

CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM ENFERMAGEM

NAIANA PESSOA DE OLIVEIRA

**VENTOSATERAPIA APLICADA NOS CASOS DE DOR E MANUTENÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA: Revisão integrativa**

JUAZEIRO DO NORTE - CEARÁ

2023

NAIANA PESSOA DE OLIVEIRA

**VENTOSATERAPIA APLICADA NOS CASOS DE DOR E MANUTENÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA: Revisão integrativa**

Monografia submetida à disciplina Trabalho de Conclusão de curso II (TCC II) do curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO), a ser apresentado como requisito para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientador: Prof. Esp. José Diogo Barros

JUAZEIRO DO NORTE - CEARÁ

2023

NAIANA PESSOA DE OLIVEIRA

**VENTOSATERAPIA APLICADA NOS CASOS DE DOR E MANUTENÇÃO DA
QUALIDADE DE VIDA: Revisão integrativa**

Monografia submetida à disciplina Trabalho de Conclusão de curso II (TCC II) do curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (UNILEÃO), a ser apresentado como requisito para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Aprovado em ___/___/___

BANCA EXAMINADORA

Prof. Esp. José Diogo Barros
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio
Orientador

Prof. Me. Gení Oliveira Lopes
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio
1ª Examinadora

Prof. Esp. Maria do Socorro Nascimento da Silva Olegario
Centro Universitário Dr. Leão Sampaio
2ª Examinadora

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradeço a Deus porque ele é justo e fiel, sendo responsável por cada passo da vida e cada conquista adquirida. Conduziu-me às escolhas da vida acadêmica, sendo tudo um propósito Dele.

A toda minha família, em especial a meus pais, Maria Helena Pessoa de Oliveira e José Ailton de Oliveira, que sempre foram minha inspiração diária, eles fizeram o impossível para me ofertar uma educação de qualidade na rede pública, sou eternamente grata por tudo. Agradeço ao meu esposo, Cícero Maicon Barbosa de Andrade, que acreditou no meu potencial até mesmo quando eu não acreditava mais, pelo apoio nas decisões de crescimento profissional e por ser o meu porto seguro, onde posso contar todos os momentos. Minhas amigas que estiveram sempre presentes, me apoiando, em especial Juliana Rodrigues Monteiro, Taislane Pereira, Maria Naislânia Pereira e Ana Paula Freires.

A meu orientador José Diogo Barros, agradeço por todo conhecimento repassado e por acreditar na minha capacidade, meu eterno agradecimento por tudo que fez por mim, pelo comprometimento, paciência, compreensão e pelos auxílio em todas as fases da construção dessa monografia. Aos membros da banca examinadora, Prof. Me. Gení Oliveira Lopes e Prof. Esp. Maria do Socorro Nascimento da Silva Olegario, por aceitar e dedicar seu tempo para contribuir na minha pesquisa.

Aos professores e preceptores que estiveram comigo nessa jornada acadêmica, em especial às professoras da LAESMC, obrigada pela oportunidade de participar da liga e por toda a experiência vivida, gratidão. Aos professores de TCC I e TCC II, por ajudar nos momentos de dificuldade e sanar minhas dúvidas no decorrer da disciplina.

Finalizo agradecendo a Jesus por me ajudar a passar por as dificuldades encontradas no caminho. Na Bíblia, no livro de Salmos 23:4, Davi por intermédio de Deus, fala: “Mesmo quando eu andar por um vale de trevas e morte, não temerei perigo algum, pois tu estás comigo; a tua vara e o teu cajado me protegem”. Mediante qualquer tribulação que a vida coloque no caminho, tenho a certeza que Deus está do meu lado, hoje e sempre.

"Eu disse essas coisas para que em mim vocês tenham paz. Neste mundo vocês terão aflições; contudo, tenham ânimo! Eu venci o mundo"
João 16:3

RESUMO

Introdução: A ventosaterapia é uma prática milenar da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), surgiu por volta de 4 mil anos atrás, realizada principalmente como uma prática medicinal em pessoas vítimas de picada por animais peçonhentos, tais curandeiros faziam sucção com a boca realizando a extração do veneno. A dor é um conceito instituído há décadas, estabelecido pela Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) e adotado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). A dor pode ser vista por seus aspectos multifatoriais, considerada uma sensação nociceptiva, induzida por estímulos químicos ou físicos, endógenos e exógenos. Qualidade de Vida (QV) é um termo utilizado com uma definição abrangente e subjetiva, representado por indivíduos ou grupos sociais. A ventosaterapia trás justamente o declínio na dor por meio de mecanismo neurofisiológico, proporcionando qualidade de vida ao paciente. **Objetivo:** Analisar o uso da ventosa no controle da dor e na melhora da qualidade de vida. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de revisão integrativa, realizado nas bases de dados da LILACS e MEDLINE onde obteve o resultado de 17 artigos, por meio do cruzamento dos Descritores em Ciências da Saúde: “ventosaterapia” AND “qualidade de vida”. Como critérios de escolha para inclusão dos artigos priorizou-se aqueles que contemplassem a temática, artigos disponíveis na íntegra, publicados em português, inglês e espanhol, no marco histórico de 2018 a 2023, obtendo 8 artigos no resultado da amostra final após os critérios de inclusão. Como critérios de exclusão foram adotados: pesquisas que não contemplassem a temática proposta, teses, monografias e período de estudo ultrapassando a cronologia dos 5 anos. **Resultados e discussão:** Alguns autores expõem a ventosa como um método que ganhou espaço internacionalmente, considerado um tratamento confiável da MTC. Por meio do tratamento com ventosas os pacientes apresentam uma crescente satisfação e melhora na qualidade de vida, havendo alívio da dor e o declínio na utilização de fármacos. **Conclusão:** Em alguns estudos a ventosaterapia trás efeito positivo na sintomatologia dos pacientes, porém, há um déficit de artigos nessa área, mesmo a ventosa sendo uma medicina milenar, precisa ser aprofundado os conhecimentos acerca do tratamento, conduta e sua eficácia mediante a vivência de dor relacionada ao paciente.

Palavras-chave: ventosaterapia, qualidade de vida, dor, medicina tradicional chinesa.

ABSTRACT

Introduction: Cupping therapy is an ancient practice of Traditional Chinese Medicine (TCM), it emerged around 4 thousand years ago, performed mainly as a medicinal practice in people who were victims of bites by venomous animals, such healers used to suck with their mouths, performing the extraction of the poison. Pain is a concept established decades ago, established by the International Association for the Study of Pain (IASP) and adopted by the World Health Organization (WHO). Pain can be seen by its multifactorial aspects, considered a nociceptive sensation, induced by chemical or physical, endogenous and exogenous stimuli. Quality of Life (QL) is a term used with a comprehensive and subjective definition, represented by individuals or social groups. Cupping brings precisely the decline in pain through a neurophysiological mechanism, providing quality of life to the patient. **Objective:** To analyze the use of cupping to control pain and improve quality of life. **Methodology:** This is an integrative review study, carried out in the LILACS and MEDLINE databases, where it obtained the result of 17 articles, through the intersection of Health Sciences Descriptors: “cupping therapy” AND “quality of life”. As selection criteria for inclusion of articles, priority was given to those that addressed the theme, articles available in full, published in Portuguese, English and Spanish, in the historical framework from 2018 to 2023, obtaining 8 articles in the result of the final sample after the criteria of inclusion. As exclusion criteria were adopted: research that did not contemplate the proposed theme, theses, monographs and study period exceeding the chronology of 5 years. **Results and Discussion:** Some authors expose cupping as a method that has gained ground internationally, considered a reliable TCM treatment. Through cupping treatment, patients have increased satisfaction and improved quality of life, with pain relief and a decline in the use of drugs. **Conclusion:** In some studies, cupping therapy has a positive effect on the symptoms of patients, however, there is a deficit of articles in this area, even though cupping is an ancient medicine, knowledge about treatment, conduct and its effectiveness needs to be deepened through the experience of related pain to the patient.

Keywords: cupping therapy, quality of life, pain, traditional Chinese medicine

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ABVD	Atividade Básica de Vida Diária
AINES	Anti-inflamatórios não esteróides
BVS	Biblioteca Virtual em Saúde
DECS	Descritores em ciência da saúde
DLC	Dor lombar crônica
EVA	Escala Visual Analógica
IASP	Associação Internacional para o Estudo da Dor
LILACS	Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
OMS	Organização Mundial da Saúde
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementar
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
QV	Qualidade de Vida
PIB	Produto interno bruto
RIL	Revisão Integrativa da Literatura
SBED	Diretoria da Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor
SCIELO	Scientific Eletronic Library Online
SUS	Sistema Único de Saúde
SNA	Sistema Nervoso Autônomo

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	8
2. OBJETIVOS.....	10
2.1 OBJETIVO GERAL.....	10
2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	10
3. REFERENCIAL TEÓRICO.....	11
3.1 OS PRIMÓRDIOS DA VENTOSATERAPIA.....	11
3.2 TÉCNICAS DE APLICAÇÃO DA VENTOSATERAPIA.....	12
3.3 VENTOSATERAPIA RELACIONADA A DOR E QUALIDADE DE VIDA.....	15
4. METODOLOGIA.....	17
4.1 TIPO DE ESTUDO.....	17
4.2 PERÍODO DE COLETA.....	17
4.3 QUESTÃO NORTEADORA.....	17
4.4 FONTE DA PESQUISA E CRITÉRIOS.....	18
4.5 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS.....	18
5. RESULTADOS E DISCUSSÕES.....	20
6. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	28
REFERÊNCIAS.....	29

1. INTRODUÇÃO

A ventosaterapia é uma prática milenar da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), surgiu por volta de 4 mil anos atrás. É normalmente realizada com copos de vidro ou acrílico, através da bomba de sucção em acupontos. Tem como objetivos principais, minimizar a dor e desconforto do paciente, liberar toxinas existentes na corrente sanguínea mantendo o equilíbrio ácido básico, promover relaxamento muscular, proporcionar o aumento da resistência imunológica pelo processo de hematopoiese, propiciar flexibilidade e bem-estar (XAVIER; MOREIRA; GUIDO, 2022).

A dor é um conceito instituído há décadas, em 1979 houve sua primeira definição estabelecida pela Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) e adotado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), onde referenciam a dor como “uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada a uma lesão tecidual real ou potencial, ou descrita nos termos de tal dano” (RAJA et al, 2020). Em 2019 a classificação da dor foi inserida em amplo aspecto, incluindo a mesma no CID-11 em 7 subcategorias, uma delas foi estabelecida como dor crônica, modificação atribuída pela força tarefa da IASP em conjunto com a OMS. No ano de 2020 houve a publicação oficial para língua portuguesa sobre a definição de dor, realizada pela Diretoria da Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor (SBED), conceituando a dor como “uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada, ou semelhante àquela associada, a uma lesão tecidual real ou potencial” e atribuindo 6 notas para sua complementação (SBED, 2020).

Na última década houve uma crescente de dores crônicas na população, sejam desencadeadas por fatores, biológico, psicológico, físico ou posturais. Um dos fatores mais agravantes na atualidade para essa condição é a hérnia de disco, sendo uma inflamação gerada através do deslocamento do núcleo pulposo para fora dos limites intervertebrais, prejudicando as funções principais do anel discal: hidratação e distribuição da pressão uniforme sobre o disco (SUSSELA et al, 2017).

Há várias alternativas de terapias para a dor, contendo sua apresentação em farmacológicas ou não. As não farmacológicas podem ser adotadas como terapias complementares, utilizadas de forma conjunta ou individual para auxiliar o rebaixamento no nível da dor, trazendo conforto e qualidade de vida ao paciente (ZANETTE, 2022). A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) foi aprovada em 2006 no Sistema Único de Saúde (SUS) pelas portarias nº 971, de 03 de maio de 2006 e foi regida pela

portaria nº 849, de 27 de março de 2017 e atualizada pela portaria de nº702, de 21 de março de 2018, (BRASIL, 2018).

O interesse em realizar esse estudo surgiu mediante a vivência familiar e no meio sociocultural, observando assim muitos indivíduos com dores generalizadas, esta situação acaba gerando interferência nas atividades básicas de vida diárias (ABVD). Desta forma é necessário questionar, como a ventosaterapia pode ajudar no declínio da dor e melhorar a qualidade de vida da população?

O estudo possui relevância acadêmica por propor algo que motiva pesquisas aprofundadas sobre o tema e relevância social devido à técnica mencionada ter relação direta com o indivíduo, buscando proporcionar conforto e condições de vida favoráveis para o paciente, promovendo retardo no processo inflamatório e baixa na dor, reduzindo o uso de analgésicos e minimizando efeitos adversos no organismo do paciente.

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

- Analisar o uso da ventosa no controle da dor e na melhora da qualidade de vida.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Conhecer como a ventosaterapia pode auxiliar nos quadros de dores.
- Identificar o impacto da ventosaterapia na qualidade de vida dos pacientes.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 OS PRIMÓRDIOS DA VENTOSATERAPIA

A ventosaterapia é uma técnica empregada desde o antigo Egito e executada pelo povo grego no séc. IV a.C, realizada principalmente como uma prática medicinal em pessoas vítimas de picada por animais peçonhentos, os curandeiros faziam sucção com a boca realizando a extração do veneno (CUNHA, 2006).

Antes da escola Hipocrática, as patologias eram consideradas atribuições sobrenaturais, o povo da época acreditava que, ao realizar a extração do sangue através das terapias medicinais, eram expulsos os espíritos malignos. Nessa época a prática utilizada era por intermédio da ventosa sarjada (técnica com finalidade de produzir feridas para retirada do sangue parado e tóxico) e sanguessugas (era um tipo de ventosa sarjada natural), ambos os métodos eram invasivos (VIEIRA; CARVERNI, 2015).

A medicina chinesa passou por um grande processo, para hoje ser uma ciência exercida em várias partes do mundo. No final dos anos de 1960 houve movimentos e contestações das estruturas sociais médicas na década vigente, em meados de 1980 houve a mercantilização das práticas complementares, obtendo desta forma uma melhor aceitação da sociedade civil. Em 1999 a ventosaterapia se tornou uma ciência alternativa e complementar conhecida, considerada uma prática terapêutica da MTC (ROZENFELD; KALICHMAN, 2016).

Estudos anteriores relatam que, não se sabe ao certo quem foi realmente o primeiro observador e criador das práticas complementares, porém seus preceitos baseiam-se nos conceitos taoístas e energéticos (NOGUEIRA, 2010).

Através dos estudos foram elaborados distintos equipamentos mencionados na literatura para realização das aplicações, tais como: chifres ocos ou cuias com 10-15 cm de comprimento e 5 cm de diâmetro; bambus de 6-9 cm de comprimento e 0,6 cm de diâmetro e os mais utilizados atualmente; vidro com 67 mm de altura e 34 mm diâmetro, silicone e acrílico com tamanho e diâmetro distintos, sua aplicação consiste na pressão negativa exercida através da bomba de sucção em acupontos, pontos de energia (QI) que traz equilíbrio por intermédio dos diversos meridianos representados pelos órgãos internos do corpo (AMARO, 2015).

3.2 TÉCNICAS DE APLICAÇÃO DA VENTOSATERAPIA

Os pontos SHU dorsais da medicina chinesa são conhecidos desde a antiguidade como pontos de transporte, sua função é promover a harmonia entre a energia Yang dos órgãos e vísceras, comparado ao volume do fluxo de água transportada através dos pontos de SHU. O nome dorsal é devido os pontos trabalhados estarem representados no dorso da coluna ao longo do canal principal da bexiga. Localiza-se bilateralmente na coluna vertebral próximo aos gânglios espinhais, sua condução de energia tem uma comunicação direta com os 12 órgãos associados com o ponto de SHU, onde se relaciona diretamente com os sistemas Zang-Fú (YAMAMURA, 2014).

As dores dorsais podem surgir por diversos fatores; ergonômico, estruturais, psicossocial e condições genéticas, retratada pela MTC como também uma deficiência energética no ponto SHU dorsal. Dor é um sinônimo de sofrimento, sendo uma condição que pode envolver emoções ou funções sensoriais à base do sistema nervoso (IASP 2020). Ela pode ser avaliada pela Escala Visual Analógica (EVA), obtendo o score de 0 a 10, sendo 0 utilizado quando o paciente informa está sem dor, 10 em um limiar de dor considerado insuportável (CALOGERO, 2017).

A execução da ventosaterapia é realizada por vários tipos de sucção e diferentes intensidades, por meio da ventosa de vidro, magnética ou acrílica. Sucção pela chama é utilizada com as ventosas de vidro, colocando uma substância inflamável no interior do copo, por exemplo, álcool 90%, com auxílio de uma pinça hemostática e coxins de gases, efetuando há queima do oxigênio gerando uma pressão negativa por intermédio do vacum (CALOGERO, 2017). Sucção elétrica é gerada por ventosas com cargas elétricas, sendo também capaz de produzir a pressão negativa gerando efeitos positivos assim como na ventosa de vidro, porém há desvantagem nessas ventosas, a intensidade exata da sucção é imensurável. A ventosa de acrílico é utilizada por sucção handpump, gerada com auxílio da pistola onde 00 pressão é atribuída manualmente, esse tipo de ventosa está sendo bastante utilizada devido à possibilidade de mensuração na intensidade da pressão causada na pele do paciente (FILHO, 2016).

A intensidade pode ser estabelecida por mensurações fracas, média ou forte. Dosagem fraca puxa-se a bomba apenas uma vez, promovendo o vacum e fazendo que a pressão negativa sugue a pele em média de 3 ou 4 mm, método utilizado para tonificação do canal de energia dorsal deficiente e para pessoas com alta sensibilidade, fragilidade na pele, idosos e crianças. Dosagem média, puxa-se a bomba duas vezes, a pressão negativa suga de 4 a 6 mm da pele para o interior da ventosa, ela promove o aumento da irrigação sanguínea local e mais

concentração de energia, método usado também para tonificação do QI, liberando estagnação e estase (FILHO, 2016). A dosagem forte puxa-se a bomba de 3 a 4 vezes no máximo, ela é um método de sedação não sendo recomendada em pacientes com deficiência crônicas, pois o QI já está debilitado, essa técnica promove o declínio da energia presente no local, possibilitando um efeito rebote no caso desses pacientes (CUNHA, 2016).

A sucção pode ser realizada através de cinco técnicas distintas ou todas juntas em uma mesma sessão, com intuito de promover eficiência no processo de cura, proporcionar conforto ao paciente através da analgesia local ou generalizada. Método de manipulação deslizante: a pele do paciente deve estar com creme ou óleos essenciais para ajudar na manipulação, é feito o deslizamento da ventosa na linha paravertebral com sucção fraca até provocar equimose. No método Flash a ventosa de sucção quando retirada emite um som “POC”, utilizada com intuito de analgesia local. Ventosa de massagem, após a sucção é realizada movimentos de rotação para direita e esquerda permanecendo no mesmo local da aplicação. Repuxamento é um método bastante utilizado para estimular o local, quando inserida a ventosa o aplicador deve puxar e soltar várias vezes mantendo o copo no mesmo local. Ventosa mista é a junção das técnicas em uma só sessão, mais recomendada para pacientes sem condição patológica (usual para harmonização) (INADA, 2003); (FILHO, 2016).

Antes de começar qualquer procedimento, o profissional deve realizar anamnese, após, deve ser executada a ventosa diagnóstica; aplicação é feita na região dorsal no meridiano da bexiga ou SHU dorsal, dividida em 3 quadrantes, cada área corresponde a um órgão ou sistema; quadrante superior, região escapular, representa o sistema cardiorrespiratório, quadrante médio, região torácica representa o sistema digestivo e o quadrante inferior localiza-se na região lombar representa o sistema geniturinário. É de suma importância que as ventosas sejam aplicadas com a mesma intensidade. Após a retirada, o aplicador deve avaliar as manchas, atribuir o diagnóstico conforme abordagem da MTC e prosseguir com a conduta terapêutica. Tipos de coloração: vermelho claro; indica está saudável; roxa é indicativo de excesso, ou seja, desequilíbrio de energia, azul-claro ou pálido é indicativo de deficiência (RIBEIRO, 2019).

As condutas a serem seguidas em caso de deficiência é tonificar esse ponto do canal SHU dorsal; primeiramente deve realizar o equilíbrio ganglionar que consiste em uma técnica rápida, as ventosas serão aplicadas primeiramente no vaso governador que está localizado na região posterior do corpo, inicia no cóccix e ascende na linha medial da coluna, após, deve realizar aplicações no meridiano da bexiga com espaçamento de 3-4 mm para o lado esquerdo

e direito da coluna vertebral, cada ventosa deve estar com o espaçamento de 2 dedos entre elas (CHIRALES, 2010); (CALOGERO, 2017).

Essas técnicas podem causar algumas reações, tais como: reação de água, é devido à excreção do dióxido e monóxido de carbono ser liderado pelas substâncias endógenas; condensada, o sangue tóxico presente no meio intersticial formara pequenas bolhas roxas na pele; esparsa nessa reação a pele vai apresentar pequenos pontos preto ou roxo, indicando baixa liberação de sangue tóxico gelatinoso granulado da corrente sanguínea; reações puntiformes e duras são devidas altas concentrações de elementos tóxicos no sangue, elas provocam na pele um aspecto casca de laranja, porém a reação dura manifesta coloração em toda a circunferência da ventosa; bolhas, reações que acontece quando a ventosa mesmo permanecendo de 05 a 10 minutos no mesmo local não há liberação dos gases e toxinas, mantendo-se na epiderme, formando bolhas (FILHO, 2016); (CALOGERO, 2017).

3.3 VENTOSATERAPIA RELACIONADA A DOR E QUALIDADE DE VIDA

A dor pode ser vista por seus aspectos multifatoriais, considerada uma sensação nociceptiva, induzida por estímulos químicos ou físicos, endógenos e exógenos, como também por disfunções psicológicas, trazendo um distanciamento entre paciente e sociedade (MARQUEZ, 2011).

Atualmente a dor é considerada “uma experiência sensitiva e emocional desagradável associada, ou semelhante àquela associada, a uma lesão tecidual real ou potencial” , sendo complementada por 6 notas explicativas com itens que incluem a etiologia: 1. Dor é uma experiência pessoal influenciada em diferentes graus, por fatores biológicos, psicológicos e sociais; 2. A dor não pode ser determinada apenas por fatores inerentes às atividades neurosensitivas; 3. Através da vivência os indivíduos aprendem o conceito pessoal de dor; 4. A descrição de uma experiência de dor deve ser respeitada; 5. Por mais que a dor seja um processo considerado adaptativo, trás disfunção no bem-estar social e psicológico; 6. A forma verbal é um dos vários comportamentos que expressa a dor, porém mesmo com a incapacidade de comunicação, não anula a possibilidade do ser humano ou animal sentir dor (SBED, 2020).

A terapia com ventosa é adotada como um tipo de intervenção não farmacológica para manutenção de dores crônicas (MARINHO, 2022). A ventosaterapia apresenta comprovações positivas acerca do tratamento para alívio da dor, proporcionando diminuição dos processos dolorosos e dias favoráveis para o indivíduo, por mais que seja uma medicina antiga ainda mostra poucos estudos de base científica (ANJOS, 2022).

A qualidade de vida (QV) é um termo utilizado com uma definição abrangente e subjetiva, sendo estabelecido em contextos distintos, representado por indivíduos ou grupos sociais. A QV pode ser definida: por classe social, lazer, bem estar físico, psíquico e social, humor, convívio social, condições de existência, acesso à saúde, saneamento básico e alimentação adequada. Na época atual a QV é determinada por diversos campos do conhecimento humano, abordada desde as questões subjetivas até as pragmáticas (SILVA, 2022).

A dor é um fator que interfere diretamente na qualidade de vida e atinge milhões de pessoas por dia, seja elas voltadas ao sistema musculoesquelético ou sistema nervoso como depressão e ansiedade que trás consigo sintomas, como, fadiga, disfunção no sono e estresse, quando não controlados gera sofrimento (MIRANDA, 2022).

A ventosaterapia traz justamente a possibilidade de uma redução na dor abordada pelo paciente, ajudando desta forma uma melhora na sua QV. Quando a aplicação dos copos de ventosas estiver sendo realizada, ocorre um mecanismo neurofisiológico, após a sucção acontece o processo de vasodilatação local ajudando na homeostase vascular pulmonar, liberando as toxinas e gases mantendo assim o equilíbrio, nesse processo obtém ativação dos neurotransmissores liberando substâncias endógenas como adenosinas, histamina e noradrenalina, estimulando o nervo parassimpático (OLIVEIRA et al, 2018).

A aplicação de ventosas proporciona o relaxamento muscular, o sentimento de bem-estar, devido à produção de opióides endógenos e a inibição dos impulsos nervosos que causa a sensação de dor, ação proporcionada pelo sistema nervoso autônomo (SNA), (ROZENFELD; KALICHMAN, 2016). Além de promover analgesia e conforto ao paciente, aumenta a produção de glóbulos vermelhos devido à vasodilatação e concentração sanguínea local, desta forma oferta-se nutriente e oxigênio, sendo bastante recomendada para pessoas com deficiência no QI (AL-BEDAH et al, 2018).

4. METODOLOGIA

4.1 TIPO DE ESTUDO

A presente pesquisa trata-se de uma revisão integrativa de literatura com abordagem qualitativa descritiva.

Revisão Integrativa da Literatura (RIL) tem como finalidade reunir e resumir o conhecimento científico, realizado anteriormente. A revisão integrativa avalia, sintetiza e busca nas evidências disponíveis na literatura a contribuição para o desenvolvimento da temática escolhida, ela pode ser experimental ou não experimental; é o método mais complexo de abordagem metodológica mediante a pesquisa científica (SOUZA et al, 2010).

A pesquisa qualitativa é uma pesquisa científica tendo como objetivo compreender os fenômenos através da coleta de dados, estudando as experiências e particularidades, onde precisa de elucidação mais analítica e descritiva, ajudando a desenvolver idéias e hipóteses (OLIVEIRA et al, 2020, P. 02).

A pesquisa descritiva visa descrever características, etapas, processos ou fenômenos que se apresentam em uma determinada população. É também determinada como técnica padronizada de coletas de dados: questionário e observação sistemática (GARCIA, 2015).

4.2 PERÍODO DE COLETA

A pesquisa realizou-se no período de março a abril de 2023.

4.3 QUESTÃO NORTEADORA

Desta forma propõe a seguinte questão norteadora: como a ventosaterapia pode ajudar no declínio da dor e melhorar a qualidade de vida da população?

4.4 FONTE DA PESQUISA E CRITÉRIOS

Para construção do estudo foi realizado um levantamento bibliográfico utilizando artigos e livros nas seguintes bases de dados: Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Para o levantamento bibliográfico considerou-se critérios de inclusão e exclusão descritos a seguir: Foram incluídos artigos primários disponíveis na íntegra com acesso online, gratuito, aberto, na língua português, inglês ou espanhol nos últimos 5 anos e que possua vínculo com o tema proposto. Critérios de exclusão, foram desconsiderados estudos que não se encaixam na linha de pesquisa e no método utilizado, artigo científico em duplicidade, cartas, dissertações, teses e revisões de literatura. Descritores em ciência da saúde (Decs) utilizados: Ventosaterapia, Qualidade de Vida e Dor.

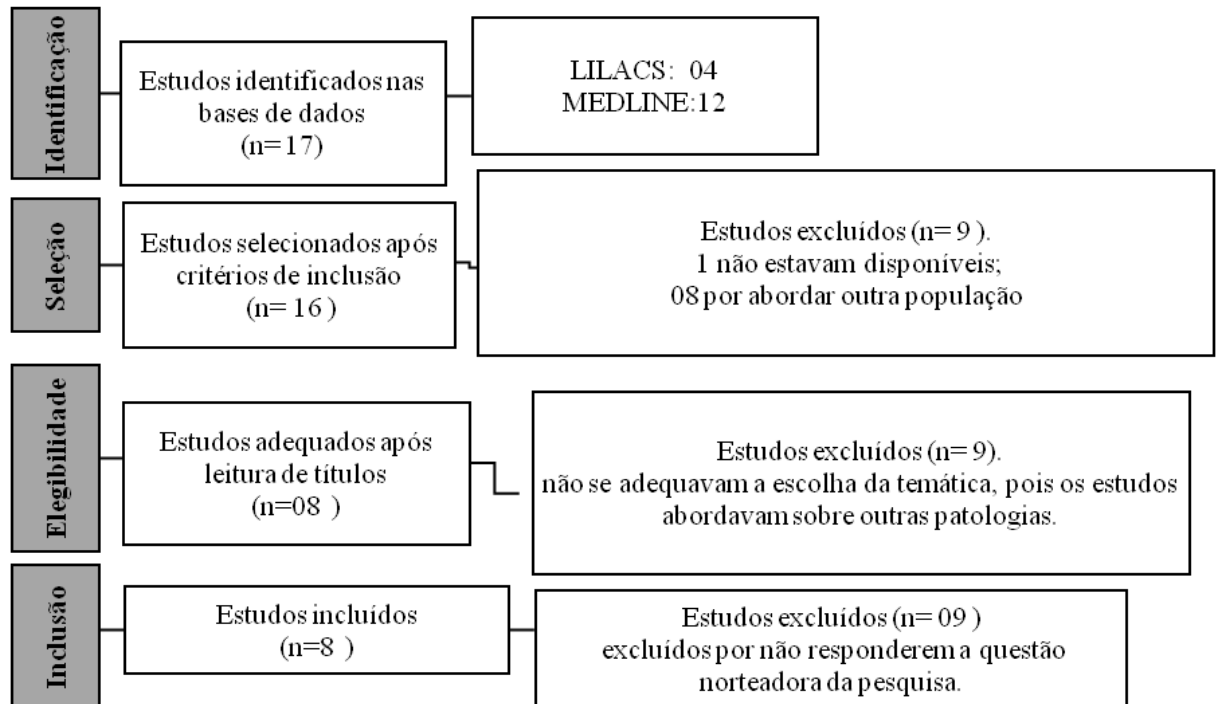
4.5 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

A análise da temática abordada necessitou atuar em etapas, dividindo o texto em unidades e categorias para o reagrupamento analítico. Destaca-se em três momentos: leitura, isolamento, classificação e organização dos elementos utilizados conforme mostram nas etapas presente na tabela abaixo.

1ª Etapa	Pré-análise	Organizar e analisar a leitura com intuito de selecionar o mais adequado para a pesquisa. Essa etapa possui quatro níveis: <ul style="list-style-type: none"> • Nível 1 - Leitura flutuante. • Nível 2 - Escolha dos documentos. • Nível 3 - Formulação das hipóteses e objetivos. • Nível 4 - Referenciação dos índices e elaboração dos indicadores.
2ª Etapa	Exploração do material	Deve realizar a organização e levantamento das categorias de análise presente no material pesquisado. Essa etapa corresponde à leitura, codificação, classificação e categorização dos elementos necessários.
3ª Etapa	Tratamento do Estudo	Consiste na avaliação e interpretação dos estudos. Nessa etapa o pesquisador expõe os dados obtidos de modo que comprove sua análise reflexiva e crítica.

Após a coleta de dados, realizou-se a seleção da amostra de acordo com a temática abordada, obtendo uma amostra inicial de 17 estudos, dos quais, após indexados os critérios de inclusão e exclusão, resultou em 08 artigos amostra final do estudo, presente nas seguintes bases de dados: MEDLINE e LILACS.

Figura 1. Fluxograma da seleção dos estudos



Fonte: Pesquisa direta, 2023.

5. RESULTADOS E DISCUSSÕES

5.1 CARACTERIZAÇÃO DOS ESTUDOS SELECIONADOS

Em números totais, foram encontrados 17 artigos através da busca nas bases de dados, destes, 08 foram inseridos na pesquisa. A partir da leitura e análise dos artigos, foi realizado elaboração do quadro-síntese no qual consta a sumarização dos dados bibliográficos quanto a: título; autores e ano de publicação; objetivo; revista / periódicos e principais resultados.

cod	Título do Estudo	Autores/ Ano	Objetivo	Revista / Periódicos	Principais resultados
01	Effect of Ear Acupuncture plus Dry Cupping on Activities and Quality of Life in the Adults with Chronic Back Pain: a Randomized Trial.	Caroline de Castro Moura et al, 2022	Investigar os efeitos da acupuntura auricular combinada com ventosaterapia na interferência da dor nas atividades diárias e na qualidade de vida de adultos com dor lombar crônica.	J Acupunct Meridian Stud	Entre as sessões inicial e final, houve mudanças significativas nas atividades diárias, atividade, trabalho, humor, relacionamentos, sono e nos domínios físico, psicológico e relações sociais, tanto para o grupo controle quanto para o experimental. Melhor percepção da qualidade de vida e satisfação com a saúde foram observadas para os participantes do grupo experimental.
02	Relação entre dor crônica nas costas, incapacidade e qualidade de vida após auriculoacupuntura e ventosaterapia e satisfação com o	Caroline de Castro Moura et al, 2022	Avaliar a relação da intensidade da dor, incapacidade física e qualidade de vida após tratamento de auriculoacupuntura e ventosaterapia	Online braz. j. nurs. (Online)	Houve correlações negativas de fraca magnitude da intensidade da dor e da incapacidade física com a satisfação com o tratamento, necessidade da intervenção, percepção de melhora após o tratamento e consumo de medicamentos, e correlações

	tratamento: estudo transversal		com a satisfação com o tratamento, necessidade dele para controle da dor, percepção de melhora e consumo de medicação.		positivas de fraca magnitude da percepção da qualidade de vida com a satisfação com o tratamento, necessidade da intervenção, e percepção de melhora.
03	Effectiveness of self-management of dry and wet cupping therapy for low back pain: A systematic review and meta-analysis	Wei-Cheng Shen et al, 2022	Os objetivos deste estudo foram avaliar as evidências da literatura sobre os efeitos da ventosaterapia seca e úmida na lombalgia em adultos	Medicine (Baltimore)	Os pacientes com LBP têm uma redução substancial usando ventosa úmida, mas não mostraram uma diminuição considerável usando ventosa seca ($P = 0,19$). Além disso, apenas os grupos de terapia com ventosa úmida apresentaram uma qualidade de vida significativamente melhor em comparação com o grupo controle
04	Dry cupping therapy is not superior to sham cupping to improve clinical outcomes in people with non-specific chronic low back pain: a randomised trial	Hugo Jário Almeida Silva et al, 2021	O objetivo do trabalho foi estudar quais os efeitos da ventosa seca na intensidade da dor, função física, mobilidade funcional, amplitude de movimento do tronco, efeito geral percebido,	J Physiother	Em uma escala de 0 a 10, a diferença entre os grupos na <u>gravidade da dor</u> em repouso foi insignificante: MD 0,0 (95% CI -0,9 a 1,0) imediatamente após o primeiro tratamento, 0,4 (95% CI -0,5 a 1,5) em 4 semanas e 0,6 (95% CI -0,4 a 1,6) em 8 semanas. Nenhum benefício valioso pôde ser confirmado para qualquer um dos resultados secundários restantes.

			<p>qualidade de vida, sintomas psicológicos e uso de medicamentos em indivíduos com dor lombar crônica inespecífica</p>		
05	<p>Partially randomized patient preference trial: Comparative evaluation of fibromyalgia between acupuncture and cupping therapy (PRPP-FACT)</p>	<p>Hui-Juan Cao et al, 2020</p>	<p>Investigar a viabilidade de aplicar um estudo de preferência de pacientes parcialmente randomizado (PRPP) na avaliação clínica da <u>acupuntura</u> versus <u>ventosaterapia</u> para <u>fibromialgia</u></p>	<p>Complement Ther Clin Pract</p>	<p>O estudo trata-se de uma avaliação comparativa da fibromialgia entre acupuntura e ventosaterapia, obtendo o seguinte resultado: Dos 126 participantes do estudo, 21 eram do sexo masculino (17,07%); 105 eram do sexo feminino (82,03%). A dor ocorre principalmente nas costas e na cintura, raramente nos braços e pernas. Dividiu-se em 4 grupos 1. Grupo de acupuntura randomizado, 2. Grupo de ventosa randomizado, 3. Grupo de acupuntura não randomizado, 4. Grupo de ventosa não randomizado. Não houve diferença entre os quatro subgrupos na satisfação dos participantes (P = 0,719,). As expectativas dos pacientes em relação ao tratamento, nenhuma diferença foi encontrada entre os quatro grupos (P = 0,501). Os escores VAS</p>

					<p>diminuíram significativamente em todos os grupos após 15 sessões de tratamento com uma média de 25–40 mm de alteração desde a linha de base, indicando o efeito terapêutico clinicamente significativo da acupuntura e da ventosaterapia no alívio da dor (consulte a Tabela 6 do Apêndice). As alterações pré e pós-tratamento foram estatisticamente e clinicamente significativas em todos os grupos.</p>
06	TCM nonpharmacological interventions for chronic low-back pain	Haiyang Yu et al, 2020	Avaliar a eficácia e aceitabilidade de diferentes terapias não farmacológicas da MTC por meio de revisão sistemática e meta-análise de rede.	Medicine (Baltimore)	<p>O estudo não proporcionou uma evidência confiável para a seleção de terapias não farmacológicas da MTC no tratamento da DLC. Afirmando que: Esse estudo tem um número de limitações. Uma série de estudos incluídos eram de baixa qualidade. Poucos RCTs comparando intervenções e controles estavam disponíveis, limitando o número de estudos que poderiam ser incluídos na meta-análise. Alguns relatórios incluídos eram terapias que não podem ser cegadas para participantes, especialmente a acupuntura. Havia pouquíssimas trilhas com acompanhamento de longo prazo, é impossível analisar</p>

					o efeito a longo prazo. Por último, a revisão pode ser suscetível a viés de publicação, embora isso não tenha ficado evidente quando gráficos de funil foram examinados. Conforme relatado, os dados foram marcadamente heterogêneo com uma quantidade significativa de dados não relatados.
07	Dry cupping in the treatment of individuals with non-specific chronic low back pain: a protocol for a placebo-controlled, randomised, double-blind study	Hugo Jário de Almeida Silva et al, 2019	Avaliar o efeito da terapia de ventosa seca na dor, função física, amplitude de movimento do tronco, qualidade de vida e sintomas psicológicos em indivíduos com dor lombar crônica inespecífica. dor	BMJ Open	Ainda não há consenso sobre a aplicação da ventosaterapia em indivíduos com dor lombar crônica inespecífica e não há evidências suficientes disponíveis para demonstrar tal efeito dessa técnica nesta população; portanto, este protocolo servirá de base para novos estudos a serem realizados a fim de analisar o efeito da ventosaterapia na dor lombar crônica inespecífica.
08	Cupping therapy and chronic back pain: systematic review and meta-analysis	Caroline de Castro Moura et al, 2018	Avaliar as evidências da literatura sobre os efeitos da ventosaterapia na dor crônica nas costas em adultos, os desfechos mais utilizados para	Rev. latinoam. enferm. (Online)	A ventosaterapia mostrou resultados positivos na dor crônica nas costas. Não há padronização no protocolo de tratamento. Os principais desfechos avaliados foram intensidade da dor, incapacidade física, qualidade de vida e limiar nociceptivo diante do estímulo mecânico. Houve

			<p>avaliar essa condição, o protocolo usado para aplicar a intervenção e investigar a eficácia da ventosaterapia na intensidade da dor crônica nas costas dor.</p>		<p>redução significativa no escore de intensidade da dor com o uso da ventosaterapia ($p = 0,001$).</p>
--	--	--	--	--	--

A análise desse estudo foi realizada conforme os resultados encontrados nos artigos que compuseram esta pesquisa, sendo dividido em duas categorias temáticas: ventosaterapia aplicada nos casos de dores; relação da ventosa vs qualidade de vida.

5.2 VENTOSATERAPIA APLICADA NOS CASOS DE DORES

Alguns estudos relatam que a dor pode surgir mediante condições multifatoriais (MOURA et al, 2023), por causas: inespecíficas, crônicas, fibromialgia, hérnia de disco, entre outros. Em 2017 as estatísticas globais apontam que a dor lombar foi responsável por 7,3% de prevalências inerentes a doenças que afetam diretamente a qualidade de vida do paciente (YU et al, 2020). Estudos posteriores afirmam que 70% da população adulta sofre com lombalgia, considerado-a um problema global e significativo (SHE et al, 2022).

O autor explana em dados significativos que, as dores crônicas são consideradas um problema de saúde pública, sendo uma grande causa de busca aos tratamentos médicos, havendo custos diretos e indiretos, estimados em 3% a 10% do produto interno bruto (PIB) de cada país, afetando a sua economia geral (MACÊDO et al, 2023).

Os artigos examinados apontam sintomas pertinentes à lombalgia ou dor inespecífica, podendo ser tratados através de métodos farmacológicos, com efeito analgésico e anti-inflamatórios não esteroidais (AINES), (URITS et. al, 2019) ou não farmacológicos, utilizado pela população em geral quando os medicamentos são ineficazes ou apresentam efeito a curto prazo (SILVA et al, 2019). A ventosaterapia é um método de tratamento natural e curativista, utilizado com o propósito de reduzir as dores crônicas relatadas pelo paciente (MOURA et al, 2023).

Em alguns estudos, mesmo a amostra sendo relevante não mostrou-se fidedigna nos seus resultados (SILVA et al, 2019), o autor sugere pesquisa aprofundada sobre a ventosa (SILVA et al, 2021). Alguns autores expõem a ventosa como um método que ganhou espaço internacionalmente, considerado um tratamento confiável da MTC (SHE et al, 2022).

Mediante os estudos analisados foi visto que, a dor é estabelecida como um padrão de qualidade de vida determinante, pois, quanto mais dor o indivíduo apresenta, menos qualidade de vida ele tem. A ventosa traz justamente o conforto e alívio para o paciente, através dos mecanismos neurofisiológicos, oferecendo ao paciente em condições crônicas uma vida digna e com limiar de dor favorável ou inexistente após as aplicações.

5.3 RELAÇÃO DA VENTOSATERAPIA VS QUALIDADE DE VIDA

A literatura relata através de alguns autores que, as dores crônicas estão relacionadas diretamente com o declínio na qualidade de vida (QV) do paciente, causando comprometimento físico, psicológico (SILVA et al, 2021). Geralmente, a intensificação e propagação da dor, coincide com o aumento do estresse físico e mental da incapacidade física (MOURA et al, 2023).

Nas bases bibliográficas foi analisado que, em 2020 a medicina evidenciou estudos que explicam sobre os tratamentos não farmacológicos: acupuntura, moxabustão, ventosa e outras, afirmando que os mesmos têm efeitos potencialmente positivos no tratamento da dor lombar crônica (DLC), (YU et al, 2020). No ano de 2021 artigos apontam que os tratamentos ainda são desconhecidos, sendo impossível descartar que o método tenha apenas um efeito placebo (SILVA et al, 2021). Em 2022 estudos relata que houve uma redução significativa da dor e uma melhora na qualidade de vida dos pacientes (sono, causas emocionais, ansiedade, depressão) melhora no domínio físico (energia, fadiga, atividade da vida diária, capacidade de trabalho) (MOURA et al, 2022).

Mediantes os artigos mencionado foi observado que, a terapêutica trás resultados positivos em lombalgia crônica (MOURA et al, 2018), estimula os pontos de acupuntura ou um local específico denominado ponto de gatilho, tratando o paciente de dentro para fora por meio dos ajustes dos meridianos e estabilização do QI (CAO et al, 2020).

Autores atuais afirmam em seus estudos que, o tratamento com a ventosa nem sempre atende as expectativas do terapeuta e paciente (SHEN et al, 2022), indo em discordância com outros autores, onde evidenciam em seu estudo que, através do tratamento, pacientes apresentam uma crescente satisfação e melhora na qualidade de vida, havendo alívio da dor e o declínio na utilização de fármacos (MOURA et al, 2023).

Após análise dos artigos referidos no estudo, observou-se que a ventosaterapia é um tratamento potencialmente positivo na vida do paciente, contendo uma abordagem holística, tratando o ser humano através de pontos físicos e energéticos. A prática da MTC trás uma abordagem de tratamento em amplo aspecto, obtendo uma melhora nos quadros de sono, causas emocionais, ansiedade, depressão, energia, fadiga, atividade da vida diária, capacidade de trabalho e melhora nas dores crônicas.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com as pesquisas realizadas foi observado que a ventosa tem impacto positivo na vida do paciente com dor crônica, seja específica ou não. No decorrer das aplicações ocorre o mecanismo neurofisiológico, proporcionando a vasodilatação local ajudando na homeostase vascular pulmonar, liberando as toxinas e gases mantendo assim o equilíbrio.

Através da ativação dos neurotransmissores é liberado substâncias endógenas como adenosinas, histamina e noradrenalina, estimulando o nervo parassimpático, promovendo o alívio da dor. Por estes fatores é visto que, a ventosa traz consigo significância quanto ao tratamento, pois a mesma proporciona melhora nos fatores psicológico, físico e social, ajudando o paciente a obter novamente uma QV digna.

A terapia com ventosa ajuda o paciente no sono, causas emocionais, ansiedade, depressão, energia, fadiga, atividade da vida diária e capacidade de trabalho. Buscando sempre possibilitar que o indivíduo adquira autonomia e realize suas atividades laborais e de vida diária, trazendo também alívio e conforto para o paciente.

Mediante a busca bibliográfica nas bases de dados, foi visto que, havia poucas evidências e produção abordando ventosa e dor, havendo tamanha dificuldade do autor achar estudos coerentes e fidedignos que tragam exatidão para o referido estudo. Apesar dos poucos artigos foi possível encontrar respostas aos objetivos da pesquisa, concluindo que a ventosaterapia tem eficácia nos tratamentos de dores proporcionando conforto e qualidade de vida ao paciente.

REFERÊNCIAS

ANJOS J. **Ventosaterapia no tratamento da dor crônica** 2022 Disponível em: < <https://encr.pw/IpDES>> Acesso em: 28 de Abril de 2023.

AL-BEDAH et al. **The medical perspective of cupping therapy: Effects and mechanisms of action.** 2018. Disponível em: < <https://11nq.com/SGCra> > Acesso em: 18 de outubro de 2022.

AMARO, P. **Ventosaterapia no Tratamento de Acne Vulgar.** Trabalho de Conclusão de 2015. Disponível em: <<https://repositorio.ucb.br:9443/jspui/handle/10869/5449>>. Acesso em: 21 de novembro de 2022.

CARDEAL A et al. **A medicina tradicional chinesa e a saúde pública.** 2018. Disponível em: <11nq.com/T9olz> Acesso em: 18 de outubro de 2022.

CUNHA, A.A. **Ventosaterapia.** 2^aed, São Paulo. 2001. Disponível em: <11nq.com/dZWO8> Acesso em: 16 de novembro de 2022.

CHARLES D.T. **Medicina complementares: o que é necessário saber.** 2010. Livro físico. Visto em: 17 de novembro de 2022.

CUNHA. et al . **Métodos não farmacológicos para tratamento de dor em idoso.** 2019 Disponível em: < <https://11nq.com/VuUWI>> Acesso em: 27 de Abril de 2023. -27.04

CALOGERO R. **Tipos de utilização da ventosaterapia.** 2017. Disponível em: <11nq.com/UFIT9> Acesso em: 18 de novembro de 2022.

CAO H et al. **Partially randomized patient preference trial: Comparative evaluation of fibromyalgia between acupuncture and cupping therapy (PRPP-FACT).** 2020 Disponível em: <<https://11nq.com/MZSFm>> Acesso em: 21 de maio de 2023

ELER G, JAQUES A . **Enfermeiro e as terapias complementares para o alívio da dor .** 2006 Disponível em: < <https://encr.pw/aaRye>> Acesso em: 25 de Abril de 2023.

FERRAZ V. **O que é a ventosaterapia? Conheça tudo sobre o tratamento natural.** 2021 Disponível em: <<http://11nq.com/6bJyV>> Acesso em: 16 de novembro de 2022.

.FILHO, R – Ventosaterapia Chinesa – 1ª ed. – 2016. Disponível em: <<https://11nq.com/SGSra>>. Acesso em: 19 de novembro de 2022.

INADA, T. **Acupuntura e a Moxabustão**, 2003 Disponível em: <<https://encurtador.com.br/beyTP>> Acesso em: 26 de Setembro de 2023.

MARINHO M. **Atualizações em ventosaterapia para pessoas com dor lombar crônica inespecífica** 2022. Disponível em: <11nq.com/PKRtg> Acesso em: 06 de outubro de 2022.

MARQUEZ J . **A dor e os seus aspectos multidimensionais**,. 2011. Disponível em: <11nq.com/LbHmg> Acesso em: 18 de novembro de 2022.

MOURA C et al. **Effect of Ear Acupuncture plus Dry Cupping on Activities and Quality of Life in the Adults with Chronic Back Pain: a Randomized Trial** 2021 Disponível em: <<https://encr.pw/rJtWA>> Acesso em: 16 de maio de 2023.

MOURA C et al. **Relação entre dor crônica nas costas, incapacidade e qualidade de vida após auriculoacupuntura e ventosaterapia e satisfação com o tratamento: estudo transversal** 2022 Disponível em: <<https://encr.pw/ZIUYb>> Acesso em: 17 de maio de 2023.

MOURA C et al. **Cupping therapy and chronic back pain: systematic review and meta-analysis**. 2018 Disponível em: <<https://11nq.com/CaFmF>> Acesso em: 21 de maio de 2023.

MACEDO. A et al. **lombalgia crônica: uma revisão integrativa acerca do manejo terapêutico e fatores de riscos envolvidos**. 2023 Disponível em: <<https://encurtador.com.br/beyFP>> Acesso em: 26 de maio de 2023.

OLIVEIRA et al **Ventosaterapia: revisão de literatura**. 2018. Disponível em: <<https://encr.pw/Bqr7f>> Acesso em: 06 de outubro de 2022.

OLIVEIRA, A. S. **Teses da saúde no Relatório final da VIII Conferência Nacional de saúde e na Legislação Federal no período compreendido entre 1986 e 2016: Uma Análise Comparada**. Brasília, 2019. p.02-210. Disponível em: <<https://linksharing.samsungcloud.com/xU1iHEcREO3C>> Acesso em: 23 de setembro de 2022.

RIBEIRO J et al. **Ventosaoterapia: tratamento alternativo para diversas afecções.**2019. Disponível em: <11nq.com/FT7Wy> Acesso em: 20 de outubro de 2022

RAJA et al. **The revised International Association for the Study of Pain definition of pain: concepts, challenges, and compromises.** 2020 Disponível em: <<https://11nq.com/iAIX9e>> Acesso em: 25 de Abril de 2023.

RODRIGUES T et al. **As pesquisas qualitativas e quantitativas na educação.** 2021. Disponível em: <<https://11nq.com/WZWYb>> Acesso em: 14 de novembro de 2022.

RAJA S N et al. **A definição revisada de dor da Associação Internacional para o Estudo da Dor: conceitos, desafios e compromissos.** 2020. Disponível em: <<https://11nq.com/Vyidl>> Acesso em: 18 de maio de 2023.

ROZENFELD E, KALICHMAN L. **New is the well-forgotten old: The use of dry cupping in musculoskeletal medicine.** *J Bodyw Mov Ther.* 2016. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26891653/>> Acesso em: 21 de novembro de 2022.

SUSSELA A et al. **Hérnia de disco: epidemiologia, fisiopatologia, diagnóstico e tratamento.** 2017. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/05/883477/hernia-de-disco-final_rev.pdf> Acesso em: 16 de novembro de 2022.

SOUZA et al. **Análise crítica das diretrizes de pesquisa em medicina chinesa. História, Ciências, Saúde - Manguinhos,** Fundação Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, v. 18, n. 1, p. 155-174. 2011. Disponível em: <11nq.com/LbHmj> Acesso em: 18 de novembro de 2022.

SOUZA, M. T. et al. **Revisão integrativa: o que é e como fazer.** São Paulo, ano 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>, Acesso em: 18 de setembro de 2022

SBED. **Definição de dor revisada após quatro décadas.** 2020 Disponível em: <<https://encr.pw/KvqLz>> Acesso em: 25 de Abril de 2023.

SHE W et al. **Effectiveness of self-management of dry and wet cupping therapy for low back pain A systematic review and meta-analysis** 2022 Disponível em: <<https://encr.pw/s5cwJ>> Acesso em: 17 de maio de 2023.

SILVA H et al. **Dry cupping therapy is not superior to sham cupping to improve clinical outcomes in people with non-specific chronic low back pain: a randomised trial.** 2021 Disponível em: <<https://11nq.com/PpN3m>> Acesso em: 18 de maio de 2023.

SILVA H et al. **Dry cupping in the treatment of individuals with non-specific chronic low back pain: a protocol for a placebo controlled, randomised, doubleblind study.** 2019 Disponível em: <<https://encr.pw/bUsPS>> Acesso em: 19 de maio de 2023.

TORRES M. **Efetividade da liberação miofascial por meio da ventosaterapia na dor, limitação de movimento e incapacidade de mulheres com lombalgia.** 2020. Disponível em:<<11nq.com/qgzUc>> Acesso em: 29 de setembro de 2022

URITS I et al. **Low Back Pain, a Comprehensive Review: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment.** 2019. Disponível em: < <https://11nq.com/GiLFt> > Acesso em: 18 de maio de 2023.

XAVIER D, MOREIRA M, GUIDO M. **Efeitos da ventosaterapia no tratamento da lombalgia idiopática crônica em adultos: uma revisão integrativa.** 2022. Disponível em: <<http://revista.liberumacesum.com.br/index.php/RLA/article/view/147>> Acesso em: 18 de novembro de 2022.

YU H et al. **TCM nonpharmacological interventions for chronic low-back pain A protocol for systematic review and network meta-analysis.** 2020 Disponível em: <<https://11nq.com/yRful>> Acesso em: 15 de maio de 2023.

YAMAMURA, Y. **A acupuntura tradicional: a arte de inserir.** Igarss, 2014 Disponível em: <<https://encurtador.com.br/beyGP>> Acesso em: 26 de Setembro de 2023.

ZANETTE L **Medidas não farmacológicas e seus benefícios no alívio da dor crônica: revisão integrativa** 2022. Disponível em: <<https://encr.pw/H5ChO>> Acesso em: 19 de novembro de 2022.