

Massagem substitui acupuntura na dor lombar persistente

DOL — Dor On Line · Boletim Científico sobre Dor · ISSN 2446-6670

A massagem pode propiciar benefícios duradouros no tratamento da dor lombar, situação em que a acupuntura parece ser relativamente inefetiva, como mostra um estudo de Daniel C. Cherkin, do Grupo de Saúde em Seattle. Pacientes (262) com dor lombar e idade entre 20 a 70 anos receberam o tratamento tradicional chinês de acupuntura, massagem terapêutica e materiais para auto educação. Depois de dez semanas, os sintomas e a disfunção foram significativamente melhores no grupo que utilizou massagem comparado com aquele que fez o auto tratamento ou acupuntura. Depois de um ano, os índices de sintomas e disfunção do grupo de massagem não eram melhores que aqueles do grupo de auto cuidado, todavia eram significativamente melhores do que os do grupo de acupuntura, por outro lado, o grupo que fez massagem utilizou durante este período muito menos drogas analgésicas que os demais. Os autores não sabem como explicar os efeitos terapêuticos tanto da acupuntura como o da massagem na efetividade do tratamento na dor lombar persistente (ciática - lombalgia).

Fonte: novo.dol.inf.br/materia/massagem-substitui-acupuntura-na-dor-lombar-persistente · Conteúdo do Boletim DOL — Dor On Line. Reprodução permitida mediante citação da fonte.