



Uso da acupuntura na lombalgia gestacional

Use of acupuncture in gestational low back pain

Uso de la acupuntura en la lumbalgia gestacional

Pedro Pereira Barroso Neto¹, Ana Camila Baetas Gonçalves², Marcos Valério Santos da Silva³, Carolina Heitmann Mares Azevedo Ribeiro³, Ana Cristina dos Santos Baetas Oliveira³.

RESUMO

Objetivo: Revisar a literatura sobre o uso da acupuntura na lombalgia gestacional. **Métodos:** Foi realizada uma Revisão Integrativa que recuperou estudos sobre o tema nos bancos de dados LILACS, MEDLINE, SCIELO e Portal BVS, com artigos em português, espanhol ou inglês, publicados entre 2019 e 2024. Foram aplicados critérios de inclusão e exclusão na seleção. **Resultados:** Sete artigos atenderam aos critérios de inclusão, com seis em inglês e um em português. A distribuição por ano de publicação foi a seguinte: três de 2019, um de 2021, um de 2022, um de 2023 e um de 2024. A análise da qualidade dos estudos revelou que três eram de alta qualidade, três de qualidade moderada e um de baixa qualidade. Pesquisas demonstram que a acupuntura apresenta melhor eficácia quando combinada com tratamento medicamentoso tradicional no alívio da dor lombar e na melhoria da qualidade de vida das gestantes. **Conclusão:** Os estudos disponíveis indicam que a acupuntura pode ser empregada de forma eficaz e segura durante o período gestacional, constituindo uma alternativa terapêutica relevante para o transtorno dos desconfortos típicos dessa fase. Os efeitos colaterais associados ao tratamento são geralmente mínimos e não representam riscos significativos para o feto.

Palavras-chave: Acupuntura, Prática integrativa e complementar, Dor lombar, Gestante.

ABSTRACT

Objective: Review the literature on the use of acupuncture in gestational low back pain. **Methods:** An integrative review was carried out to retrieve studies on the subject from the LILACS, MEDLINE, SCIELO and Portal BVS databases, with articles in Portuguese, Spanish or English, published between 2019 and 2024. Inclusion and exclusion criteria were applied in the selection. **Results:** Seven articles met the inclusion criteria, with six in English and one in Portuguese. The distribution by year of publication was as follows: three from 2019, one from 2021, one from 2022, one from 2023 and one from 2024. The analysis of the quality of the studies revealed that three were of high quality, three of moderate quality and one of low quality. Research shows that acupuncture is more effective when combined with traditional drug treatment in relieving low back pain and improving the quality of life of pregnant women. **Conclusion:** Available studies indicate that acupuncture can be used effectively and safely during pregnancy, constituting a relevant therapeutic alternative for the discomforts typical of this phase. The side effects associated with the treatment are generally minimal and do not represent significant risks to the fetus.

Keywords: Acupuncture, Integrative and complementary practice, Low back pain, Pregnant women.

¹ Programa de Pós-Graduação em Assistência Farmacêutica, UFPA, Belém - PA.

² Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, UFPA, Belém - PA.

³ Programa de Pós-Graduação em Assistência Farmacêutica, UFPA, Belém - PA.

RESUMEN

Objetivo: Revisar la literatura sobre el uso de la acupuntura en el dolor lumbar gestacional. **Métodos:** Se realizó una Revisión Integrativa que recuperó estudios sobre el tema en las bases de datos LILACS, MEDLINE, SCIELO y Portal BVS, con artículos en portugués, español o inglés, publicados entre 2019 y 2024. En la selección se aplicaron criterios de inclusión y exclusión. **Resultados:** Siete artículos cumplieron los criterios de inclusión, seis en inglés y uno en portugués. La distribución por año de publicación fue la siguiente: tres de 2019, uno de 2021, uno de 2022, uno de 2023 y uno de 2024. El análisis de la calidad de los estudios reveló que tres eran de alta calidad, tres de calidad moderada y uno de baja calidad. Las investigaciones muestran que la acupuntura es más eficaz cuando se combina con el tratamiento farmacológico tradicional para aliviar el dolor lumbar y mejorar la calidad de vida de las mujeres embarazadas. **Conclusión:** Los estudios disponibles indican que la acupuntura puede utilizarse de manera eficaz y segura durante el período gestacional, constituyendo una alternativa terapéutica relevante para el trastorno de malestar propio de esta fase. Los efectos secundarios asociados con el tratamiento son generalmente mínimos y no presentan riesgos significativos para el feto.

Palabras clave: Acupuntura, Práctica integrativa y complementaria, Lombalgia, Mujer embarazada.

INTRODUÇÃO

O período da gravidez é marcado por alterações morfológicas, fisiológicas e biomecânicas. As transformações corpóreas acarretam o crescimento e estiramento do útero realizando a protusão abdominal, deslocando o centro de gravidade do corpo da gestante, sobrecarregando os músculos posteriores da coxa e os lombares, favorecendo o surgimento de desconfortos e dores lombares. A lombalgia gestacional é um problema etiologicamente múltiplo, isto é, diversos eventos contribuem para o seu surgimento, que afeta a região lombar. As gestantes com esse desconforto têm a qualidade de vida bastante comprometida (SANTOS JW e BARROSO RM, 2019).

Estima-se que a prevalência da dor lombar em mulheres grávidas varia de 20 a 90% e sua forma grave afeta 1/3 das mulheres grávidas em todo o mundo (CEPRNJA D, et al., 2021), sendo uma das complicações mais relatadas no período gravídico e uma problemática que pode perdurar desde o início da gestação, podendo ter avanços progressivos no decorrer dos trimestres gravídicos (MANYOZO SD, et al., 2019).

O uso de medicamentos durante a gestação para tratar desconfortos como a lombalgia gestacional pode ser perigoso devido ao risco teratogênico para o feto e danos para mãe. Esse risco pode ser minimizado, limitando os recursos terapêuticos para tratamentos durante a gravidez. Assim, terapias não farmacológicas são potencialmente atraentes, como exercícios, fisioterapia, massagem, yoga e acupuntura, que podem reduzir a dor e aliviar algumas comorbidades. A acupuntura como alternativa de tratamento tem um lugar importante entre as opções existentes, evitando a terapia medicamentosa para tratamento dos desconfortos na gestação. Na Europa cerca de 4 a 13% das mulheres utilizaram a acupuntura durante a gravidez ou no parto. Percentuais parecidos foram identificados nos Estados Unidos, sendo uma terapia segura para as mulheres, feto e neonatos (SOLIDAY E e BETTS D, 2018).

O Ministério da Saúde no Brasil, com o princípio da integridade e participação popular do Sistema Único de Saúde (SUS), lançou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), através da portaria N° 971, de maio de 2006. As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) é um conjunto de práticas médicas complexas com um leque de recursos terapêuticos os quais estão presentes a acupuntura e a Medicina Tradicional Chinesa como práticas que podem ser ofertadas dentro dos serviços do SUS (BRASIL, 2018).

A acupuntura é um método de tratamento da Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Suas origens datam cerca de 5.000 anos e possui um bom efeito curativo podendo ser aplicada em várias condições de saúde, como doenças ginecológicas e obstétricas, dor no sistema motor e disfunções gástricas entre outros. A acupuntura em um contexto de MTC tem um manejo integrativo em sua abordagem terapêutica. Os pontos

de acupuntura possuem aspectos anatômico, fisiológicos e energéticos. No conhecimento tradicional aborda-se a existência da energética vital chamada pela MTC de Qi que circulam pelo nosso corpo em canais chamados de meridianos. O tratamento de acupuntura consiste em perfurar o corpo dos pacientes com finas agulhas em pontos específicos no corpo. Com a adequada manuseio e aplicação de técnicas de agulhamento, esses pontos podem ser manipulados trazendo o equilíbrio e saúde a pessoa tratada (MA YX, et al., 2013).

Durante a gestação, a acupuntura é uma ferramenta para preparar a gestante para o parto, tanto em seu aspecto biológico como também em aspecto psicológico. Essa técnica possui potencial para reduzir ansiedade e o estresse, melhora o sono e reduz, na gravidez, sintomas de pirose, dores lombares, dores em geral, corrige o mau posicionamento fetal, evitando o tratamento convencional medicamentoso e melhorando a qualidade de vida das gestantes (SOLIDAY E e BETTS D, 2018).

Em um estudo com 56 gestantes com dor lombar tratadas com acupuntura, esse procedimento se mostrou positivo, proporcionando alívio e bem estar na saúde das participantes. Muitas grávidas nesse estudo tiveram ausência total de dor com poucas sessões de acupuntura e outras apresentaram diminuição gradativa com o avanço do número de sessões (MARTINS J, et al., 2019). No entanto, o efeito da acupuntura na dor lombar durante a gravidez permanece com poucas evidências e os estudos sobre o assunto possuem qualidade metodológica baixa, portanto, este trabalho visa coletar da literatura as evidências disponíveis.

MÉTODOS

Trata-se de uma Revisão Integrativa da Literatura acerca do uso da acupuntura como prática integrativa e complementar no tratamento de lombalgia gestacional. Esse estudo bibliográfico foi construído a partir de seis etapas (BOTELHO LLR, et al., 2011): 1) Identificação do tema e seleção da questão de pesquisa; 2) Estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão; 3) Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados; 4) Categorização dos estudos selecionados; 5) Análise e interpretação dos resultados; 6) Apresentação da revisão/ síntese do conhecimento.

Adotou-se o procedimento do acrônimo PICo para elaboração da pergunta norteadora, sendo P (População/Paciente ou problema): gestantes; I (Interesse): Acupuntura; Co (Contexto): lombalgia gestacional (ARAÚJO WCO, 2020). Portando a pergunta norteadora dessa pesquisa foi: “Há evidências de que a acupuntura melhora a lombalgia gestacional?”

Para a pesquisa de artigos sobre a temática, foi consultada a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e as bases de dados LILACS (Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde); MEDLINE (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online) e SCIELO (Scientific Electronic Library Online). Para a construção da estratégia de busca, foram utilizados os descritores previamente selecionados nas plataformas MeSH (Mesh Terms) e DeCS (Ciência da Saúde): acupuntura, acupuncture, dor lombar, low back pain, gestantes, pregnant women. Durante as buscas, esses termos foram combinados com a aplicação de operadores booleanos “AND” e “OR” (Bezerra et al., 2024). Não foram realizadas buscas na literatura cinzenta.

O critério utilizado para inclusão dos estudos, foram os trabalhos de revisão, experimentais em sua totalidade que apresentavam os descritores citados acima, ter explícito no resumo a relação com o tema proposto, estar escrito nas línguas portuguesa, espanhola e inglesa e publicados entre os anos de 2019 a 2024. Foram excluídas publicações que não atendiam aos critérios anteriormente descritos, artigos que tratavam sobre dores de forma geral, que não especificavam a prática voltada a gestante ou artigos que abordavam outras práticas integrativas e complementares (PICs) que não fossem a técnica de acupuntura de agulhamento corporal sistêmico. Após a recuperação dos artigos, os títulos e resumos foram analisados pelos autores de forma independente com base nos critérios de inclusão e exclusão.

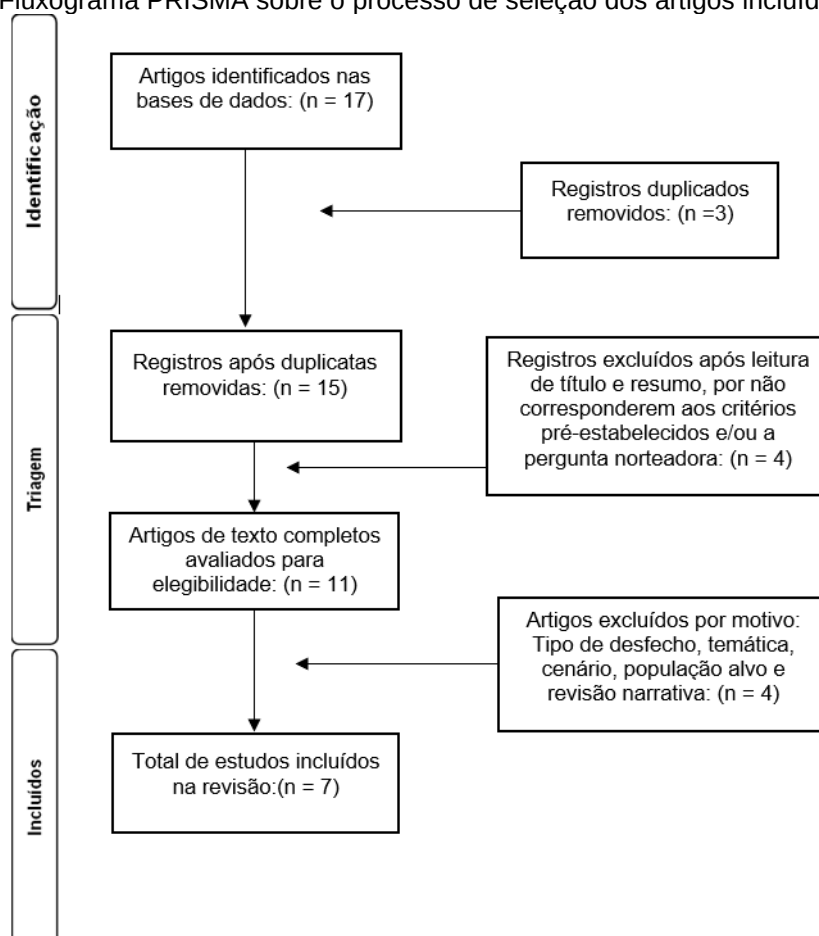
Os resultados da extração de dados dos artigos foram evidenciados em planilha Excel®, tendo as informações: Título, Autores, Ano de publicação, Objetivo do estudo, País, Desfecho, Tipo de estudo, Amostragem, Qualidade do artigo, Viés/Limitações do estudo, Nível de evidência, Critérios de inclusão/exclusão, População e Conflito de interesse (**Quadros 1 e 2**).

Todos os estudos incluídos na amostra foram avaliados e classificados utilizando ferramentas de avaliação da qualidade adaptadas de acordo com o tipo de estudo que corresponde cada artigo selecionado. Para o estudo quase experimental foi realizada uma Adaptação do Critical Appraisal Skills Programme (CASP, 2018); para o artigo de revisão sistemática foi utilizada uma Adaptação de Development of AMSTAR (SHEA BJ, et al., 2007), para a análise bibliométrica foi feita uma Adaptação da Escala de Avaliação da Qualidade de Revisão Bibliométrica (RODRIGUES C, VIERA AFG, 2016) e no ensaio clínico randomizado foi uma Adaptação da ferramenta de Avaliação de Ensaio Clínico Randomizado (MARTINS J, et al., 2019; OLIVEIRA MAP, et al., 2015) e então foram classificados em grupos determinados como qualidade “Alta”, “Moderada” e “Baixa” (**Quadro 2**). Para a identificação de seus respectivos níveis de evidência foi utilizado o modelo proposto por MURAD MH, et al., (2016) e como ferramenta para confecção e apresentação do fluxograma de informações (**Figura 1**) foi utilizado o Prisma Flow Diagram (TRICCO AC, et al., 2018).

RESULTADOS

Foram identificados 17 estudos nas bases de dados pesquisadas, sendo removidos 2 por estarem em duplicidade, resultando em 15 estudos para avaliação. Após a análise do título e do resumo de cada estudo, aplicação dos critérios de inclusão e exclusão descritos anteriormente e/ou a não resposta à pergunta norteadora, 4 artigos foram excluídos por não se adequarem. Em seguida 4 artigos foram excluídos após a leitura completa: dois deles abordavam a auriculoterapia, não abordando a técnica de acupuntura de agulhamento corporal sistêmico, um dos artigos tratava de dores de forma geral e seu desfecho não respondia à pergunta norteadora desse artigo e o outro se tratava de uma revisão narrativa. Ao final, 7 artigos foram selecionados. Informações sobre os artigos eleitos estão nos **Quadros 1 e 2**. Um fluxograma foi confeccionado descrevendo o processo de resgate dos artigos (**Figura 1**).

Figura 1 - Fluxograma PRISMA sobre o processo de seleção dos artigos incluídos na revisão.



Fonte: Neto PPB, et al., 2025. Adaptado de Page MJ, et al., 2021.

Quadro 1 - Resultados da pesquisa em base de dados eletrônicos (Síntese dos artigos).

Autor(a) e ano	Objetivo	País	Desfecho
MARTINS J, et al., 2019	Avaliar os efeitos da prática de acupuntura realizada no alívio da dor lombar em gestantes que se encontram no segundo e terceiro trimestre de gravidez, bem como na execução das atividades diárias.	Brasil	A acupuntura realizada nas participantes do presente estudo, possibilitaram efeitos positivos relacionados ao alívio da dor lombar e bem-estar na saúde, com diminuição em mais de 50% da dor. Um total de 36,2% das participantes teve ausência total da dor, levando a entender com esse estudo que a acupuntura ajuda na diminuição ou cessação da dor lombar na gestação.
TINGTING L, et al., 2024	Avaliar sistematicamente a eficácia e a segurança da acupuntura (AM) no tratamento de sintomas relacionados à gravidez, como vômitos agudos durante a gravidez.	China	A acupuntura foi mais eficaz do que tratamentos herbais, ocidentais e placebo (acupuntura simulada) no alívio do desconforto durante a gravidez. No entanto, devido à baixa qualidade e heterogeneidade das evidências, estudos adicionais são necessários para confirmar essa hipótese.
WU L, et al., 2021	Conduzir uma análise estatística da literatura relevante para entender a aplicação atual e o status da pesquisa da acupuntura em doenças obstétricas e ginecológicas.	China	A acupuntura está recebendo cada vez mais atenção em obstetrícia e ginecologia, e a cooperação internacional em pesquisas nessa área também está aumentando.
NICOLIAN S, et al., 2019	Avaliar o custo-efetividade da acupuntura para dor na cintura pélvica e lombar durante a gravidez.	França	Mulheres grávidas com dor na cintura pélvica e lombar tratadas com acupuntura além de cuidados de rotina relataram menos dor e incapacidade do que aquelas que receberam apenas cuidados de rotina. A acupuntura com cuidados de rotina se mostrou mais dominante (mais barata e eficaz) que os cuidados de rotina sozinhos.
OGOLLAH R, et al., 2019	Comparar a responsividade de 3 medidas de desfecho em dor lombar e dor na cintura pélvica (LBP/PGP) e estimar um MIC (mudança mínima importante) para estas medidas ao adicionar acupuntura no tratamento padrão.	Reino Unido	Todas as 3 medidas de resultado foram responsivas à mudança em mulheres com dor lombar e na cintura pélvica relacionadas à gravidez e, portanto, são adequadas para medir a eficácia dos tratamentos, porém das 3 testadas, a Escala Numérica de Classificação de 0 a 10 para gravidade da dor (NRS) foi a mais responsiva, sendo uma alternativa eficiente e mais curta.
LI R, et al., 2023	Avaliar a eficácia e a segurança da acupuntura ou acupuntura combinada com outros tratamentos para pacientes com dor lombar relacionada a gravidez.	China	A acupuntura pode ser uma opção de ajuste potencial para a dor lombar relacionada a gravidez com efeitos colaterais mínimos, pode aliviar a dor e melhorar a taxa efetiva. No entanto, pesquisas mais bem projetadas serão necessárias para dar suporte a essas descobertas.
YANG J, et al., 2022	Investigar os efeitos da acupuntura na dor, estado funcional e qualidade de vida para mulheres com dor lombar e/ou pélvica durante a gravidez.	China	A acupuntura melhorou significativamente a dor, o estado funcional e a qualidade de vida em mulheres com dor lombar e/ou pélvica durante a gravidez. Além disso, a acupuntura não teve influências adversas severas observáveis nos recém-nascidos.

Fonte: Neto PPB, et al., 2025.

Quadro 2 - Qualidade dos artigos selecionados e nível de evidência.

Autor(a)/ ano	Estudo	Amostragem	Qualidade	Viés e Limitações	NE
MARTINS J, et al., 2019	Estudo quase experimental	47 gestantes analisadas.	05/10 (Qualidade moderada)	Efeito placebo da intervenção com acupuntura, ou seja, a paciente saber que está sendo tratada e referir melhora.	3 B
TINGTING L, et al., 2024	Revisão sistemática e meta-análise	16 ensaios clínicos randomizados e um total de 964 pacientes.	07/10 (qualidade moderada)	Quatro estudos tiveram tamanhos de amostra menores que 30, e apenas dois tiveram volumes maiores que 50.	1 A
WU L, et al., 2021	Revisão Bibliométrica	593 pesquisas relevantes na literatura.	08/10 (Qualidade alta)	Para facilitar o acesso e a compreensão da pesquisa relacionada por acadêmicos de diferentes países, foi analisado principalmente documentos em inglês e, portanto, pode-se ter omitido artigos relevantes publicados em chinês.	Não se aplica
NICOLIAN S, et al., 2019	Ensaio clínico randomizado	199 gestantes.	10/14 (Qualidade alta)	Os profissionais de saúde não estarem cegos para o tratamento. A ausência de placebo acupuntura impediu a avaliação do efeito placebo da acupuntura. Como a avaliação de custo e eficácia se baseou em um diário de bordo preenchido pelo paciente, o viés de memória é possível.	1 B
OGOLLAH R, et al., 2019	Ensaio clínico randomizado	124 Gestantes com dor na cintura pélvica ou lombar.	06/14 (Qualidade baixa)	A ausência de uma metodologia universalmente aceita para determinar a capacidade de resposta ao MIC (mudança mínima importante), o que pode resultar m uma ampla gama de valores de MIC relatados para uma única medida de resultado.	1 B
LI R, et al., 2023	Revisão sistemática e meta-análise	12 ensaios clínicos randomizados foram incluídos, com um total de 1302 pacientes.	06/10 (qualidade moderada)	Há diferentes critérios de diagnósticos e semanas gestacionais entre as participantes, acarretando grupos muito heterogêneos.	1 A
YANG J, et al., 2022	Revisão sistemática e meta-análise	10 estudos, relatando um total de 1040 mulheres gestantes.	9/10 (Qualidade alta)	Os resultados do estudo devem ser interpretados com cautela, dada a qualidade dos estudos incluídos, alguns fatores relacionados à heterogeneidade permaneceram incertos. A idade das participantes foi com menores de 35 anos de idade, a possibilidade de efeitos adversos graves à acupuntura em mulheres grávidas com mais de 35 anos de idade não pôde ser evidenciada.	1 A

Fonte: Neto PPB, et al., 2025.

DISCUSSÃO

A gravidez é um processo fisiológico crítico na vida das mulheres. Nesse período elas passam por modificações físicas e psicológicas. Essas transformações podem vir acompanhadas por insônia, ansiedade, dor lombar, dor pélvica e até vômitos. Esses desconfortos gestacionais são supostamente associados a alterações hormonais e uterinas no corpo da mulher (TINGTING L, et al., 2024).

A lombalgia gestacional resulta em perda das atividades laborais da gestante, afetando a qualidade de vida, resultando uma carga econômica, no que diz respeito ao custo indireto da saúde, relacionado ao tempo perdido no trabalho e lazer (NICOLIAN S, et al., 2019). A prevalência de lombalgia gestacional e dores na cintura pélvica varia de 20 a 90% e sua forma grave afeta 1/3 das mulheres grávidas em todo o mundo. Esse desconforto é caracterizado por dor na região lombar acima do sacro ou abaixo da margem costal e acima das pregas glúteas. Por outro lado, a dor na cintura pélvica está entre a crista ilíaca posterior e a prega glútea, particularmente nas articulações sacroilíacas. Essa condição pode afetar a saúde mental das gestantes podendo ocasionar insônia, baixa qualidade de vida e aumentar os índices de depressão pós-parto (CEPRNJA D, et al., 2021).

O tratamento convencional para dor lombar na gestação, que as diretrizes europeias recomendam, são exercícios individualizados com foco em exercícios estabilizadores e uma escolha limitada de medicamentos para dor, sendo o paracetamol, o de primeira escolha (NICOLIAN S, et al., 2019). O Paracetamol e AINEs são opções comuns de tratamento de primeira linha para essa dor. Os usuários desses medicamentos geralmente apresentam risco elevado de efeitos adversos no trato gastrointestinal, rins e cardiovasculares, no entanto, eles apresentam baixa aceitabilidade e analgesia transitória. Como tal, há necessidade de terapias mais eficazes (SWATH VS, et al., 2021). De forma similar, o uso de medicamentos durante a gravidez apresenta riscos significativos, podendo ser prejudicial tanto para o feto quanto para a mãe, o que torna necessário que sua utilização seja cuidadosamente minimizada (SOLIDAY E e BETTS D, 2018).

A acupuntura é uma prática integrativa e complementar eficaz para o tratamento de lombalgia gestacional, quando comparada com os cuidados convencionais, pois reduz os sintomas e conseqüentemente melhora a qualidade de vida de gestantes, aliviando a dor (MARTINS J, et al., 2019). É uma técnica segura, com pouca incidência de efeitos adversos, que quando ocorrem são toleráveis, sendo os mais comuns, dores agudas no local da inserção da agulha e petéquias no ponto. Nenhum efeito adverso significativo, exceto hematomas, fadiga, sonolência e dor de cabeça (MARTINS J, et al., 2019; TINGTING L, et al., 2024; NICOLIAN S, et al., 2019; YANG J, et al., 2022).

Em ensaios clínicos resgatados em uma revisão sistemática, foi detectado que nenhuma diferença significativa foi observada na incidência de efeitos adversos entre o grupo de acupuntura e o grupo controle (grupo de acupuntura simulada ou analgésico) (TINGTING L, et al., 2024). Os resultados de outra revisão sistemática com meta-análise, sugeriu que a acupuntura é um tratamento seguro e não houve diferença significativa nos escores de Apgar (método universal para avaliar a condição de um recém-nascido nos primeiros minutos de vida) quando a acupuntura foi comparada com outras intervenções. Nenhuma intervenção e nenhum parto prematuro ou outros resultados adversos da gravidez foram relatados durante a acupuntura (YANG J, et al., 2022).

Uma análise bibliométrica sobre uso da acupuntura na obstetrícia e ginecologia encontrou 593 pesquisas relevantes na literatura, publicadas nos períodos de 1972 a 2021, em 23 países, compreendendo assim que há um longo período de tempo em que a acupuntura é amplamente utilizada na obstetrícia e está difundido para vários países. Essa mesma análise estatística da literatura apresenta, com base no volume e na centralidade das publicações, que os EUA com 151 publicações no tema, a China com 83 publicações e a Alemanha com 45 publicações, foram as principais forças de pesquisa no campo durante o período de busca, enquanto o Brasil teve apenas 6 publicações, alertando a escassez de pesquisa sobre a acupuntura em gestantes, sendo necessário mais investimento em estudo dessa Prática Integrativa em obstetrícia no Brasil. A dor é um dos focos das pesquisas encontradas na análise bibliométrica e alguns estudos concluíram que a acupuntura pode reduzir a dor lombar ou a dor na cintura pélvica em mulheres grávidas (WU L, et al., 2021).

BISHOP KC, et al. (2019), realizaram uma revisão na literatura discutindo os conceitos básicos da acupuntura e sua aplicação em obstetrícia e ginecologia. Nessa revisão foi relatado que há substancial evidências que apoiam a eficácia da acupuntura para dores no parto, lombalgia e dores pélvicas durante gestação. Essa mesma revisão encontrou estudos de boa qualidade, mas não meta-análise ou grandes ensaios sobre aplicação da acupuntura em distúrbios do sono, na depressão na gravidez ou seu uso na bexiga hiperativa.

LI R, et al. (2023), conduziram uma revisão sistemática com meta análise que resgatou e revisou sistematicamente 12 ensaios clínicos randomizados, incluindo 1302 mulheres gestantes com dor lombar, distribuídas em grupos de tratamento: Tratamento com acupuntura isolada; acupuntura placebo mais tratamento convencional; e tratadas apenas com tratamento convencional. Esse estudo apresentou evidências de que o efeito terapêutico da acupuntura foi superior à fisioterapia, tratamento convencional, exercício estabilizador ou outro tratamento medicamentoso. Além disso, a acupuntura ou a acupuntura combinada com outras terapias tem melhor eficácia no alívio da dor lombar em gestantes. A analgesia por acupuntura é um processo integrativo na mulher grávida, estimulando mecanismos endógenos de controle da dor. Diversas moléculas de sinalização promovem analgesias por acupuntura, incluindo peptídeos opioides, glutamato, 5-hidroxitriptamina e octapeptídeo de colecistocinina. A acupuntura também regula negativamente a fosforilação de GluN1 para inibir a dor, induzindo serotonina e norepinefrina (LI R, et al., 2023; YANG J, et al., 2022).

YANG J, et al. (2022), em sua revisão sistemática com meta-análise, que inclui 10 ensaios clínicos randomizados, relataram um total de 1040 mulheres grávidas com lombalgia e/ou dor na cintura pélvica. Na revisão, todos os estudos registraram dados sobre dor e os resultados da meta-análise sugeriram que a acupuntura aliviou significativamente a dor durante a gravidez. Além disso a acupuntura melhorou significativamente o status funcional das gestantes, melhorando a qualidade de vida das participantes. O consumo de analgésicos foi registrado em estudos dessa revisão e o resultado foi que não houve diferença significativa no consumo de analgésicos durante o período do estudo quando a acupuntura foi comparada com os grupos de intervenção convencional, porém foi detectada uma alta heterogeneidade entre os estudos.

Em um ensaio clínico randomizado (NICOLIAN S, et al., 2019), com uma amostragem de 199 gestantes com dor lombar, as mesmas foram distribuídas em dois braços de tratamento: Tratamento convencional segundo diretrizes europeias e Acupuntura mais tratamento convencional. O estudo teve como resultado que a acupuntura associada com o tratamento convencional foi mais eficaz do que o tratamento padrão sozinho em relação à intensidade da dor e à incapacidade promovida pela lombalgia gestacional. Porém nesse estudo a ausência de acupuntura placebo impediu a avaliação do efeito placebo da acupuntura, que pode ser substancial durante a gravidez. Comparando o custo-benefício do tratamento convencional para lombalgia gestacional (grupo controle) com a acupuntura mais tratamento convencional para esse fim, os custos totais médios foram mais elevados no grupo controle do que no grupo da acupuntura mais tratamento convencional. O menor custo no grupo de acupuntura deveu-se essencialmente aos custos indiretos do absenteísmo e presenteísmo tendo uma probabilidade de 70% de ser menos dispendioso do que os cuidados convencionais. Da perspectiva social, os maiores custos diretos de saúde com a acupuntura foram compensados por menores custos indiretos de ausência no trabalho. Com melhor eficácia e menor custo a estratégia da acupuntura foi dominante, sendo até mesmo viável a oferta da acupuntura como parte do atendimento obstétrico em um estabelecimento de saúde, levando como base o custo-benefício e promoção da maior qualidade de vida ao público.

Ogollah R, et al. (2019), avaliaram a responsividade de instrumentos de medição de dor lombar e dor da cintura pélvica e o impacto dessa dor em gestantes utilizando dados de um ensaio clínico randomizado de três braços (Tratamento padrão, Acupuntura mais tratamento padrão e Acupuntura placebo mais tratamento padrão) avaliando o benefício de adicionar a acupuntura ao tratamento convencional de cuidados para lombalgia gestacional. Este estudo forneceu uma comparação direta da capacidade de resposta de três instrumentos: Índice de Incapacidade de Oswestry-versão 2.0 (ODI), Questionário da Cintura Pélvica (PGQ) e escala de classificação para a gravidade da dor numérica de 0 a 10 (NRS), utilizando como medida o Índice de Alteração Mínima Importante (MIC) definida como a quantidade mínima de mudança de dor que é importante para o paciente. Foi concluído que os três instrumentos foram eficazes em conseguir acompanhar e medir o alívio da dor e a melhora da capacidade funcional das gestantes nas atividades cotidianas, sendo ferramentas ideais para acompanhamento da evolução do tratamento de lombalgia gestacional utilizando a acupuntura. Porém o MIC para o ODI foi de magnitude semelhante ao erro de medição, podendo ser impreciso, sendo questionável seu uso.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A acupuntura, uma técnica milenar da medicina tradicional chinesa, tem sido cada vez mais reconhecida e aplicada na obstetrícia ao longo dos últimos cinquenta anos. Sua utilização na gestação, em especial, tem mostrado resultados positivos no tratamento da dor lombar, que é uma queixa comum entre as gestantes. Estudos indicam que a combinação da acupuntura com tratamentos convencionais oferece uma eficácia superior no alívio dessa dor, além de proporcionar uma melhora significativa na funcionalidade e na qualidade de vida das mulheres grávidas. Do ponto de vista custo-benefício, a inclusão da acupuntura nos planos de tratamento pode resultar em uma abordagem mais eficaz e econômica, especialmente considerando o impacto positivo na saúde e bem-estar das gestantes. A acupuntura revela-se uma prática segura, com baixa incidência de efeitos adversos. Quando esses efeitos ocorrem, geralmente são leves e limitados, como dores passageiras no local da punção ou a formação de petéquias. Em suma, a acupuntura se apresenta como uma alternativa viável e benéfica para o manejo dos sintomas associados à gestação, contribuindo para um período gestacional mais confortável e saudável.

REFERÊNCIAS

1. ARAÚJO WC. Recuperação da informação em saúde. *Convergências Ciência Informação*, 2020; 3(2): 100-134.
2. BASTOS JLD, DUQUIA RP. Um dos delineamentos mais empregados em epidemiologia: estudo transversal. *Scientia Medica*, Pelotas, 2007; 17(4): 229-232.
3. BISHOP KC, et al. Acupuncture in obstetric and Gynecology. *Obstetrical and Gynecological Survey*, 2019; 74(2): 241-251.
4. BOTELHO LLR, et al. O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais. *Gestão e Sociedade*, 2011; 5(11): 121-136.
5. BRASIL. Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares no SUS, Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, 1. ed., Brasília, 2018.
6. CEPRNJA D, et al. Prevalence and factors associated with pelvic girdle pain during pregnancy in Australian women: a cross-sectional study. *Spine*; 2021; 46(14): 944–949.
7. CRITICAL APPRAISAL SKILLS PROGRAMME (CASP). CASP checklist: 10 questions to help you make sense of a qualitative research. Oxford, UK, 2018.
8. DANTAS HLL, et al. Como elaborar uma revisão integrativa: sistematização do método científico. *Recien*, 2021; (37): 334-345.
9. KOUKOULITHRAS I, et al. The Effectiveness of Non-Pharmaceutical Interventions Upon Pregnancy-Related Low Back Pain: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Cureus*, 2021; 13(1).
10. LI R, et al. Efficacy and safety of acupuncture for pregnancy-related low back pain: A systematic review and meta-analysis. *Heliyon*, 2023; 9(8).
11. MA Y, et al. A Comparative Study on the Immediate Effects of Electroacupuncture at Sanyinjiao (SP6), Xuanzhong (GB39) and a Non-Meridian Point, on Menstrual Pain and Uterine Arterial Blood Flow, in Primary Dysmenorrhea Patients. *Pain Medicine*, 2010; 11(10): 1564-1575.
12. MANYOZO S, et al. Low back pain during pregnancy: Prevalence, risk factors and association with daily activities among pregnant women in urban Blantyre. *Malawi Medical Journal*, 2019; 31(1): 71-76.
13. MARTINS J, et al. Recomendações do Enunciado CONSORT para o Relato de Estudos Clínicos Controlados e Randomizados. *Medicina (Ribeirão Preto)*, 2009; 42(1): 9-21.
14. MOHER D, et al. The PRISMA Group. Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Med*, 2009; (7).
15. MURAD MH, et al. New evidence pyramid. *Evid Based Med*, 2016; 21(4): 125-127.
16. NICOLIAN S, et al. Cost-effectiveness of acupuncture versus standard care for pelvic and low back pain in pregnancy: A randomized controlled trial. *PLoS ONE*, 2019; 14(4).
17. OGOLLAH R, et al. Responsiveness and Minimal Important Change for Pain and Disability Outcome Measures in Pregnancy-Related Low Back and Pelvic Girdle Pain. *Phys Ther*, 2019; 99(1): 1551-1561.

18. OLIVEIRA M, et al. Ensaios clínicos randomizados: Série Entendendo a Pesquisa Clínica 2. Femina, 2015; 43(1): 7-11.
19. PAGE MJ, et al. The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. BMJ, 2021; 372: 71.
20. RODRIGUES C, VIERA AFG. Estudos bibliométricos sobre a produção científica da temática Tecnologias de Informação e Comunicação em bibliotecas. InCID: Revista de Ciência da Informação e Documentação, 2016; 7(1): 167-180.
21. ROTHER ET, et al. Revisão sistemática x revisão narrativa. Acta Paulista de Enfermagem, 2007; 20(2).
22. SANTOS JW, BARROSO RMB. Manual de Monografia da AGES: graduação e pós-graduação. Paripiranga: AGES, 2019.
23. SHEA BJ, et al. Development of AMSTAR: a measurement tool to assess the methodological quality of systematic reviews. BMC Med Res Methodol, 2007; 15(7):10.
24. SLIM K, et al. Methodological index for non-randomized studies (minors): development and validation of a new instrument. Anz J. Surg, 2003; 73(9): 712–716.
25. SOLIDAY E, BETTS D. Treating Pain in Pregnancy with Acupuncture: Observational Study Results from a free Clinic in New Zealand. J. Acupunct Meridian Stud, 2018; 11(1): 25–30.
26. SPINDOLA T, et al. Facilidades e dificuldades na construção da monografia: o que pensam os graduandos de Enfermagem? Revista Enfermagem, 2013; 21(1): 73-78.
27. SWATHI VS, et al. Retrospective pharmacovigilance analysis of nonsteroidal anti-inflammatory drugs-induced chronic kidney disease. Indian J. Pharmacol, 2021; 53(3): 192–197.
28. TINGTING L, et al. Effectiveness and safety of acupuncture in treatment of pregnancy-related symptoms: a systematic review and meta-analysis. Journal of Traditional Chinese Medicine, 2024; 44: 16-26.
29. TRICCO AC, et al. PRISMA Extension for Scoping Reviews PRISMA-ScR): checklist and explanation. Ann Intern Med, 2018; 169(7): 467-473.
30. WU L, et al. The application of acupuncture in obstetrics and gynecology: a bibliometric analysis based on Web of Science. Annals of Palliative Medicine, 2021; 10(3): 3194-3204.
31. YANG J, et al. Acupuncture for low back and/or pelvic pain during pregnancy: a systematic review and meta- analysis of randomised controlled trials. BMJ Open, 2022; 12(12).