

## Pôster

- 35      Aplicabilidade da massagem e da aromaterapia para lombalgia inespecífica e melhoria de qualidade de vida: Ensaio Clínico randomizado

Autores:

Leonice Fumiko Sato Kurebayashi() ; Ruth Natalia Teresa Turrini (Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo) ; Gisele Kuba (Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo) ; Talita Pavarini Borges de Sousa (Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo) ; Raymond Sehiji Takiguchi (Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo) ; Juliana Rizzo Gnatta Damato (Hospital Universitário da USP)

Resumo:

A lombalgia é um dos mais comuns e custosos problemas musculoesqueléticos da sociedade moderna(1). Mais do que 70% das pessoas de países desenvolvidos terão dor lombar em algum momento de suas vidas(2). Embora se reconheça o benefício da massagem para a lombalgia, poucos têm sido os estudos que avaliam a utilização da aromaterapia associada à massagem para a lombalgia. Objetivo: Comparar os resultados do grupo massagem com creme+óleo de lavanda (G1), com o grupo massagem com creme sem óleo (G2) e o grupo controle sem intervenção (G3), em pacientes trabalhadores do Instituto de Terapia Integrada e Oriental (São Paulo). Resultados: foram avaliados 41 indivíduos no G3, 35 no G2 e 39 no G1, antes e após oito sessões, duas vezes por semana, durante um mês. Os instrumentos foram: Avaliação visual analógica de dor e SF12v2 (qualidade de vida), nos domínios físico e mental. Os grupos de intervenção obtiveram diferença estatística em relação ao controle ( $p<0,01$ ) na variável dor e no domínio mental de qualidade de vida, segundo análise de variância (ANOVA) e Tukey. Entretanto, não houve diferença entre os grupos de intervenção. Conclusão: Independente da associação do óleo essencial de lavanda, a massagem conseguiu resultados positivos reduzindo os níveis de dor, melhorando o nível mental de qualidade de vida de trabalhadores. Os resultados ampliam o conhecimento sobre a massagem como possibilidade terapêutica para enfermeiros, visto que é uma prática complementar reconhecida para esta categoria profissional. Furlan A D, Imamura M, Dryden T, Irvin E. Massage for low back pain: an updated systematic review within the framework of the Cochrane Back Review Group. Spine.2009;34(16):1669-84. Chou R. Low Back Pain (Chronic). American Family Physician [Internet]2011 [Acesso 7 julho 2016];84(4). Disponível em: <http://www.aafp.org/afp/2011/0815/p437.pdf>