

REDUÇÃO DE ESTRESSE EM GESTANTES APÓS O TRATAMENTO COM ACUPUNTURA

Nicolau da Costa; Eveliny Silva Martins; Régia Christina Moura Barbosa Castro; Priscila de Souza Aquino; Ana Karina Bezerra Pinheiro

Universidade Federal do Ceará - UFC Fortaleza-Ceará, Brasil. nickddacosta@gmail.com

Universidade Federal do Ceará - UFC Fortaleza-Ceará Brasil. evelinymartins@yahoo.com.br

Universidade federal do Ceará - UFC Fortaleza-Ceará, Brasil. regiabarbosa@hotmail.com

Universidade federal do Ceará - UFC Fortaleza-Ceará, Brasil. priscilapetenf@gmail.com

Universidade federal do Ceará - UFC Fortaleza-Ceará, Brasil anakarinaufc@hotmail.com

Introdução: Durante a gestação, cada mulher responderá de uma maneira particular às mudanças físicas e emocionais características deste período. Essas respostas desencadearão alterações fisiológicas e metabólicas no organismo materno que influenciarão o bem-estar fetal. O estresse, na visão da Medicina Tradicional Chinesa - MTC, não se trata de uma doença, mas de um padrão de desequilíbrio energético. No entanto, a constituição genética de cada indivíduo irá definir qual sistema energético será afetado primeiro, no momento que torna-se irregular (excessos e deficiências). Objetivo: Avaliar a redução de estresse em gestantes, após o tratamento com acupuntura. Método. Trata-se de um estudo quase experimental, antes e depois, ocorrido no período de junho a outubro de 2016, em Fortaleza-Ceará. Participaram do estudo as gestantes com queixas de dor lombar, com idade gestacional entre 14 e 37 semanas. Foram realizadas seis sessões de acupuntura, duas vezes por semana, de 30 minutos, cada uma, com a aplicação de pontos sistêmicos e auriculares. A amostra foi composta por 56 gestantes com estresse mencionado. Para a avaliação utilizou-se a escala global de estresse, estes itens foram formulados para quantificar três fatores centrais na experiência do estresse, em torno dos aspectos imprevisíveis, incontrolláveis e de sobrecarga que os respondentes avaliam suas vidas, a partir do mês anterior da aplicação do instrumento. Neste estudo, o instrumento foi adaptado para avaliar o estresse a partir de última semana. Resultados e discussão: Constata-se na tabela os resultados encontrados neste estudo. Tabela 1. Na última semana, com que frequência sentiu que não aguentava com as coisas todas que tinha para fazer?

Momento	n;(%)	Total dos Pontos	Média ± Desvio		Redução do Total de Pontos de uma sessão
---------	-------	------------------	----------------	--	--

(83) 3322.3222

contato@congregpics.com.br

www.congregpics.com.br

			Padrão		para outra
Inicial	56;(100%)	137	2,44 ± 1,11		-
1º S	47;(87,9%)	80	1,71 ± 1,17		57
2º S	37;(66,1%)	62	1,67 ± 1,25		18
3º S	29;(51,8%)	37	1,27 ± 1,13		25

Fonte: elaborada pelo autor

De acordo com a tabela 1, pode-se perceber que na sessão Inicial a média dos pontos marcados da escala de estresse foi de 2,44. Na 1º S a média de pontos foi de 1,71. Na 2º S a média de pontos foi de 1,67 e na 3º S a média de pontos foi de 1,27. Há uma redução até a última sessão. Alguns estudos relatam os benefícios da acupuntura no tratamento de estresse e náusea durante o período gravídico. Um estudo de intervenção realizado com 12 adultos identificou como a acupuntura reduz significativamente os sintomas de estresse. Considerações finais: Considera-se que o enfermeiro da atenção primária a saúde deve considerar os desconfortos fisiológicos, mudança do humor durante o pré-natal, utilizando a tecnologia leve e estratégias alternativas para minimizar o estresse na gestação.

Palavras- chave: Acupuntura; Gestantes; Esgotamento emocional; Enfermagem.

REFERÊNCIAS

- COHEN, S.; KAMARCK, T.; MERMELSTEIN, R.; Uma medida global do estresse percebido. **Journal of Health and Social Behavior**; v.24, n. 4, p.385-396. 1983
- COSTA, B.G.; MARTINS, K.; OTERO, T.M.; **acupuntura: relações entre a ética e a psicologia**. Instituto de Psicologia disciplina de Ética Profissional, 2013. Disponível em http://www.ufrgs.br/e-psico/etica/temas_atuais/acupuntura-texto.html acesso 18/Abril de 2017.
- NOVAIS, P.G.N.; BATISTA, K.M.; GRAZZIANO, E.S.; AMORIM, M.H.C.; The effects of progressive muscular relaxation as a nursing procedure used for those who suffer from stress due to multiple sclerosis. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**.v.24: p.27-89. 2016.
- PAVÃO,T.S.; **Efeitos de uma intervenção de acupuntura sobre sintomas psicológicos e imunidade celular de adultos jovens e idosos saudáveis** Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica porto alegre ,2008.