



ISSN: 2230-9926

Available online at <http://www.journalijdr.com>

# IJDR

International Journal of Development Research

Vol. 10, Issue, 04, pp. 35474-35477, April, 2020

<https://doi.org/10.37118/ijdr.18752.04.2020>



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

## ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DE BURNOUT

\*<sup>1</sup>Beatriz Maria dos Santos Santiago Ribeiro, <sup>2</sup>Eleine Aparecida Penha Martins, <sup>3</sup>Taísa Vedoato, <sup>4</sup>Iria Roberta Staut Freitas and <sup>5</sup>Rita de Cassia de Marchi Barcelos Dalri

<sup>1</sup>Enfermeira. Mestra em enfermagem; <sup>2</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem Fundamental; <sup>3</sup>Enfermeira. Mestra em enfermagem; <sup>4</sup>Enfermeira. Mestra em enfermagem; <sup>5</sup>Enfermeira. Doutora em Enfermagem Fundamental

### ARTICLE INFO

#### Article History:

Received 19<sup>th</sup> January, 2020

Received in revised form

17<sup>th</sup> February, 2020

Accepted 08<sup>th</sup> March, 2020

Published online 30<sup>th</sup> April, 2020

#### Key Words:

Esgotamento profissional, Acupuntura, Saúde ocupacional.

\*Corresponding author: *Beatriz Maria dos Santos Santiago Ribeiro,*

### ABSTRACT

**Objetivo:** analisar as evidências científicas sobre a utilização da acupuntura no tratamento da síndrome de *burnout*. **Método:** Estudo de revisão integrativa, constituído a partir de bases de dados pesquisados: PUBMED, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Web of Science, SciVerse Scopus (SCOPUS) *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL), PEDro, Pepsic e PsycINFO. Utilizou-se descritores em inglês: Burnout Professional; acupuncture e em português: esgotamento profissional, acupuntura. **Resultados:** Evidenciou-se efeito significativo da acupuntura no tratamento da síndrome de *burnout*; o primeiro artigo referiu-se à diminuição da frequência cardíaca em pacientes diagnosticados com a síndrome de *burnout* utilizando a acupuntura e o segundo relatou a diminuição da despersonalização em pacientes que foram tratados com acupuntura, bem como dos médicos treinados. **Conclusão:** Há necessidade de intensificar a elaboração de pesquisas que produzam maiores evidências e que avaliem os resultados no tratamento da síndrome de *burnout* com a utilização da acupuntura, estimulando, assim, tal intervenção.

Copyright © 2020, *Beatriz Maria dos Santos Santiago Ribeiro et al.* This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: *Beatriz Maria dos Santos Santiago Ribeiro, Eleine Aparecida Penha Martins, Taísa Vedoato, Iria Roberta Staut Freitas and Rita de Cassia de Marchi Barcelos Dalri.* "Acupuntura no tratamento da síndrome de burnout", *International Journal of Development Research*, 10, (04), 35474-35477.

## INTRODUÇÃO

A síndrome de *burnout* é específica do trabalho, é utilizada também como sinônimo de estresse laboral, caracteriza-se como respostas aos estressores interpessoais crônicos, ou seja, uma resposta prolongada aos períodos de estresse (Medanha, Bernardes, Shiozawa, 2018). Ela acarreta uma série de problemas de relacionamento interpessoal, diminuição da satisfação no trabalho, além de problemas que impactam também a nível organizacional, tal como a presença de absenteísmo, presenteísmo, atrasos, licenças e redução do comprometimento (Salyers *et al.*, 2017). Em decorrência do desgaste e da exaustão psíquico-física, a síndrome de *burnout* é considerada como um conjunto de sinais e sintomas e se manifesta em três dimensões principais; comportamental, física e psíquica (Maslach, Leiter, 2016). A acupuntura é uma das técnicas da medicina tradicional chinesa, a qual fundamenta-se em uma abordagem holística da saúde, inter-relacionando-a ao meio, aos fatores emocionais, psicossociais e biológicos; apresenta um diagnóstico energético e tratamento individualizado (Porporatti *et al.*, 2015). Essa técnica é uma intervenção em saúde, originada de anexo de conhecimentos teórico-empíricos da medicina tradicional chinesa, abordando

de modo integral e dinâmico o processo saúde-doença, podendo ser utilizada com outros recursos terapêuticos (Rocha *et al.*, 2015). Ressalta-se que no Brasil é assegurado o exercício da acupuntura em diversas profissões da saúde por meio de resoluções, isto é, os profissionais se especializam para atuar na prevenção, promoção e intervenção (Jacques *et al.*, 2005), contribuindo para o equilíbrio da mente e do corpo (Sanita, Moraes, Santos, 2014). Acredita-se que a acupuntura auxilia no controle dos sinais e sintomas da síndrome de *burnout*. Autores referem que a busca por pesquisas em acupuntura, torna-se fundamental para agregar novos conhecimentos científicos dentro da enfermagem e em outras áreas de saúde. Desse modo, evidências científicas demonstram efeitos positivos da terapia com acupuntura, contribuindo para a redução do tratamento farmacológico e para melhores condições de saúde e segurança dos pacientes (Goyatá *et al.*, 2016).

Diante do exposto, surgiu o seguinte questionamento: Existem estudos que abordem o tratamento da síndrome de *burnout* utilizando a técnica da acupuntura? Para responder ao questionamento supracitado objetivou-se neste estudo analisar as evidências científicas sobre a utilização da acupuntura no tratamento da síndrome de *burnout*.

## MÉTODO

Trata-se de um estudo de revisão integrativa que estabeleceu os seguintes critérios de inclusão: estudos associados aos Descritores em Ciências da Saúde (DECS) e aos operadores booleanos AND e OR e que permitiam responder a questão da pesquisa; artigos originais disponibilizados na íntegra, publicados nos idiomas português e inglês em qualquer período de publicação. Realizou-se as buscas nos meses de junho de 2019 e concretizou o estudo em abril de 2020, por meio do portal de periódicos CAPES. Em função da metodologia utilizou a estratégia PICO,

- P (population): trabalhadores com esgotamento profissional.
- I (interest): eventual tratamento de acupuntura
- C (context): saúde ocupacional no tratamento de acupuntura em trabalhadores com esgotamento profissional. Constituído a partir das bases de dados pesquisadas: PUBMED, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Web of Science, SciVerse Scopus (SCOPUS) *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature* (CINAHL), PEDro, Pepsic e PsycINFO e conduzidas pelo seguinte questionamento: Existem estudos que abordem o tratamento da síndrome de burnout utilizando-se da acupuntura?

Para responder tal questionamento utilizou-se descritores em inglês: burnout, professional; acupuncture e em português: esgotamento profissional, acupuntura. Foram empregados os Descritores em Ciências da Saúde (DECS) e os Termos do Medical Subject Headings (MeSH) juntamente com os booleanos AND e OR. Para esta revisão usou-se a prática baseada em evidências, seguindo os níveis de evidência: nível I (mais forte): revisão sistemática ou metanálise de ensaios clínicos randomizados controlados ou provenientes de diretrizes clínicas baseadas em revisões sistemáticas de ensaios clínicos randomizados controlados; nível II: pelo menos um ensaio clínico randomizado controlado bem delineado; nível III: ensaios clínicos bem delineados sem randomização; nível IV: estudos de coorte e de caso-controle bem delineados; nível V: revisão sistemática de estudos descritivos e qualitativos; nível VI: um único estudo descritivo ou qualitativo; nível VII: opinião de autoridades e/ou relatório de comitês de especialistas (Stetler *et al.*, 1998). Por não envolver seres humanos, o estudo dispensa o parecer de um Comitê de Ética em Pesquisa.

## RESULTADOS

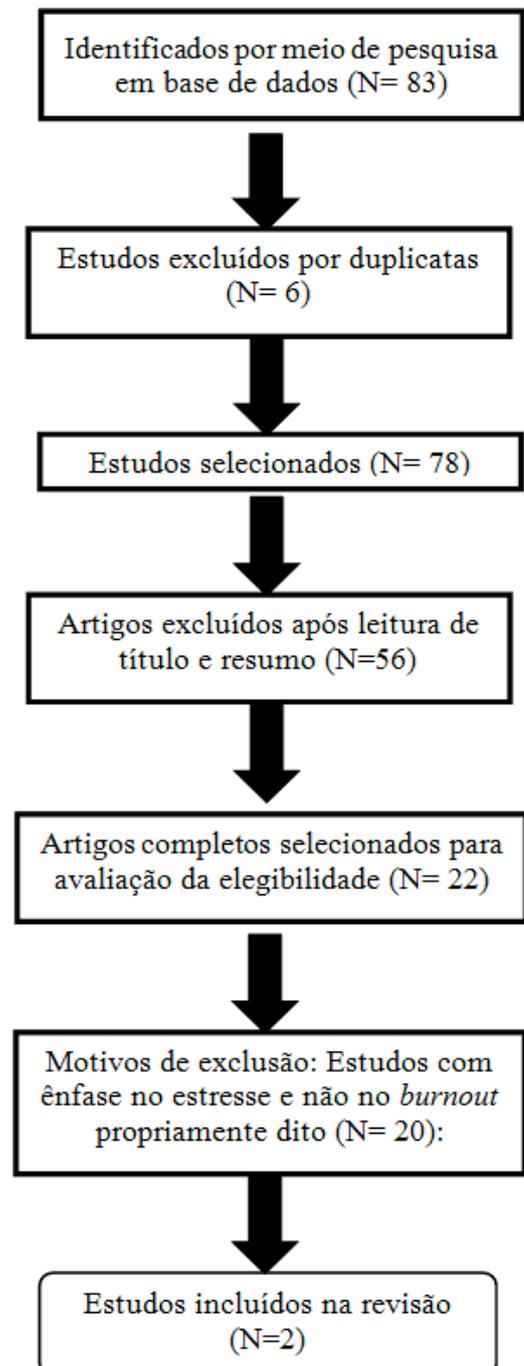
Após a busca nas bases de dados mencionadas, elaborou-se o Quadro 1, com apresentação dos estudos encontrados:

**Quadro 1. Representação de estratégia de busca dos artigos- 2019**

BASE DE DADOS	DESCRITORES	Nº
PUBMED	Burnout, Professional and Acupuncture	58
LILACS	Esgotamento profissional and Acupuntura	3
WEB OF SCIENCE	Burnout, Professional and Acupuncture	7
SCOPUS	Burnout, Professional and Acupuncture	5
CINAHL	Burnout, Professional and Acupuncture	10
PEDro	Burnout, Professional and Acupuncture	0
Pepsic	Burnout, Professional and Acupuncture	0
PsycINFO	Burnout, Professional and Acupuncture	0

Fonte: Dados da pesquisa (2019)

Inicialmente identificou-se os estudos nas bases de dados, excluiu-se os duplicados, selecionou-se artigos considerando o título do trabalho e sua proximidade na temática e, posteriormente, foram excluídos os que não apresentavam a adequabilidade à proposta do objetivo da pesquisa. Em seguida, analisou-se de modo integral cada estudo selecionado e se mantém aqueles que foram relevantes. Para sumarização da trajetória percorrida na seleção dos artigos, foi construído um fluxograma, o qual apresenta o número de artigos encontrados, excluídos e incluídos na amostra, conforme Figura 01:



Fonte: Dados da pesquisa (2019)

**Figura 1. Fluxograma de seleção dos artigos**

Foram incluídos nessa revisão dois artigos, os quais respondiam a pergunta de pesquisa; estes artigos foram sumarizados no Quadro 2, que contém informações relevantes sobre cada um deles:

Quadro 2. Categorização dos estudos, 2019

Artigo	1
Título	<i>Improvement of the Dynamic Responses of Heart Rate Variability Patterns after Needle and Laser Acupuncture Treatment in Patients with Burnout Syndrome: A Transcontinental Comparative Study</i>
Autor (A); Ano; Local	Litscher G, Liu C, Wang L, Wang,LP, Li Q, Shi G, ShiGX, Gaischek I, Litscher D, Wang XM;2013; Hospital de Beijing de TCM afiliado à Capital Medical University- China.
Objetivos	Investigar realização de acupuntura com agulha manual e laser como terapia complementar para pacientes com síndrome de <i>burnout</i> .
Metodologia	Participaram 20 pacientes com síndrome de <i>burnout</i> , sendo 10 mulheres e 10 homens. No grupo A utilizou-se agulha manual, o qual continha 6 mulheres e 4 homens, com idade entre 29-51 anos. No grupo B haviam 4 mulheres e 6 homens com idade entre 25-57 anos e utilizou-se laser.
Resultados	O estudo encontrou após o tratamento com acupuntura realizada tanto pela agulha manual quanto pela acupuntura a laser efeitos significativos sobre a variabilidade da frequência cardíaca (diminuição) dos pacientes com síndrome de <i>burnout</i> . Evidenciou-se uma intervenção poderosa para o tratamento complementar baseado em evidências de pacientes com esta síndrome.
Conclusões	Afirmou-se que tanto a acupuntura não invasiva com agulha a laser quanto a acupuntura com agulha manual têm potencial no tratamento complementar baseado em evidências de pacientes com síndrome de <i>burnout</i> .
Artigo	2
Título	<i>Relationship of Training in Acupuncture to Physician Burnout</i>
Autor (A); Ano; Local	Crawford et al; 2019; Uniformed Services Academy of Family Physicians-Florida. USA
Objetivos	Identificar se o treinamento em acupuntura médica está associado ao menor desgaste emocional entre os médicos e menos despersonalização nos pacientes que receberam o tratamento durante treinamento médico.
Metodologia	Pesquisa transversal com médicos de família e pacientes, o número de participantes foi 233.
Resultados	O treinamento com acupuntura foi significativamente associado à diminuição da despersonalização, entre pacientes e médicos.
Conclusões	Os resultados do estudo mostraram diminuição da despersonalização em pacientes que receberam acupuntura bem como nos médicos que receberam treinamento em acupuntura.

## DISCUSSÃO

Foram encontrados diversos artigos relacionados ao tratamento do estresse com acupuntura. Embora a síndrome de *burnout* seja caracterizada por resposta prologanda aos períodos de estresse, ela envolve não apenas o estresse, mas também outros fatores e dimensões relacionados especificamente ao ambiente de trabalho (Medanha, Bernardes, Shiozawa, 2018). Sendo assim, optou-se pela exclusão dos artigos que abordavam apenas o estresse e pela inclusão dos artigos que relacionaram a síndrome de *burnout* e a acupuntura, assim, resultando na amostra de dois artigos. O primeiro artigo, refere-se à diminuição da frequência cardíaca em pacientes diagnosticados com a síndrome de *burnout*. Os autores realizaram a intervenção com duas técnicas de acupuntura diferentes; acupuntura com agulhas filiformes e com laserpuntura. Houveram alterações significativas dos resultados de melhora dos pacientes, os autores desenvolveram um parâmetro chamado “tratamento dinâmico da acupuntura score” (DATS) que foi capaz de descrever quantitativamente os efeitos do tratamento nas diferentes respostas neurovegetativas imediatas após as sessões de acupuntura (Litscher et al., 2013). Para a estimulação manual foram inseridas agulhas perpendicularmente na pele, com a profundidade padrão nos acupontos. Nesse momento estimulou-se as agulhas no sentido horário e anti-horário por 15 segundos cada, realizando duas rotações por segundo, o que resultou em 30 rotações por estimulação. cuja estimulação foi realizada imediatamente após a inserção da agulha; 10 minutos após e por fim a última estimulação foi realizada antes da retirada da agulha (Litscher et al., 2013). A acupuntura a laser foi realizada com agulhas de laser bicromáticas com luz vermelha e infravermelha, permitindo a estimulação simultânea não invasiva de combinações pontuais individuais (Litscher et al., 2013). Os pontos de acupuntura estimulados tanto com agulha como a laser foram: GV20 (Baihui), PC6

(Neiguan), HT7 (Shenmen) e Liv3 (Taichong) selecionados e orientados por acupunturistas chineses experientes na área (Litscher et al., 2013). Os pacientes receberam seis sessões de acupuntura, com intervalos de 2 a 4 dias entre as sessões. Na primeira sessão de acupuntura realizada com agulha, houve uma ligeira diminuição na frequência cardíaca de pacientes com *burnout*, porém na última sessão de tratamento de acupuntura que utilizou agulha ou laser, observou-se igualmente diminuição significativa na redução nas frequências cardíacas de pacientes que tinham a síndrome de *burnout* (Litscher et al., 2013).

Contudo, ambos os grupos tinham um tamanho de amostra pequeno com 10 pacientes cada, sugerindo os autores a necessidade de mais investigações e o desenvolvimento de novos estudos, para demonstrar que a acupuntura é uma possibilidade para tratar pacientes com *burnout*. Pode-se afirmar que o tratamento com acupuntura não invasiva, com o laser e com agulha manual, teve o potencial de ser uma opção para tratamento complementar baseado em evidências de pacientes com síndrome de *burnout* (Litscher et al., 2013). O segundo artigo objetivou determinar se o treinamento em acupuntura médica estava associado ao menor desgaste emocional entre os médicos e menos despersonalização nos pacientes que receberam o tratamento durante o treinamento, sendo o número de participantes igual a 233. Os médicos que passaram por treinamento em acupuntura apresentaram menos despersonalização do que aqueles que não o fizeram. Os autores realizaram associação entre o término do treinamento em acupuntura e duas dimensões distintas do *burnout*: exaustão emocional e despersonalização. Os resultados demonstraram diminuição em umas das dimensões da síndrome de *burnout*: a despersonalização (Crawford et al., 2019). O que chama a atenção desse estudo é que os pacientes que receberam tratamento com acupuntura tiveram os sintomas de despersonalização diminuídos e os médicos que receberam treinamento também (Crawford et al., 2019). Nesse sentido, os

benefícios são tanto para os pacientes como para os profissionais que realizam essa prática. Os pesquisadores sugeriram que a acupuntura pode ser uma estratégia útil para reduzir a despersonalização e, conseqüentemente, a síndrome de *burnout*. (Crawford *et al.*, 2019). Observou-se que, embora os autores afirmaram diminuição em umas das dimensões da síndrome de *burnout* com acupuntura, não descreveram os acupontos utilizados. Ressalta-se como limitação desse estudo a busca dos estudos terem sido realizadas por meio do portal de periódicos CAPES nos idiomas inglês e português podem não ter identificados estudos realizados em países orientais, onde se utiliza a acupuntura como tratamento “ouro” da medicina. Há necessidade de investigações para aumentar o número de evidências e avaliar prospectivamente as medidas da síndrome de *burnout* com os efeitos da acupuntura, bem como estudos que busquem identificar os melhores acupontos e números de sessões eficazes na redução de tal síndrome.

## CONCLUSÃO

Os resultados demonstraram que há necessidade de intensificar pesquisas que apresentem resultados do tratamento da síndrome de *burnout* por meio da acupuntura e que sejam capazes de produzir maiores evidências científicas, visto que no presente estudo identificou-se apenas duas pesquisas internacionais sobre a temática. Além disso, estimular a produção de estudos de intervenção que auxiliem no tratamento do burnout.

**Conflitos de interesse, questões éticas e/ou legais:** Nada a declarar.

## Agradecimentos

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), pela bolsa de estudo da primeira autora.

## REFERÊNCIAS

Crawford PF, Rupert J, Jackson JT, Walkowski S, Ledford CJW. Relationship of training in acupuncture to physician burnout. *J Am Board Fam Med.* 32(2):259-263, 2019.

Goyatá SLT, Avelino CCV, Santos SVM, Souza Jr DI, Gurgel MDSL, Terra FS. Effects from acupuncture in treating anxiety: integrative review. *Rev Bras Enferm* [Internet]. 2016;69(3):564-71.

Jacques LM. *As Bases Científicas da Medicina Tradicional Chinesa*. São Paulo: Annablume; 2005.

Litscher G, Liu C, Wang L, Wang LP, Li Q, Shi G, Shi GX, Gaischek I, Litscher D, Wang XM. Improvement of the dynamic responses of heart rate variability patterns after needle and laser acupuncture treatment in patients with burnout syndrome: a transcontinental comparative study. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, Volume 2013, Article ID 128721, 6 pages, 2013.

Maslach C, Leiter MP. Burnout. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior* Academic Press, 2016. *Handbook of Stress Series*, 1: 351-357.

Medanha MH, Bernardes PF, Shiozawa P. *Desvendando o burn-out: uma análise interdisciplinar da síndrome do esgotamento profissional*. São Paulo: ed LTr, 92 p, 2018.

Porporatti AL, Costa Y, Stuginski-Barbosa J, Rigoldi BL, Conti P. Acupuncture therapeutic protocols for the management of temporomandibular disorders. *Revista Dor.* 16 (1) 53-59, 2015.

Rocha SP, Beneto MAC, Fernandez FHB, Gallian DMC. A trajetória da introdução e regulamentação da acupuntura no Brasil: memórias de desafios e lutas. *Revista Ciência & Saúde Coletiva*, 20(1):155-164, 2015.

Salyers MP, Bonfils KA, Luther L, Firmin RL, Branco DA, Adams EL, Rollins AL. A relação entre burnout profissional e qualidade e segurança na saúde: uma meta-análise. *J Gen Intern Med.* 2017 abr; 32 (4): 475-482.

Sanita PCVM., Moraes TSM, Santos FM. Análise do efeito da acupuntura no tratamento da fibromialgia: revisão de literatura. *Manual Therapy, Posturology e Rehabilitation Journal. MTP e Rehab Journal.* (12):188-204, 2014.

Stetler CB, Morsi D, Rucki S, Broughton S, Corrigan B, Fitzgerald J, et al. Utilization-focused integrative reviews in a nursing service. *Appl Nurs Res.* 1998; 11(4):195-206

\*\*\*\*\*