

## ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA HÉRNIA DE DISCO LOMBAR

João Antunes de Aguiar Nunes<sup>1</sup>; Jader Iury de Souza Mercante<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup> Graduando de Fisioterapia, Faculdades Integradas de Três Lagoas – FITL/AEMS; <sup>2</sup> Bacharel em Fisioterapia – FITL/AEMS; Esp. em Atividade Física e Saúde – FAVENI

\* autor correspondente: jadermercante@gmail.com

### RESUMO

Doença que acomete milhões de pessoas, com predileção pelo sexo masculino, a hérnia de disco lombar provoca dores agudas e crônicas variando de acordo ao grau da lesão e causando certa limitação em seus portadores, essa dor é desencadeada pela formação da hérnia discal lombar que afeta tecidos adjacentes, principalmente nervos e músculos, seja pela compressão ocasionada pela protusão do disco intervertebral, pela inflamação da área afetada por esse processo, ou ambos. Podemos classificar a hérnia de disco lombar conforme sua localização (central, centro lateral, foraminal e extraforaminal) e sua morfologia (protusão, extrusão e sequestrada). Tem uma etiologia multifatorial, variando desde fatores ambientais à genéticos, sendo os principais: hereditariedade, sedentarismo e envelhecimento natural dos discos intervertebrais. A principal linha de tratamento é o conservador, combinando a fisioterapia a analgésicos, ficando a cirurgia listada como último recurso (caso o tratamento convencional falhe, haja dano neurológico grave ou caso o paciente apresente a síndrome da cauda equina). A abordagem fisioterápica com acupuntura visa promover a analgesia dessas lombalgias, através da inserção de agulhas em pontos específicos no intuito de equilibrar as energias Yíng/Yáng, o equilíbrio desta deixa o corpo menos suscetível a mudanças ambientais e emocionais, trata a dor e a doença promovendo uma melhor qualidade de vida aos pacientes acometidos.

**PALAVRAS-CHAVE:** dor e acupuntura; acupuntura hérnia de disco; fisiologia da dor; eficácia acupuntura.

### 1 INTRODUÇÃO

A coluna vertebral tem como função proteger a medula espinal e nervos espinais é composta por 33 vértebras separadas por discos intervertebrais fibrocartilagíneos, e tem como funções básicas amortecer forças, ajudar a estabilizar os corpos vertebrais e permitir o movimento (DRAKE, 2015).

De acordo com o IBGE, em 2018 a estimativa era que 5,4 milhões de brasileiros foram acometidos por esta doença (TST, 2018) A hérnia discal decorre da ruptura do anel fibroso associado a pressão no disco intervertebral resultando no extravasamento do núcleo pulposo através do disco (COHEN, 2006-2007).

A dor que acompanha e caracteriza a hérnia de disco é geralmente causada por herniação, degeneração do disco e por estenose do canal espinal. Contudo,

esses processos por si só não são responsáveis pela dor e, portanto, devem ser também contabilizados a compressão mecânica e as mudanças inflamatórias ao redor do disco e da raiz do nervo (NEGRELLI, 2001).

Acupuntura é uma técnica milenar chinesa datada desde 3000 anos antes de Cristo, que consiste na utilização de agulhas em pontos específicos no corpo, produzirá analgesia por ativações de vias opioides e não opioides ajudando no controle da dor decorrente da hérnia discal (REBELO, 2006).

O objetivo desta pesquisa visa analisar o tratamento da dor das hérnias discas lombares através do tratamento com acupuntura e a analgesia que esta oferece.

A metodologia usada neste estudo baseou-se em artigos científicos voltados ao tema, que foram publicados em

plataformas digitais como Scielo e Lilacs, Ebramec. Foram priorizados os artigos recentes, embora não foram excluídos completamente artigos mais antigos que tivessem conteúdo relevante para a pesquisa

## 2 ANATOMIA DA COLUNA LOMBAR

No período embrionário as vértebras se formarão a partir de condensações mesenquimais em torno do notocórdio. As vértebras lombares são cinco, possuem corpo grande e reniforme, forames vertebrais triangulares com pedículos e lâminas curtas e espessas. São articuladas pelos ligamentos longitudinais e pelos discos intervertebrais fibrocartilagosos, sendo estes formados basicamente por um núcleo pulposo circundado por um anel fibroso, cuja função é permitir a movimentação entre os corpos vertebrais, amortecer forças, e estabilizar os corpos vertebrais. A coluna lombar composta pela musculatura anterior e pela musculatura posterior. No adulto a medula espinal não ocupa todo o canal medular terminando a nível da segunda vértebra lombar (NATOUR, 2004).

A função primária da coluna vertebral é musculoesquelética e mecânica o que proporciona rigidez longitudinal e permite a movimentação dos membros. Logo a proteção da medula espinal ocorre apenas como uma rota conveniente para que esta ganhasse acesso a partes distantes do tronco e membros (NATOUR, 2004).

## 3 HÉRNIA DISCAL

Define - se como hérnia discal o processo pelo qual ocorre a ruptura do anel fibroso com deslocamento do núcleo pulposo do disco fibrocartilaginoso intervertebral. São muitas as causas da hérnia discal, motivo por ser definida como multifatorial, dentre elas as principais são: causas ambientais, herança genética, sedentarismo e o envelhe-

cimento natural dos discos intervertebrais (SUSSELA, 2015; NEGRELLI, 2001).

Estima-se que aproximadamente 3% da população seja acometida por esta doença, sendo mais prevalente no sexo masculino, 4,8% nos indivíduos acima de 35 anos (NEGRELLI, 2001).

### 3.1 Tipos de hérnia de disco lombares

Pode-se classificar as hérnias discais lombares em dois grupos, de acordo a localização e de acordo a morfologia. Em relação a localização teremos a seguinte subclassificação: central, centro lateral, foraminal e extraforaminal. Já na classificação morfológica teremos: protusão, extrusão e sequestrada (COHEN, 2006-2007).

### 3.2 Fisiopatologia da hérnia discal

A hérnia discal tem sua origem através de fissuras que se formam no anel fibroso do disco intervertebral, essas fissuras são preenchidas pelo núcleo gelatinoso pulposo do disco ocasionando o abaulamento e até rompimento deste anel, levando esta hérnia a classificar se como supracitado. Esse processo provocará danos às raízes nervosas, diretamente pela compressão destas ou indiretamente, pelo processo inflamatório decorrente da formação herniária. O dano à raiz nervosa, seja compressivo ou inflamatório, terá como reação orgânica a lombalgia com alta prevalência de cialgia (SUSSELA, 2015).

O tratamento para tal enfermidade é conservador, tendo como objetivo principal o alívio da dor, aumento da capacidade funcional e retardo na progressão da doença, compreende em imobilizar a região lombar com a utilização de coletes associando analgésicos e anti-inflamatórios, fisioterapia e acupuntura (NEGRELLI, 2001). Contudo, a falha deste tratamento é indicação para o tratamento cirúrgico, que será absoluta se houver dano neurológico progressivo e/ou síndrome da cauda equina. A técnica

cirúrgica mais utilizada para tal correção é a discectomia aberta (COHEN, 2006-2007).

#### 4 ACUPUNTURA

A acupuntura datada de aproximadamente 4 milênios, tem sua origem na antiguidade chinesa, onde as funções terapêuticas e sacerdotais eram unidas e as enfermidades tinham suas origens com base em fatores externos (climáticos) e interno (emoções), relacionadas ao yíng yáng (equilíbrio entre bem/mal; claro/escuro). Tal técnica utiliza-se de agulhas e moxas (material feito de folha de artemísia preparada sob a forma de algodão) que são inseridas em pontos da pele conhecidos como meridianos dos canais de passagem das energias que mantêm o equilíbrio fisiológico do corpo (CONTATORE, 2018; LUCA, 2008).

A harmonia do yíng yáng está relacionada ao bom funcionamento orgânico enquanto a desarmonia é decorrente de patologias que fazem com que as energias fiquem estagnadas nos meridianos do organismo, não percorrendo o corpo como deveriam. Em relação à hérnia discal, essa desarmonia acarreta o enfraquecimento superficial ósseo, capsular e tendinoso que permite ações exógenas (frio e umidade) propiciando a degeneração articular entre os discos intervertebrais e a formação de hérnias. Assim, a utilização da acupuntura traz como benefícios relaxamento da musculatura, aumento da vascularização e correção na estagnação das energias, além do alívio da dor e eliminação dos fatores patogênicos (REBELO, 2006).

#### 5 ACUPUNTURA APLICADA NO TRATAMENTO DA HÉRNIA LOMBAR

Sabe-se que a dor é o principal motivo dos atendimentos médicos e hospitalares, com a hérnia discal lombar não é diferente, sua principal queixa é a lombalgia (dor lombar), que se dá pela

afetação das raízes nervosas, seja pelo contato do abaulamento ou rompimento do anel fibroso do disco intervertebral com os nervos ou pela inflamação que este processo desencadeia na região lombar. A intensidade da dor é variável de acordo com o indivíduo, grau e extensão das lesões lombares. Um dos pontos de grande relevância sobre a acupuntura é a analgesia que esta terapia oferece, isso dependerá também dos pontos a serem estimulados, que poderão provocar uma ação analgésica geral ou local, ressaltando que a terapia manterá a consciência, motricidade, tônus muscular, sensações de tato e pressão (SUSSELA, 2015) (SOUZA).

De acordo a medicina oriental o rim (shen) é conhecido como a “raiz da vida” pois armazena a essência pré celestial, derivada dos pais e é alicerce do yíng yáng para todos os órgãos. Partindo desta teoria, a medicina chinesa considera que a região lombar, assim como toda a coluna cervical é dependente das energias do shen. Sendo assim, os pontos para o tratamento da dor lombar provocada pela hérnia discal são baseados no método das três agulhas, com aplicação de três agulhas nos pontos para o tratamento das alterações. Estes pontos têm como função: desobstruir os canais e colaterais (Jing Luo) associados com a bexiga (Pang Guang); remover estase do sangue (Xue); tonificar o rim (Shen); fortalecer a região lombar; resolver umidade da região lombar levando a analgesia da dor (Sá, 2015).

##### 5.1 B23 (Shenshu)

Este ponto é o Shu dorsal (Bei Shu) do rim (Shen), que governa, reside na região lombar, tendo grande importância na tonificação desse órgão (Zang) (Sá, 2015).

##### 5.2 B25 (Dachangshu)

Este ponto é o Shu dorsal (Bei Shu) do intestino grosso (Da Chang), tendo grande importância nas funções dessa

víscera (Fu). Ao agulhar este ponto, as funções regulares desta víscera (Fu) podem ser resgatadas, destacando a manutenção do metabolismo da água, limpando o acúmulo de umidade da região (Sá, 2015).

### 5.3 B40 (Weizhong)

Ponto de comando da região lombar, de modo que para qualquer alteração relacionada com esta região do corpo pode ser empregado este ponto (Sá, 2015).

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Sendo uma das maiores queixas de dor no ambiente clínico - hospitalar e uma das principais causas que levam ao tratamento fisioterápico, a hérnia discal tem como principal método de tratamento o conservador. Conforme vários autores a acupuntura vem se mostrando eficaz na analgesia da dor lombar, se tornando método de tratamento eficaz e evitando a dor crônica e possível intervenção cirúrgica. Assim, considera-se um meio eficaz no tratamento da dor provocada pela hérnia discal.

## REFERÊNCIAS

COHEN, M. et al. Tratado de Ortopedia, Sociedade Brasileira de Ortopedia e Traumatologia: Comissão de educação continuada. [s.n.] 2006-2007.

CONTATORE, O. A. Medicina chinesa/Acupuntura: Apontamentos históricos sobre a colonização de um saber. História, Ciências, Saúde – Manguinhos, Rio de Janeiro, v. 25, n.3, p.841-858, jul.-set. 2018.

DRAKE, R. L. et al. Gray's Anatomia para Estudantes, 3. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2015.

HALL, J. E.; GUYTON, A. C. Tratado de fisiologia médica. Rio de Janeiro:

Elsevier, 2011.

NEGRELLI, W. F., Hérnia discal: procedimentos de tratamento. Acta Ortop Bras, v. 9, n. 4, out./dez. 2001.

NATOUR, J. Coluna Vertebral conhecimentos básicos. 2. ed. São Paulo: Etce-tera Editora, 2004.

REBELO, T. F. et al. Efeitos analgésicos da acupuntura associada à reeducação postural para pacientes portadores de hérnia de disco lombar: uma proposta terapêutica complementar. Fisioterapia Brasil. v. 7, n. 6, p. 411-417, novembro/dezembro de 2006.

ROSA, R.; DIAS, C. P.; RONCADA, C. Efeitos da acupuntura na redução da dor lombar. Revista Pesquisa em Fisioterapia. v. 6, n. 2, p. 167-178, maio 2016.

MONTEIRO J.; RIBEIRO, E., Acupuntura na dor lombar: há evidência? Rev Port Clin Geral, v. 26. p. 272-279, 2010.

LORENZETTI B. T. A. et al., Eficácia da acupuntura no tratamento da lombalgia - Arq. Ciênc. Saúde Unipar, Umuarama, v. 10, n. 3, set./dez. 2006.

LIN C. A.; HSING W. T.; PAI, H. J. Acupuntura: prática baseada em evidências - Rev Med. São Paulo, v. 87, n. 3, p. 162-165, jul.-set. 2008.

RIGO J. C. Evidências da acupuntura no tratamento da dor lombar - Geriatria & Gerontologia, v. 5, n. 3, p. 175-179, 2011.

MEDEIROS R.; SAAD, M. Acupuntura: efeitos fisiológicos além do efeito placebo - O Mundo da Saúde, São Paulo, v. 33, n. 1, p. 69-72, 2009.

SUSSELA A. O. et al. Hérnia de disco: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento - [s.n.], 2015.

LUCA A.C.B. Medicina tradicional chinesa, [s.n.], 2008.

SOUZA, H. C.N. V. Acupuntura e dor os benefícios e os resultados de uma ciência milenar, [S.l. s.n.].

SÁ, C. F., Efeito da acupuntura no tratamento da dor lombar - [s.n.], 2015.

TRIBUNAL SUPERIOR DO TRABALHO. Hérnia de disco: Doença atinge cerca de 5,4 milhões de brasileiros. Disponível em: <[http://www.tst.jus.br/tv-destaques/-/asset\\_publisher/2bsB/content/hernia-de-disco-doenca-atinge-cerca-de-5-4-milhoes-de-brasileiros](http://www.tst.jus.br/tv-destaques/-/asset_publisher/2bsB/content/hernia-de-disco-doenca-atinge-cerca-de-5-4-milhoes-de-brasileiros)>. Acesso em 02 abr. de 2021.