

Revisão de Temas

PO - (UM16-100) - MEIAS DE CONTENÇÃO ELÁSTICA NA GRAVIDEZ, QUAL A EVIDÊNCIA?

Mafalda Silva¹; Mariana Oliveira²; Ana Falcão E Cunha³; Ana Raquel Marques⁴

1 - USF Barão Nova Sintra; 2 - UCSP Foz do Douro; 3 - USF Calâmbrega; 4 - UCSP São Mamede

O tromboembolismo venoso (TEV) constitui um problema de saúde relevante na gravidez com uma incidência 5 vezes superior ao estado não-gravídico e com uma abordagem diagnóstica e terapêutica complexa. As manifestações da propensão pró-trombótica são a trombose venosa profunda (em 80% dos casos) e o tromboembolismo pulmonar. No mundo ocidental, o TEV é responsável por 10% da mortalidade materna. Uma das estratégias de prevenção mecânica de TEV é a utilização de meias de contenção elástica. As meias são também indicadas com o intuito de alívio de sintomas como sensação de cansaço e edema dos membros inferiores. O objetivo deste trabalho é rever a evidência sobre os efeitos da utilização de meias de contenção elástica durante a gravidez.

Para esta revisão foi realizada uma pesquisa na *National Guideline Clearinghouse*, *Guidelines Finder da Nacional Electronic Library for Health no NHS Britânico*, *Canadian Medical Association Practice Guidelines InfoBase*, *The Cochrane Library*, *DARE*, *Bandolier*, *PubMed* e *Índice de Revistas Médicas Portuguesas de normas de orientação clínica (NOC)*, revisões sistemáticas (RS), meta-análises e ensaios clínicos aleatorizados e controlados (ECAC), publicados entre 01/01/2006 e 20/12/2015, nas línguas portuguesa e inglesa, utilizando os termos MeSH: “*Stockings, Compression*” e “*Pregnancy*”. Para avaliação dos níveis de evidência (NE) e atribuição de forças de recomendação (SOR) foi utilizada a escala SORT (*Strength of Recommendation Taxonomy*) da *American Family Physician*.

Foram encontrados 98 artigos, dos quais 4 foram selecionados (1 NOC, 1 RS, 2 Revisões Clássicas). Na NOC, recomenda-se informar as grávidas que as meias de contenção elástica podem melhorar a sintomatologia mas não previnem o surgimento de varizes; e que o risco de TEV em voos de longo curso está aumentado e o uso de meias de contenção elástica é efetivo nesta situação (SOR C). Na RS, não foram encontradas diferenças significativas na redução do volume da perna de grávidas, quando comparado o uso de meias de contenção elástica com o repouso (NE2). Uma das revisões clássicas concluiu que as grávidas devem ser encorajadas a usar meias de compressão elástica, com tamanho adequado e idealmente até à raiz da coxa (NE3). A outra revisão concluiu que grávidas com história de TEV devem usar meias de contenção elástica durante a gravidez e o puerpério (NE3).

Parece razoável recomendar o uso de meias de contenção elástica durante a gravidez como método de alívio de sintomas e estratégia de prevenção de TEV. No entanto, a evidência disponível demonstrou que os benefícios da utilização de meias de contenção elástica na grávida não são consensuais e a recomendação generalizada do seu uso é limitada pela qualidade da evidência disponível, pelo que as autoras atribuem uma força de recomendação C. Futuramente, a realização de mais estudos, com amostras de grandes dimensões, homogêneos e de boa qualidade é imprescindível, com o intuito de encorajar ou desencorajar a sua utilização.

PALAVRAS-CHAVE: “*Stockings, Compression*” e “*Pregnancy*”