



CONEXÃO UNIFAMETRO 2021

XVII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

EFEITOS E EVIDÊNCIAS DE COMPRESSAS QUENTES E GELADAS NO TRATAMENTO DA DOR

Ana Naira Bertine Castor

Discente - Centro Universitário Fametro - Unifametro
ana.castor@aluno.unifametro.edu.br

Paulo Fernando Machado Paredes

Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro
paulo.paredes@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Processo de cuidar

Encontro Científico: VIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

Introdução: A termoterapia baseia-se na aplicação de calor e frio como intervenções terapêuticas, esse método tem apresentado efeitos significativos na redução da intensidade da dor e na melhoria da incapacidade, quando associado a exercícios de estabilização. Um estudo feito com o uso isolado da termoterapia e associado à estimulação elétrica nervosa transcutânea (T.E.N.S.) em pacientes com dismenorréia primária, demonstrou que uso isolado desta terapia é mais eficaz do que o uso associado à T.E.N.S., já que houve uma diminuição significativa da dor para a termoterapia vs. T.E.N.S. após 20 minutos. O calor atua no controle da dor por meio da teoria das portas, da mesma forma que a T.E.N.S., reduzindo a tensão muscular e produzindo brevemente a sensação de redução da dor. Em contrapartida, o frio apresenta uma diminuição da percepção da intensidade da dor. Inclusive, a analgesia não farmacológica por meio de compressa morna ou fria, tem sido utilizada por profissionais de saúde para o manejo da dor oncológica crônica pediátrica. **Objetivo:** O objetivo do seguinte trabalho foi comparar os efeitos gerados pela aplicação de compressas quentes e geladas no tratamento da dor. **Metodologia:** A presente pesquisa trata-se de estudo do tipo revisão integrativa, com caráter de análise descritiva, delineada durante o mês de setembro de 2021 em Fortaleza - Ceará. Foi utilizado os descritores termoterapia, compressa e tratamento de edema para a pesquisa, nos diretórios de revistas Scielo e PubMed, como também, nas bases de dados Lilacs e PeDro, sendo empregado como critério de inclusão artigos publicados em um intervalo dos últimos 5 anos (2016-2021), sem restrições de idioma e com textos na íntegra, foram excluídos do estudo artigos que não foi possível identificar a temática



pesquisada através de título e resumo, artigos duplicados, bem como os que abordassem desfechos diferentes do objetivo do estudo, estudos qualitativos e observacionais também foram descartados. No total foram encontrados 205 artigos, após aplicados os critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 14 para análise completa, sendo utilizados 6 artigos para a presente revisão. **Resultados e Discussão:** A compressa morna é uma intervenção com poucas evidências sobre seus efeitos na dor quando não associadas à outras técnicas terapêuticas, entretanto o método alcança o objetivo terapêutico de aumentar a flexibilidade devido a redução da tensão. Dos estudos encontrados, quando comparados intervenções exclusivamente com termoterapia a frio, termoterapia apenas com calor e nas primeiras 24 horas com termoterapia a frio e do segundo dia ao sétimo, com calor. O predomínio de inflamação leve nos pacientes que receberam termoterapia com calor foi de 50%, 56,7% dos pacientes que recebem termoterapia a frio apresentaram dor leve, 76,7% dos pacientes aos quais foi aplicada termoterapia a frio não apresentavam impotência funcional e 50% dos pacientes que receberam termoterapia combinada não apresentavam inflamação. **Considerações finais:** Conclui-se que, os métodos de termoterapia com compressas de calor e frio possuem efeitos benéficos sobre a dor, principalmente quando associadas à outras intervenções terapêuticas, vale ressaltar que diante do encontrado na literatura, é colocado em dúvida a eficácia solo do calor sobre a dor, apresentando divergências comparado ao alicerce defendido pelos autores dos efeitos da crioterapia. Foram encontrados poucos estudos que compararam as duas intervenções.

Palavras-chave: Termoterapia; Compressa; Tratamento de Edema.

Referências:

MACHADO, Aline Fernanda Perez; PERRACINI, Monica Rodrigues; RAMPAZO, Érika Patrícia; DRIUSSO, Patricia; LIEBANO, Richard Eloin. Effects of thermotherapy and transcutaneous electrical nerve stimulation on patients with primary dysmenorrhea: A randomized, placebo-controlled, double-blind clinical trial. **Complement Ther Med**, 2019.

SANTOS, Gyan Karla Advíncola; SILVA, Natália Cristina de Oliveira Vargas; ALFIERI, Fábio Marcon. Effects of cold versus hot compress on pain in university students with primary dysmenorrhea. **BrJP**, v. 3, n. 1, 2020.



CONEXÃO UNIFAMETRO 2021

XVII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

SHIN, Ho Jin; KIM, Sung Hyeon; CHO, Hwi Young. Termoterapia mais exercício de estabilização do pescoço para dor cervical inespecífica crônica em idosos: um ensaio clínico controlado randomizado único-cego. **Int J Environ Res Saúde Pública**, Agosto, 2020.

SILVA, Thiago Privado da; SILVA, Laura Johanson da; SILVA, Ítalo Rodolfo; FERREIRA, Maria José Carvalho; COSTA, Luana dos Santos; LUIZA, Joséte Luzia. "Avaliação e manejo da dor oncológica crônica em unidade de internação pediátrica." **Revista de Enfermagem da UFSM**, Out, 2021.

PAULIANA, Fuentes León; POBLETE, Jara; PÍA, Natalia Bastías Sánchez; VITZEL, Kaio Fernando; MARZUCA, Gabriel Nasri . Heat transfer by three types of hot pack and its implication on the flexibility of the lower back: a randomized, controlled trial. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 23, n. 2, p. 201-209, 2016.

PEREZ, Ramón Ahmed Garcia; GONZALEZ , Blas Jorge Manso. Resultados da utilização da termoterapia pós-cirúrgica em cirurgia oral. Cienfuegos, 2015-2016. **Medisur** , Cienfuegos, v. 18, n. 2, p. 148-153, abril, 2020.