ENFERMAGEM E A PRÁTICA DA ACUPUNTURA PARA O ALÍVIO DA LOMBALGIA GESTACIONAL

SILVA, Iwkaryy Saysxta[1]; MOURA, Rafael Joshua de Lima[2]; COUTO, Paulo Rogério Corrêa[3]; RIBEIRO, Sarah Santos[4]; SILVA, Gêssyca Adryene de Menezes[5].

Introdução: A acupuntura é uma técnica milenar da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), que por meio da utilização de agulhas restabelece o equilíbrio mental, físico e emocional do paciente. É muito utilizada para as mais diversas afecções, sendo o alívio da dor uma das suas finalidades. A prática possui grande utilização no alívio da lombalgia, que é mais comum no gênero feminino e são muito frequentes durante o período gestacional, principalmente no segundo e terceiro trimestres. **Objetivo**: Avaliar a eficácia da prática de acupuntura para o alívio da lombalgia em gestantes que se encontram no segundo e terceiro trimestre da gravidez. **Material e Métodos:** Foram utilizados artigos científicos em português e inglês nas bases de dados PUBMED, SCIELO e LILACS, publicados entre 2016 a 2019. Utilizou-se os seguintes descritores: *Acupuntura para alívio da lombalgia gestacional e enfermagem e a prática de acupuntura*, totalizando em quatro artigos estudados. **Resultados:** O tratamento da lombalgia na gestação é complexo e delicado. Como alguns medicamentos e substâncias podem ser prejudiciais na gravidez, a prática da acupuntura tem sido uma alternativa para colaborar no bem-estar da saúde materna, atuando na redução dos sintomas e proporcionando qualidade de vida. Além do potencial em reduzir a utilização dos fármacos nesse período. No entanto, a prática da acupuntura em gestantes ainda deve ser feita de forma criteriosa e cautelosa uma vez que alguns pontos não podem ser utilizados. **Conclusão:** A acupuntura mostrou efeitos positivos e favoráveis, além de eficaz na redução da lombalgia logo após algumas seções, mostrando-se assim uma grande aliada para as gestantes. Além disso, é uma técnica que possibilita um cuidado integral, além de atuar de maneira qualificada e humanizada. Sendo também vantajosa por ser de baixo custo e possuir poucos efeitos colaterais.

Palavras-chaves: Acupuntura, Enfermagem, Dor lombar, Gestantes e Lombalgia.

[1] Centro Universitário Tabosa de Almeida- ASCES-UNITA, Caruaru, Pernambuco, Brasil. 2019106419@app.asces.edu.br

[2] Centro Universitário Tabosa de Almeida- ASCES-UNITA, Caruaru, Pernambuco Brasil. 2017202076@app.asces.edu.br

[3] Centro Universitário Tabosa de Almeida- ASCES-UNITA, Caruaru, Pernambuco, Brasil. 2017202069@app.asces.edu.br

[4] Centro Universitário Tabosa de Almeida- ASCES-UNITA, Caruaru, Pernambuco, Brasil . 2015107006@App.asces.edu.br

[5] Centro Universitário Tabosa de Almeida- ASCES-UNITA, Caruaru, Pernambuco, Brasil. gessycasilva@asces.edu.br

ISBN 978-65-88884-04-1