

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

CURSO DE FISIOTERAPIA

MICHELLE SOARES DE ALMEIDA

**VERIFICAÇÃO DA EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NA
DOR LOMBAR: REVISÃO DE LITERATURA**

**SÃO PAULO
2021**

MICHELLE SOARES DE ALMEIDA

**VERIFICAÇÃO DA EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NA
DOR LOMBAR: REVISÃO DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado ao Curso de Fisioterapia da
Universidade Santo Amaro - UNISA, como
requisito parcial para obtenção do título de
Bacharel em Fisioterapia.

Orientador: Prof. Mestre. Cassiano
Sandrini

Coorientadora: Prof.^a Mestre. Raquel
Fernandes Batista

**SÃO PAULO
2021**

A449v Almeida, Michelle Soares

Verificação da eficácia da auriculoterapia na dor lombar: revisão de literatura / Michelle Soares de Almeida. – São Paulo, 2021.

33 f.: il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Fisioterapia) - Universidade Santo Amaro, 2021.

Orientador: Prof. Me. Cassiano Sandrini

Co-orientador: Profa. Me. Raquel Fernandes Batista.

1. Dor lombar. 2. Auriculoterapia. 3. Medicina Tradicional Chinesa. I. Sandrini, Cassiano, orient. II. Batista, Raquel Fernandes, co-orient. III. Universidade Santo Amaro. IV. Título.

Michelle Soares de Almeida

**VERIFICAÇÃO DA EFICÁCIA DA AURICULOTERAPIA NA DOR LOMBAR:
REVISÃO DE LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Fisioterapia da Universidade – Santo Amaro, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia Orientador Prof. Me. Cassiano Sandrini.

Data da Aprovação: 20 / 05 / 2021

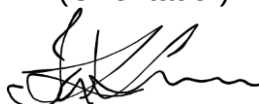
BANCA EXAMINADORA



Dr. Cassiano Sandrini
Fisioterapia
CREFITO 36605-F

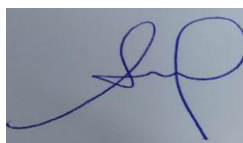
Prof. Me. Cassiano Sandrini

(Orientador)



Ft. Tathiana dos Santos Torrecilhas de Castro

(Banca externa)



Prof Ms Silmara P. C. S. Macri

(Banca Interna)

CONCEITO FINAL: 9,5

“Aos meus amados pais, Raul Soares de Almeida e Maria Aparecida de Almeida, por me ensinarem a buscar sempre ser uma pessoa melhor e me fazerem buscar sempre o estudo e a educação como os melhores caminhos. Amo vocês.”

AGRADECIMENTOS

- *A Deus, pela minha vida, e por estar sempre comigo, me ajudando a ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo do curso.*
- *Aos meus pais, Cida e Raul, que sempre me deram apoio incondicional e me incentivaram a fazer tudo e qualquer coisa que eu quisesse. Tenho muita sorte em tê-los ao meu lado. Obrigada por sempre acreditarem em mim e por sempre se disporem a discutir ideias sobre a vida, eu amos vocês.*
- *A minhas irmãs, Millena e Larissa, e meu irmão Diego, que compreenderam a minha ausência enquanto eu me dedicava à realização dessa trajetória, e tenho muita sorte em tê-los na minha vida.*
- *Aos meus professores, pelos ensinamentos, em especial a Adriana Garcia Orfale Vignola e Raquel Fernandes Batista; e ao meu orientador Cassiano Sandrini pela confiança e dedicação que teve comigo. Acreditando em meu potencial e me conduzindo para a realização desse meu grande sonho.*

"Jamais desista das pessoas que ama. Jamais desista de ser feliz. Lute sempre pelos seus sonhos. Seja profundamente apaixonado pela vida. Pois a vida é um espetáculo imperdível."

Augusto Cury

RESUMO

Introdução: A lombalgia ou dor lombar é uma das principais alterações musculoesquelética que se manifesta como dor na área entre a parte inferior da coluna, do último arco costal até a prega glútea. Estima-se que 80% da população apresentam ou apresentarão dor lombar em algum momento da vida sem que haja uma alteração anatômica. A auriculoterapia é um conceito que inclui o diagnóstico e tratamento através do pavilhão auricular. Estas ações acontecem através do estímulo cutâneo que induz a uma resposta corporal que se manifestará como alterações neurológicas, hormonais e imunológicas. Estudos evidenciam que a auriculoterapia auxilia a recuperação, prevenção da dor lombar e melhora da qualidade de vida.

Objetivo: Evidenciar pela literatura científica os resultados da auriculoterapia na lombalgia. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão e literatura, com embasamento em materiais publicados sobre o tema: livros, artigos científicos, publicações periódicas e materiais disponíveis na internet nos seguintes bancos de dados: biblioteca virtual UNISA, MEDLINE, PEDro, LILACS, BVS e SciELO; no período de 2001 a 2021.

Resultado e Discussão: Após a coleta de dados e seleção criteriosa foram incluídos 09 artigos na íntegra para esta revisão com ano de 2012-2020. As evidências mostram que auriculoterapia obteve resultados significativos na dor lombar, é uma técnica simples, de fácil aceitação e sem efeitos colaterais, realiza-se o estímulo da pressão através das sementes, agulhas semipermanentes e esferas, que liberam neurotransmissores e citosina promovendo reequilíbrio energético.

Conclusão: Os artigos incluídos no presente estudo demonstram que a auriculoterapia é um recurso eficaz, complementar, acessível, de baixo custo e que contribui de forma significativa na redução da dor lombar crônica ou aguda.

Palavras chaves: Dor lombar, Auriculoterapia, Medicina Tradicional Chinesa,

ABSTRACT

Introduction: Low back Pain is one of the main musculoskeletal changes that manifests as pain in the area between the lower parts of the spine, from the last costal arch to the gluteal fold. It is estimated that 80% of the population have or will have low back pain at some point in their lives without an anatomical alteration. Auriculotherapy is a concept that includes diagnosis and treatment through the auricle. These actions occur through skin stimulation that induces a body response that will manifest as neurological, hormonal and immunological changes. Studies show that auriculotherapy helps recovery, prevention of low back pain and improvement of quality of life. **Objective:** To highlight the evidence based practice in auriculotherapy applied to low back pain. **Methodology:** This is a literature review, based on published materials on the subject: books, scientific articles, periodicals and materials available on the internet in the following databases: virtual library UNISA, MEDLINE, Pedro, LILACS, BVS, Scielo, from 2001 to 2021. **Result and Discussion:** After data collection and careful selection, 09 articles were included for this review in 2012-2020. The evidence shows that auriculotherapy presented significant results in low back pain, being a simple application technique, easy consent and without side effects, where the stimulation is performed through the seeds, semi-permanent needles and spheres, which release neurotransmitters and cytosine promoting energetic rebalancing. **Conclusion:** The articles included in this study demonstrate that auriculotherapy is an effective and complementary resource, accessible, low cost, which contributes significantly to the reduction of chronic or acute low back pain.

Keywords: Low back pain, Auriculotherapy, Traditional Chinese Medicine,

Lista de Quadros

Quadro 1 – Informações sobre dados e métodos utilizados nos estudos e resultados da auriculoterapia na dor lombar	23
Quadro 1 – Continuação - Informações sobre dados e métodos utilizados nos estudos e resultados da auriculoterapia na dor lombar	24
Quadro 1 – Continuação - Informações sobre dados e métodos utilizados nos estudos e resultados da auriculoterapia na dor lombar	25
Quadro 2 – Informações sobre os pontos e materiais utilizados nos estudos da auriculoterapia na dor lombar	26

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Mapa da orelha como um feto invertido	20
Figura 2 – Fluxograma de Pesquisa nas bases de dados	22

Lista de Abreviaturas

AA	Acupuntura Auricular
APA	Acupressão do Ponto Auricular
COFFITO	Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional
CPME	Corno Posterior da Medula Espinhal
DLC	Dor Lombar Crônica
DLI	Dor Lombar Inespecífica
LILACS	Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
MEDLINE	Medical Literature Analysis and Retrieval System Online
MS	Ministério da Saúde
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
PEDro	Physiotherapy Evidence Database
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
SCIELO	Scientific Eletronic Library Online
SNC	Sistema Nervoso Central
SNP	Sistema Nervoso Periférico
SUS	Sistema Único de Saúde

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	14
2	OBJETIVOS	16
2.1	Objetivo geral:	16
2.2	Objetivo específico	16
3	METODOLOGIA	17
4	REVISÃO DE LITERATURA.....	19
4.1	Dor lombar.....	19
4.2	Etiologia da dor lombar.....	19
5	AURICULOTERAPIA.....	20
5.1	Auriculoterapia na Dor.....	21
	Materiais utilizados na Auriculoterapia	21
6	RESULTADOS	22
	Figura 2 – Fluxograma de Pesquisa nas bases de dados	22
7	DISCUSSÃO	27
7.1	Auriculoterapia na dor (benefícios e tempo)	27
7.2	Efeitos fisiológico da auriculoterapia	28
7.3	Auriculoterapia vs. outras intervenções.....	28
8	CONCLUSÃO.....	30
	REFERÊNCIAS.....	31

1 INTRODUÇÃO

A lombalgia ou dor lombar (DL) é uma alteração musculoesquelética frequente e uma importante causa de incapacidade; a dor é localizada na região inferior da coluna em uma área situada entre o último arco costal e a prega glútea; é uma das maiores causas de falta e afastamento no trabalho; e cerca de 80% da população terá lombalgia em algum momento da vida.^{1,2}

As causas podem ser devidas a alguns fatores estruturais que incluem: fatores sócio demográficos, falta no condicionamento físico, falta de flexibilidade da cadeia muscular posterior, fatores psicossociais, postura inadequada, trabalhos com cargas excessivas e tarefas repetitivas, tornando-se uma das afecções mais encontradas na prática fisioterapêutica.³

A Dor lombar é inespecífica, quando não apresenta o diagnóstico específico e determinado. E é considerada como problema de saúde pública mundial devido sua alta prevalência.⁴

Existem diversos recursos essenciais no manejo da dor lombar como exercícios de alongamento e/ou fortalecimento muscular, terapias manuais, hidroterapia, eletroterapia e a acupuntura, entre outras técnicas.⁵

Dentro desse universo terapêutico, encontra-se um outro recurso, a auriculoterapia ou Acupuntura Auricular (AA), que utiliza a estimulação de pontos específicos do pavilhão auricular para o tratamento de diversas enfermidades; pode ser realizado por meio de sementes de mostarda, agulhas, esferas de aço e cristais que são fixados no pavilhão auricular.⁶

A Auriculoterapia é conhecida como um tratamento simples e é utilizada para tratar alterações físicas e psíquicas; como dores musculares, diminuição das dependências químicas, obesidade, epilepsia, ansiedade, e alterações do sono entre outras.⁶

O Ministério da saúde (MS) em 2006, aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), integrando técnicas da Medicina tradicional chinesa (MTC) no Sistema Único de Saúde (SUS), dentre elas a auriculoterapia que pode ser associada a outras intervenções fisioterapêuticas. É um método rápido, eficaz, simples, econômico, prático e não apresenta efeitos colaterais.⁷

O presente estudo teve o objetivo de investigar os efeitos da auriculoterapia como um possível recurso terapêutico para a melhora da dor, da funcionalidade e para o aumento da mobilidade da coluna lombar.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral:

- Verificar os resultados descritos na literatura sobre a efetividade da auriculoterapia na dor lombar.

2.2 Objetivo específico:

- Levantar da literatura os efeitos da auriculoterapia.
- Evidenciar os efeitos da auriculoterapia nos quadros de dor lombar.
- Verificar se há eficácia da auriculoterapia na mobilidade e amplitude de movimento da coluna lombar.

3 METODOLOGIA

Para o desenvolvimento da pesquisa e melhor compreensão do tema, esta revisão de literatura foi elaborada a partir dos registros, análise e organização dos dados bibliográficos e acervos literários, instrumentos que permitiram uma maior compreensão e interpretação crítica das fontes obtidas.

A pesquisa foi elaborada com embasamento em materiais publicados sobre o tema: livros, artigos científicos, publicações periódicas e materiais disponíveis na internet nos seguintes bancos de dados: biblioteca virtual UNISA, MEDLINE, PEDro, LILACS, BVS e SciELO; utilizando as palavras-chaves: Dor lombar; Auriculoterapia; Medicina Tradicional Chinesa. Assim, considerando estudos observacionais, retrospectivos, estudos experimentais e de análise crítica da literatura.

A organização do material foi realizada seguindo as etapas e procedimentos do cronograma, iniciada com a identificação preliminar da bibliografia, interpretação, análise e síntese do material.

Critérios para inclusão

Este estudo contempla artigos cujo ano de publicação estejam entre o período de 2011 a 2021, nos idiomas português, inglês e espanhol.

Critérios de exclusão

Foram excluídas monografias e trabalhos de conclusão de curso, além dos que estavam fora do período determinado na pesquisa.

Tipo de estudo

O presente estudo trata de uma revisão de literatura científica na modalidade denominada integrativa, realizada por meio de uma pesquisa bibliográfica. A escolha desse método oportunizou um embasamento científico que permitiu, através das

pesquisas realizadas, compreender e verificar a eficácia da auriculoterapia na dor lombar, tendo como benefício permitir a síntese de estudos publicados o que possibilitou maior entendimento e conclusão sobre o objeto do estudo.

4 REVISÃO DE LITERATURA

4.1 Dor lombar

A Dor lombar é uma alteração musculoesquelética que acomete homens e mulheres, podendo alternar de uma dor imediata a dor profunda e prolongada, sendo localizada abaixo da margem das últimas costelas e acima das linhas glúteas com ou sem dores em membros inferiores. É considerada inespecífica quando não é encontrada justificativa para sua causa, denominada dor lombar inespecífica (DLI). Estima-se que 80% da população adulta apresentará pelo menos uma crise de dor lombar em algum momento na vida e 90% apresentará mais de um episódio.⁸

4.2 Etiologia da dor lombar

A dor lombar apresenta etiologia multifatorial, fatores anatomopatológicos, físicos, neurofisiológicos, psicológicos e sociais; bem como têm impacto diferenciado em cada indivíduo.⁹

A lombalgia pode ser classificada pela sua duração, como aguda, persistindo por menos de 4 semanas, menos de 12 semanas como subaguda e acima de 12 semanas como crônica. As principais causas de dor lombar incluem hérnia de disco e osteoartrose que podem causar compressão de raiz nervosa ou da medula espinhal; além de quadros como síndrome miofascial, espondilolistese, espondilose anquilosante, artrite reumatoide, fibroses, tumores e infecção.¹⁰

A dor lombar crônica (DLC) é definida como uma dor persistente por pelo menos três meses. A DLC está associada com prejuízos econômicos e pessoais ao indivíduo, como impacto negativo sobre a qualidade de vida e funcionalidade, levando ao afastamento do trabalho.¹¹

5 AURICULOTERAPIA

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde (SUS) foi publicada na forma das portarias ministeriais nº 971, de 03 de maio de 2006, e nº 1.600, de 17 de julho de 2006, e regulamenta a medicina tradicional chinesa, que utiliza a teoria do Yin e Yang (aspectos opostos complementares que sustentam tudo o que é manifesto), a teoria dos Cinco Elementos (Madeira, Fogo, Terra, Metal e Água) e dentre elas a auriculoterapia, como tratamento ofertado pelo SUS.¹²

A auriculoterapia entra como uma técnica de atribuição para o fisioterapeuta, segundo o Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional (COFFITO), a aprovação do uso da auriculoterapia pelo fisioterapeuta foi aprovada. Na resolução do COFFITO nº 462, em, 21 de dezembro de 2015. Assim o fisioterapeuta tem suporte para aplicar a pratica integrativa e complementar.¹³

A auriculoterapia, destaca-se como uma técnica da MTC que age com base na estimulação de pontos específicos do pavilhão auricular. Estes pontos tem uma ação reflexa, representados por um mapa somatotópico da orelha, baseado na ideia de um feto invertido (Figura 1). Para a estimulação desses pontos podem ser utilizadas agulhas, sementes e cristais. Sendo o resultado dessa estimulação o estímulo de neurotransmissores, citocinas, sistema imunológico, inflamação e reflexo neurológico.¹⁴

Figura 1- Mapa da orelha como um feto invertido



Fonte: Google imagens (2021)

5.1 Auriculoterapia na Dor

O mecanismo da auriculoterapia como tratamento na dor apresenta duas vias, a primeira é a via neurofisiológica, onde os estímulos nas terminações nervosas do pavilhão auricular são transmitidos via nervos espinhais e cranianos e sistema nervoso periférico (SNP), para o sistema nervoso central (SNC), liberando neurotransmissores que regulam os mecanismos endógenos de controle da dor. Quando ativada, a via neural descendente libera opióides endógenos (endorfinas) no corno posterior da medula espinhal (CPME), dificultando a propagação e percepção do estímulo doloroso pelo SNC (vias inibitórias descentes da dor, mecanismo extrassegmentar ou supraespinhal).¹⁵

Já a segunda via, a modulação nociceptiva, é a chamada Teoria das Comportas (mecanismo segmentar ou espinhal), que transmitindo estímulos não dolorosos por via de fibras aferentes mielinizadas, contrapõem-se aos estímulos nocivos das fibras pouco mielinizadas ou amielinizadas. Na inflamação está ligado ao estímulo do nervo vago, liberando acetilcolina, que é um neurotransmissor que inibe a liberação do fator de necrose tumoral alfa (TNF- α , citocina pró-inflamatória) pelos macrófagos, e com isso, minimiza a inflamação.¹⁵

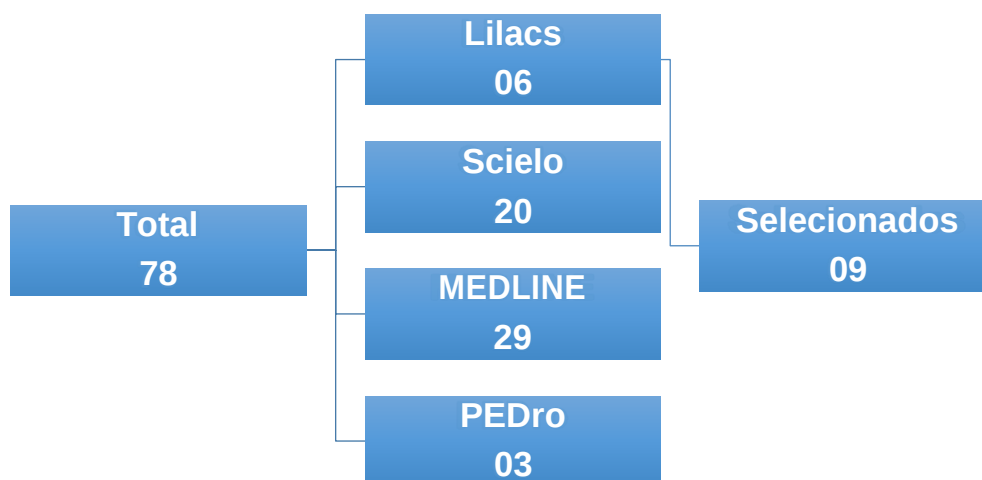
Materiais utilizados na Auriculoterapia

Para a aplicação da auriculoterapia são utilizados materiais como: agulhas, esferas, cristais e sementes de plantas botânicas (Mostarda e Vacaria), de aproximadamente 2mm de tamanho, que fixam na orelha por meio de fitas adesivas. Desde que foi desenvolvida, a acupuntura auricular com sementes, como um método não invasivo, foi considerada mais acessível e segura se comparada com o uso de agulhas, pois resulta em menores chances de fobias, alergias e infecção.¹⁶

6 RESULTADOS

Foram encontrados 78 artigos seguindo os descritores anteriormente citados. A triagem inicial excluiu 54 registros após passar pelos critérios não aplicáveis, restando apenas 24 artigos para leitura de resumo. Após leitura do texto completo foi realizada revisão dos critérios de inclusão e exclusão que resultou na seleção final de 09 ensaios clínicos randomizados, segue abaixo o fluxograma e a tabela com os artigos encontrados:

Figura 2 – Fluxograma de Pesquisa nas bases de dados



Fonte: O autor

Quadro 1 – Informações sobre dados e métodos utilizados nos estudos e resultados da auriculoterapia na dor lombar.

Autor	Objetivo	Metodologia	Resultados
Graça et al. (2020) ¹⁷	Analisar as contribuições da auriculoterapia para a promoção da qualidade de vida de profissionais do sistema penitenciário.	Estudo experimental, com 18 profissionais da instituição divididos em 2 grupos de 9 indivíduos que foram atendidos semanalmente por seis semanas. Grupo Controle (GC- não tratado) apenas avaliou-se os sintomas por entrevista individual. Grupo intervenção (GI- com aplicação da auriculoterapia) recebeu sessões de auriculoterapia com avaliação da presença e intensidade dos sintomas.	A auriculoterapia obteve efeitos positivos sobre a intensidade da lombalgia.
Moura et al. (2019) ¹⁸	Avaliar os efeitos da acupuntura auricular na intensidade da dor crônica, o alívio proporcionado pela intervenção, a interferência da dor nas atividades cotidianas e o limiar de dor em pessoas com distúrbios musculoesqueléticos nas costas.	Ensaio clínico randomizado, com 110 pessoas divididas em três grupos: Grupo Tratado (n=37) definidos com base no equilíbrio energético segundo os padrões da MTC, e foram aplicados na seguinte ordem: Grupo Placebo (n=36) aplicada a AA sham, Grupo Controle (n=37) não foram submetidos a nenhuma intervenção.	A acupuntura auricular apresentou efeitos positivos sobre a intensidade e o alívio da dor crônica nas costas.
Ushinohama et al. (2016) ¹⁹	Examinar os efeitos de uma única sessão de Auriculoterapia sobre a intensidade da dor e oscilação corporal durante tarefas posturais em indivíduos portadores de dor lombar.	Ensaio clínico, 80 participantes com lombalgia e intensidade da dor igual ou maior de 4 na EVA foram divididos aleatoriamente para o grupo Auriculoterapia e grupo placebo. Avaliando dor e realizando teste postural antes e depois da terapia.	A intensidade da dor diminuiu nos dois grupos, mas diminuiu mais no grupo de Auriculoterapia. Não obtiveram efeito sob a condição postural.

Fonte: O autor (2021)

Quadro 1 – Continuação - Informações sobre dados e métodos utilizados nos estudos e resultados da auriculoterapia na dor lombar.

Autor	Objetivo	Metodologia	Resultados
Lin et al. (2015) ²⁰	Investigar os mecanismos fisiológicos analgésicos da auriculoterapia na dor lombar crônica.	Ensaio clínico piloto randomizado, um tratamento com auriculoterapia com 61 participantes que foram randomizados em um -Grupo APA real (32) -Grupo APA falsa (29). Onde as amostras de sangue, intensidade da dor e função física foram coletadas no início do estudo e após 4 semanas de tratamento.	Houve redução de 56% na intensidade da dor e uma melhora de 26% na função física. o grupo APA falsa relatou uma redução de 9% na dor e uma melhora de 2% na função física e exibiu alterações mínimas de citocinas inflamatórias e neuropeptídeos.
Eberhardt et al (2015) ²¹	Comparar o efeito da aplicação de Zen Shiatsu e acupuntura auricular na redução dos níveis de dorsolombalgias em profissionais de enfermagem que atuam em ambiente hospitalar.	Estudo clinico com 40 voluntários, randomizados em dois grupos: Grupo 1 (SHI) = 20, teve uma sessão da intervenção Zen Shiatsu Grupo 2 (AUR) = 20, uma sessão da intervenção acupuntura auricular.	Tanto a acupuntura auricular quanto a Zen Shiatsu foram igualmente eficazes na redução da dorsolombalgias crônicas. Ambos os tratamentos obtiveram efeitos semelhantes na redução do nível médio de dor.
Yeh et al. (2015) ²²	Determinar os efeitos de um tratamento da auriculoterapia em 4 semanas na dor lombar crônica e examinar a variabilidade da AA por 29 dias.	Estudo prospectivo com 61 participantes, que foram randomizados. Grupo APA real (n = 30) ou grupo APA falso (n = 31), os pacientes receberam um tratamento de auriculoterapia por semana durante 4 semanas.	O grupo real de APA exibiu uma redução de 30% da dor após o primeiro dia de tratamento de AA, e a redução contínua da dor (44%) após 4 semanas e o uso de analgésicos foram reduzidos.

Fonte: O Autor (2021)

Quadro 1 – Continuação - Informações sobre dados e métodos utilizados nos estudos e resultados da auriculoterapia na dor lombar.

Autor	Objetivo	Metodologia	Resultados
Yeh et al. (2014) ²³	Avaliar a viabilidade e tolerabilidade de uma administrada intervenção de acupressão do ponto auricular (APA) e fornecer uma avaliação inicial do tamanho do efeito em comparação com um tratamento simulado.	Ensaio clínico randomizado, com 37 participantes com dor lombar crônica. Grupo de intervenção: 19 pessoas; Método: Auricular acupressão usando sementes de vacária em pontos específicos da dor lombar crônica; Grupo comparação: 18 participantes; Método: Sham auricular acupressão usando sementes de vaccaria em pontos de acupuntura não correlacionados a dor lombar crônica.	Grupo intervenção: Relataram intensidade da dor houve uma diminuição Grupo comparação: teve 0% de redução dos sintomas.
VAS et al. (2014) ²⁴	Avaliar a eficácia e segurança do tratamento da auriculoterapia aplicada a pacientes com lombalgia inespecífica na atenção primária à saúde.	Ensaio clínico randomizado, com 265 participantes: Grupo TAP, (verdadeira) n = 130; Grupo PAP, (placebo) n = 135). Principal medida de resultado foi a mudança na intensidade da dor de acordo com a escala visual analógica de dor (EVA de dor) Como medidas Nas escolas secundárias, o índice Lattinen, o Questionário de Dor McGill e o questionário qualidade de vida relacionada à saúde SF-12.	Apresentou diferença estatisticamente significativa para dor lombar que reduziu a curto e médio prazo entre TAP (76,4%) PAP (57,8%). Os efeitos não foram detectados como colaterais.
HUNTER et al. (2012) ²⁵	Avaliar a viabilidade de um ensaio clínico randomizado (RCT) investigando os efeitos da adição de acupuntura auricular (AA) ao exercício para participantes com dor lombar crônica (CLBP).	Controlado randomizado com 51 participantes divididos em dois grupos: (1) “Exercício sozinho (E)” - programa de 12 semanas consistindo de 6 semanas de exercícios supervisionados seguidos por 6 semanas de exercícios não supervisionados (n = 27) (2) “Exercício e AA (EAA)” - programa de exercícios de 12 semanas e AA (n = 24). As medidas de resultado foram registradas no início do estudo, semana 8, semana 13 e 6 meses.	AA foi seguro e demonstrou benefícios adicionais quando combinado com exercícios para pessoas com CLBP.

Fonte: O Autor (2021)

Quadro 2 – Informações sobre os pontos e materiais utilizados nos estudos da auriculoterapia na dor lombar.

Autor	Pontos	Tempo	Materiais
Graça et al. (2020) ¹⁷	Shen men, rim, diafragma, fígado, coração, tronco cerebral e ansiedade	Foram atendidos semanalmente por seis semanas (6 sessões)	Sementes de Vacaria
Moura et al. 2019 ¹⁸	Shen men; Rim; Sistema Nervoso Simpático; pontos de restabelecimento do equilíbrio energético, correspondente a um órgão e uma víscera; e coluna.	Cinco sessões, 1 vez por semana	Agulhas auriculares semipermanentes 0,20x 1,5mm
Ushinohama et al. (2016) ¹⁹	Shen man, Analgésico Coluna lombar	20 minutos de aplicação	Agulha de acupuntura 0,15 x 30mm
Lin et al. (2015) ²⁰	Shen men, simpático, subcortex e coluna lombar	1 tratamento por 4 semanas, 5 dias com sementes	Sementes
Eberhardt et al ²¹ 2015	Shen Man, simpático, vértebras torácicas e vértebras lombares	Agulhas semipermanentes por 7 dias	Agulhas semipermanentes 1,5 mm
Yeh et al. (2015) ²²	Shen men, simpático, subcortex e coluna lombar	1 tratamento por 4 semanas, 5 dias com sementes	Sementes
Yeh et al. (2014) ²³	Shen men, simpático, subcórtex nervoso, e um e grupo de pontos de APA ativos relacionado à dor lombar crônica	Semanal, tratamento (sementes mantidas por 5 dias) por 4 semanas Acompanhamento: 1 mês	Semente de Vacaria
VAS et al. (2014) ²⁴	Shen men, Tálamo e pontos quais foram acrescentados de acordo com a sensibilidade das zonas auriculares	8 vezes (1 vez por semana)	Sementes de Vacaria
Hunter et al. (2012) ²⁵	Shen Men, Coluna lombar e cushion	Período de 48 horas de tratamento em um diário semanal durante as 6 semanas	Agulha auricular semipermanente 1,80 x 0,26 mm

Fonte: O Autor (2021)

7 DISCUSSÃO

A auriculoterapia tem se destacado como um recurso terapêutico integrativo e complementar, utilizado para o tratamento e controle da dor crônica. A auriculoterapia possui aspectos preventivos e curativos dos sintomas de diferentes doenças e é considerada como um recurso de baixo custo.²⁶

7.1 Auriculoterapia na dor (benefícios e tempo)

O estudo de Graça et al.¹⁷ identificaram que a partir da auriculoterapia obtiveram melhoras nos valores do grupo intervenção, apresentando redução significativa dos sintomas do estresse e lombalgia. Após seis sessões de auriculoterapia, conseguiram aumentar em 50% a ausência de dor lombar

Em seu estudo, Moura et al.¹⁸ utilizaram um protocolo de intervenção de AA baseado nas recomendações do padrão para relatar intervenções em ensaios clínicos de acupuntura seguindo o padrão da MTC, resultando na eficácia da AA nos grupos tratado e placebo em 5 sessões uma vez por semana. Para Ushinohama et al.¹⁹ tiveram como objetivo avaliar os efeitos de uma única sessão de auriculoterapia para dor lombar crônica e controle postural, encontraram efeitos positivos a favor do grupo intervenção, com a auriculoterapia verdadeira, após uma única sessão, em relação ao controle postural não houve diferença estatística entre os grupos.

Yeh et al.²³ avaliaram a viabilidade e tolerabilidade de uma intervenção da Auriculoterapia de fácil administração. Foram randomizados idosos com dor lombar crônica em dois grupos, grupo intervenção (Real) utilizando pontos específicos para dor na coluna lombar, o grupo controle (Sham/ Falsa), utilizaram pontos insignificantes para DLC. Verificou-se também a funcionalidade utilizando o questionário Roland Morris. Foi observado que o grupo intervenção obteve resultados de melhora estatisticamente significativa na intensidade da dor e funcionalidade física. Todavia a auriculoterapia é viável e segura para idosos com dor lombar crônica.

No estudo randomizado de Vas et al.²⁴ tiveram como objetivo avaliar a eficácia e segurança do tratamento da auriculoterapia em pacientes com dor lombar inespecífica. A intervenção semanal durou 8 semanas e apresentou resultados satisfatórios na mudança da dor lombar. Não foi detectado ou relatado que a AA

apresentou efeitos adversos graves durante o tratamento, pode-se observar também que a auriculoterapia é uma técnica eficaz e segura.

7.2 Efeitos fisiológico da auriculoterapia

A auriculoterapia é um tratamento eficaz para o controle da dor lombar crônica. Todavia o mecanismo que leva a essa eficácia é pouco citado e estudado. Baseado no estudo de Lin et al.²⁰ foi realizada auriculoterapia para dor lombar crônica durante 4 semanas, utilizando a semente de vacaria 1 vez por semana. Foram coletados: a intensidade da dor, função física e exame de sangue. Os resultados deste estudo demonstraram que o tratamento com AA reduziu a intensidade da dor lombar e melhora na função física. A afeta a intensidade da dor por meio da modulação do sistema imunológico, refletido pelas alterações induzidas nos níveis séricos de citocinas inflamatórias e neuropeptídeos agindo no mecanismo biológico no alívio da dor.

7.3 Auriculoterapia vs. outras intervenções

O estudo Eberhardt et al.²¹ avaliaram os efeitos do Zen Shiatsu e da acupuntura auricular na redução dos níveis de dor lombar. Foi aplicado para formar dois grupos de 20 voluntários cada. Os do grupo 1 receberam uma sessão de Zen Shiatsu e o grupo 2 recebeu uma sessão de acupuntura auricular com agulhas semipermanentes. A escala visual analógica (EVA) foi usada para medir o nível de dor. Os efeitos das duas intervenções foram comparados, concluindo-se que a acupuntura auricular e o Zen Shiatsu foram igualmente eficazes na redução dos níveis de dor lombar crônica. Os dois tratamentos apresentaram efeitos semelhantes na redução do nível médio de dor, deixando claro que um tratamento não é melhor que o outro.

Hunter et al.²⁵ tiveram como objetivo avaliar a viabilidade de um ensaio clínico randomizado, investigando os efeitos da auriculoterapia ao exercício para participantes com dor lombar crônica. Foram alocados aleatoriamente 2 grupos. Grupo (1) "Exercício Sozinho (E)" - programa de 12 semanas consistindo de 6 semanas de exercício supervisionado, seguido por 6 semanas de exercício não supervisionado. Grupo (2) "Exercício e AA (EAA)" - programa de exercícios de 12 semanas. A aula de exercícios foi ministrada por fisioterapeutas.

Os participantes participaram de uma sessão de exercícios em grupo supervisionada com duração de 1 hora por semana durante 6 semanas. O programa de exercícios consistia em um aquecimento de 10 minutos, uma série de exercícios envolvendo fortalecimento e flexibilidade, exercícios cardiovasculares, um descanso de 10 minutos e um período de relaxamento. Para cada participante que recebe AA manual, foi utilizado agulha inserida em 3 pontos AA específicos dentre eles o Shen Men e coluna lombar. O principal resultado observado nesse estudo foi a melhora da intensidade da dor lombar crônica e melhora na qualidade de vida. A AA demonstrou benefícios associado com a técnica de exercícios físicos para pessoas com DLC.²⁵

7.4 Auriculoterapia vs. tratamento medicamentoso

Os analgésicos são os métodos mais comuns e utilizados para o tratamento da dor lombar crônica. No estudo de Yeh et al. ²² procurou determinar os efeitos da auriculoterapia no tratamento da dor lombar crônica durante 4 semanas uma vez por semana e avaliar após um mês de tratamento com AA. Verificou-se que a auriculoterapia foi eficaz na redução da dor, além da redução do uso de analgésicos, que permite minimizar os efeitos adversos causados pelo uso dos tratamentos medicamentosos.

Portanto, os dados obtidos, em especial nos artigos que coletaram dados através de ensaios clínicos, a auriculoterapia mostrou alto nível de eficiência em todos os estudos realizados, tendo pouca variação nos resultados apresentados.

8 CONCLUSÃO

Ao alinhar os objetivos propostos e o embasamento apresentado, percebe-se que o objetivo geral (verificar os resultados descritos na literatura sobre a efetividade da auriculoterapia na dor lombar) foi alcançado. De forma sucinta, após a devida conceituação, o presente trabalho demonstrou que a auriculoterapia é uma ferramenta acessível, de baixo custo, que contribui de forma significativa na redução da dor lombar crônica e aguda.

No que se refere aos efeitos e diferentes técnicas de tratamentos utilizados, não foram encontradas diferenças entre o tratamento utilizado com agulhas, sementes ou cristais sobre os pontos, pois apresentaram o mesmo efeito. Todavia, as sementes são menos invasivas, evitando os riscos de infecções e sendo indicadas para os pacientes com fobias a agulhas.

A auriculoterapia é considerada uma prática integrativa e complementar recomendada pelo Ministério da Saúde, podendo proporcionar a melhoria na qualidade de vida das pessoas. Portanto, profissionais devem ser estimulados a aperfeiçoarem seu conhecimento sobre as Práticas Integrativas e Complementares e utilizar a auriculoterapia como uma intervenção complementar ao tratamento convencional.

Por fim, percebeu-se que todos os artigos selecionados para esta revisão indicaram que, independente da técnica utilizada, seja a acupressão, a acupuntura auricular e/ou a auriculoterapia, houve melhora significativa no quadro da dor lombar.

REFERÊNCIAS

1. IMBODEM, J.B.; HELLMANN, D.B.; STONE, J.H. Current Reumatologia: diagnóstico e tratamento. 2º ed. Porto Alegre: AMGH; 2011. P. 100
2. ALMEIDA DC, KRAYCHETE DC. Dor lombar - uma abordagem diagnóstica. Rev. Dor. 2018; 18(2): 173-177.
3. CARGNIN ZA, SCHNEIDER DG, VARGAS MAO, MACHADO RR. Non-specific low back pain and its relation to the nursing work process. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2019; 27: e 3172.
4. FERREIRA GD, SILVA MC, ROMBALDI AJ, WREGGE ED, SIQUEIRA FV, HALLAL PC. Prevalência de dor nas costas e fatores associados em adultos do sul do Brasil: estudo de base populacional. Rev Bras Fisioter. 2011; 15(1):31–6
5. AGUIAR CMS, COSTA BC, GOUVEIA SSV, GOUVEIA GPM. Efeito de um protocolo fisioterapêutico em pacientes com lombalgia crônica. Fisioterapia Brasil.2018; 19(1): 35-43
6. HOU, P.W.; HSU, H.C.; LIN, Y.W.; TANG, N.Y.; CHENG, C.Y.; HSIEH, C.L. The History, Mechanism, and Clinical Application of Auricular Therapy in Traditional Chinese Medicine. 2015.
7. FINKLER RU; MARTIM MS. Eficácia da auriculoterapia na dor no ombro - uma revisão integrativa. Revista Interdisciplinar de Promoção da Saúde, Santa Cruz do Sul.2019; 2(1):56-60
8. TAVARES RDF, COSTA BLS, ALMEIDA CP, TRINDADE SS, FERREIRA TCR. Efeitos de dois protocolos fisioterapêuticos na dor lombar crônica inespecífica em acadêmicas de fisioterapia. Revista CPAQV: Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida, Belém-Pará, 2020;12(2): 1-12
9. CARVALHO AR, ANDRADE A, PEYRÉ-TARTARUGA LA. Possíveis alterações no mecanismo minimizador de energia da caminhada em decorrência da dor lombar crônica - revisão de literatura. Rev. Bras. Reumatol.2015; 55(1): 55-61.
10. LIZIER DT, PEREZ M V, SAKATA RK. Exercícios para tratamento de lombalgia inespecífica. Rev. Bras. Anestesiol. 2012; 62 (6): 842-846.
11. CARGNIN ZA, SCHNEIDER DG, VARGAS MA, SCHNEIDER IJ. Atividades de trabalho e lombalgia crônica inespecífica em trabalhadores de enfermagem. Acta Paul Enferm. 2019;32(6):707-13

12. BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE. Departamento de Atenção Básica. Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso / Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
13. BRASIL. Reconhecer a prática de Auriculoterapia pelo fisioterapeuta e dá outras providências. Resolução Nº 462,21 de dezembro de 2015; Jan 2016.
14. ZHAO YX, HE W, JING XH, LIU JL, RONG PJ, BEM H, LIU K, ZHU B. Transcutaneous Auricular Vagus Nerve Stimulation Protects Endotoxemic Rat from Lipopolysaccharide-Induced Inflammation, Complementar e Alternativa Baseada em Evidências Medicine, 2012 (vol. 2012): 1- 10
15. ARTIOLI DA, TAVARES FLA, BERTOLINI FRG. Auriculotherapy: neurophysiology, points to choose, indications and results on musculoskeletal pain conditions: a systematic review of reviews: Sociedade Brasileira Para O Estudo da Dor, São Paulo, 2019; 356-361,
16. LIU M, TONG Y, CHAI L, CHEN S, XUE Z; CHEN Y; LI X. Effects of Auricular Point Acupressure on Pain Relief: a systematic review. Pain Management Nursing. Elsevier, p. 1-13, 2020
17. GRAÇA BC, NASCIMENTO VF, FELIPE RN, ANDRADE SCA, ATANAKA M, TRETTEL TP. Use of auriculotherapy to control low back pain, anxiety and stress of professionals of the correctional system. Brazilian Journal of Pain. 2020; 3(2):142-146
18. MOURA CC, CHAVES ECL, CHIANCA TCM, RUGINSK SG, NOGUEIRA DA, IUNES DH. Effects of auricular acupuncture on chronic pain in people with back musculoskeletal disorders: a randomized clinical trial. Rev Esc Enferm USP. 2019; 53:e03418.
19. USHINOHAMA A, CUNHA BP, COSTA LOP, BARELA AMF, DE FREITAS PB. Efeito de uma única sessão de acupuntura auricular na intensidade da dor e no controle postural em indivíduos com dor lombar crônica: um ensaio clínico randomizado. Braz J PhysTher. 2016; 20 (4): 328-335.
20. LIN WC, YEH CH, CHIEN LC, MORONE NE, GLICK RM, ALBERS KM. The Anti-Inflammatory Actions of Auricular Point Acupressure for Chronic Low Back Pain. Evid Based Complement Alternat Med. 2015; 2015:103570.

21. Eberhardt TD, Hofstätter LM, Lopes SMS, Silva EAA, Ceranto DCFB, Nicola AL. Analgesic comparison of Zen Shiatsu and auricular acupuncture in back pain among nursing professionals. *Rev Enferm UERJ*. 2015; 23(3):324-30.

22. YEH CH, SUEN LKP, CHIEN LC, MARGOLIS L, LIANG Z, GLICK RM, MORONE NE. Day-to-Day Changes of Auricular Point Acupressure to Manage Chronic Low Back Pain: A 29-day Randomized Controlled Study. *Pain Med*. 2015; 16(10):1857-69.

23. YEH CH, MORONE NE, CHIEN LC, CAO Y, LU H, SHEN J, MARGOLIS L, BHATNAGAR S, HOFFMAN S, LIANG Z, GLICK RM, SUEN LK. Auricular point acupressure to manage chronic low back pain in older adults: a randomized controlled pilot study. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2014; 2014:375173.

24. VAS J, MODESTO M, AGUILAR I, GONÇALO C DA S, RIVAS-RUIZ F. Effectiveness and Safety of Auriculopressure for Primary Care Patients with Chronic Unspecified Spinal Pain: A Randomized Controlled Multicenter Study. *Acupuncture in Medicine*. 2014; 32 (3): 227-235.

25. HUNTER RF, MCDONOUGH SM, BRADBURY I, LIDDLE SD, WALSH DM, DHAMIJA S, GLASGOW P, GORMLEY G, MCCANN SM, PARK J, HURLEY DA, DELITTO A, BAXTER GD. Exercise and Auricular Acupuncture for Chronic Low-back Pain: A Feasibility Randomized-controlled Trial. *Clin J Pain*. 2012; 28(3):259-67.

26. MOURA CC, IUNES DH, RUGINSK SG, SOUZA VHS, ASSIS BB, CHAVES ECL. Action of ear acupuncture in people with chronic pain in the spinal column: a randomized clinical trial. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2018; 26: e 3050

