção, podendo ser efetiva na prática clínica.
Tao Ng et al. 2021	Acupuntura na dor por SE para interrupção cirúrgica no primeiro trimestre de gravidez sob analgesia local com e sem o uso de acupuntura.	52 mulheres nulíparas submetidas a SE antes de 10 semanas de gestação foram aleatoriamente randomizadas em três grupos: controle; acupuntura; e combinado.	Escore de dor durante e após SE, efeitos colaterais pós-operatórios e níveis de satisfação foram comparados.	Os níveis de dor durante SE nos grupos acupuntura e combinado foram menores do que no grupo controle.
Sokunbi et al., 2020	Acupressão e ACUTENS na qualidade do sono de gestantes.	42 gestantes com distúrbios do sono, randomizadas em 3 grupos: acupressão, ACUTENS e cuidados habituais.	2 vezes por semana durante 6 semanas de intervenção.	Todos os grupos registraram algo de melhora sendo o de acupressão o de maior magnitude, entretanto sem diferença significativa entre os grupos

CUTENS= estimulação elétrica nervosa transcutânea de baixa frequência; SE= evacuação por sucção; PGLBP= dor na cintura pélvica e região lombar

4. CONCLUSÕES

A partir dos dados analisados, observa-se que ainda são poucos os estudos clínicos realizados com acupuntura em gestantes; que sim é uma prática terapêutica com resultados positivos na diminuição da dor lombo-pélvica, de sintomas depressivos e na constipação de gestantes; e que não demonstrou ser efetiva na redução de dor durante aspiração uterina. Portanto, conclui-se que novos estudos sobre a temática são necessários.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso. Ministério da Saúde. 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- SCOGNAMILLO-SZABÓ, MVRSS; BECHARA, GHB. Acupuntura: bases científicas e aplicações. *Ciência Rural*, v.31, n.6, p.1091-1099, 2001.
- VAS, JV; CINTADO, MCC; REGULAS; AGUILAR, JMAR; RUIZ, IA. Effect of ear acupuncture on pregnancy-related pain in the lower back and posterior pelvic girdle: A multicenter randomized clinical trial. *Acta Obstetricia Gynecologica Scandinavica*, v.98, n.10, p.1307-1317, 2019.
- NICOLIAN, SN; BUTEL, TB; GAMBOTTI, LG; DURAND, MD; PIERUCCI, AFP; MALLETT, AM; et al. Cost-effectiveness of acupuncture versus standard care for pelvic and low back pain in pregnancy: A randomized controlled trial. *Plos One*, v.14, n.4, p.0214195, 2019.
- OUVIEDO, JDO; MARQUEZ, EM; GOLD, MAG; WESTHOFF, CLW. Auricular acupressure and auricular acupuncture as an adjunct for pain management during first trimester aspiration abortion: A randomized, double-blinded, three-arm trial. *An international Reproductive Health Journal*, v.103, n.5, p.342-347, 2021.
- ORMSBY, SMO; DAHLEN, HDG; SMITH, CAH. Women's experiences of having depression during pregnancy and receiving acupuncture treatment-A qualitative study. *Journal of the Australian College of Midwives*, v.31, n.6, p. 469-478,2018.
- KIRCA, ASK; GÜL, DKG. Effects of self-acupressure on pregnancy-related constipation: A single-blind randomized controlled study. *Explore (NY)*. v.17, n.5, p.463-468, 2021.
- SOKUNBI, GS; TAKAI, IUT; NWOSSU, IBN; BALARABE, RB. Effects of Acupressure and Acupuncture-Like Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation on Sleep Quality Among Pregnant Women. *J Acupuntura Meridiano*. v.13, n.6, p.180-186. 2020.
- TAO NG, YU NG; LO, DYT; SO, AL; WONG, GCY; LI, RHWL; WO et al. A randomized controlled study of acupuncture for pain relief during first trimester surgical termination of pregnancy performed under local analgesia. *Medicina Acupunturada*, v.40, n.3, p.224-231, 2022.
- LOPES EA, CARVALHO LBC, SEGURO PBC, MATTAR R, SILVA AB, PRADO LBF et al. Sleeps disorders in pregnancy. *Arq Neuropsiquiatria* v.62, n.2, p217-21, 2004.
- COSTA, NC; VARELA, SMV; PEREIRA, LDP; PONTE, MDP; PEREIRA, AMMP; TORRES, RST; et al. Acupuntura no tratamento de ansiedade em gestantes na atenção primária a saúde. *Práticas Integrativas E Complementares: Visão Holística e Multidisciplinar*, v.1, n.1, p.33-34, 2021.
- SILVA, HLS; ALMEIDA, MVSA; DINIZ, JSPD; LEITE, FMCL; MOURA, MAVP; BRINGUENTE, MEOB; et al. Efeitos da auriculoterapia na ansiedade de gestantes no pré-natal de baixo risco, *Acta Paul Enferm*, v. 33, n. 1, p.1-33, 2020.
- MARTINS, ES; COSTA, N; HOLANDA, SM; CASTRO, RCMB; AQUINO PS; PINHEIRO AKB. Enfermagem e a prática avançada da acupuntura para alívio da lombalgia gestacional. *Acta Paul Enferm*, v. 33, n. 5, p. 477-84, 2019.
- ALMEIDA MS, NUNES MA, CAMEY S, PINHEIRO AP, SCHMIDT MI. Transtornos mentais em uma amostra de gestantes da rede de atenção básica de saúde no Sul do Brasil. *Caderneta Saude Publica*. v. 28, n.2, p385-93, 2012.
- CARVALHO PC, OBA MV, SILVA LCM, SCANDIUZZI RJ, SOARES DW, ORNELA RG. Acupuntura no tratamento de dor lombar. *J Health Sci Inst*, v. 33, N.4, p.333-8, 2015.
- CARVALHO MECC, CAVALCANTI LL, LIRA TCA, LACERDA PDR, NEVES SM, ARAÚJO CG. Low back pain during pregnancy. *Revista Brasileira de Anestesiologia*, v.67, n.7, p.266-270, 2016.
- NAKAWATASE DN, ALVES VLA, FILONI EF. Prevalência de dor lombar e qualidade de vida no terceiro trimestre de gestação *Revista Brasileira de Qualidade de Vida*, v.7, n.2, p.89-102, 2014.