

Eficácia da Realidade Virtual na Redução da Ansiedade em Pacientes Submetidas à Cesárea: Uma Revisão Sistemática e Metanálise

Introdução: A cesariana, uma das cirurgias abdominais mais realizadas no mundo, está frequentemente associada à ansiedade pré-operatória. Essa condição pode aumentar o risco de depressão pós-parto, prejudicar a recuperação materna e comprometer a experiência do parto. Nesse cenário, intervenções não farmacológicas vêm ganhando relevância como alternativas seguras e bem aceitas no manejo da ansiedade. Entre elas, a realidade virtual tem se destacado como uma ferramenta acessível e de fácil aplicação, com evidências promissoras na redução da ansiedade em diferentes contextos cirúrgicos. No entanto, a eficácia do uso da realidade virtual especificamente em pacientes submetidas à cesariana permanece incerta.

Objetivo: Avaliar eficácia da realidade virtual na redução da ansiedade em gestantes submetidas à cirurgia de cesariana.

Métodos: Este estudo é uma revisão sistemática e metanálise, conduzida conforme as diretrizes PRISMA e as recomendações do Cochrane Handbook. Foi conduzida uma busca abrangente nas bases de dados PubMed, Cochrane e Web of Science, utilizando descritores relacionados a “cesariana”, “ansiedade” e “realidade virtual”. Foram incluídos estudos que avaliaram a eficácia da realidade virtual, utilizando vídeos de meditação com paisagens ou relacionados ao processo da cesariana, em comparação ao cuidado habitual, em pacientes submetidas à cesárea. O software RStudio foi utilizado para realizar a metanálise, e o desfecho estudado foi a redução dos níveis de ansiedade.

Aspectos éticos: O uso de dados disponíveis em fontes públicas justifica dispensa de aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa.

Resultados: Foram encontrados 102 estudos na busca inicial. Após a triagem, 3 artigos, envolvendo um total 517 pacientes, atenderam os critérios de inclusão. A metanálise dos dados indicou que a realidade virtual foi associada a uma redução significativa dos níveis de ansiedade (SMD = -1,87, IC [-3,37; -0,38], $p < 0,0001$, $I^2 = 95,9\%$) em comparação com o grupo de controle.

Conclusão: Nossos resultados sugerem que a realidade virtual pode ser um instrumento efetivo na redução dos níveis de ansiedade em pacientes submetidas a cesariana. No entanto, a alta heterogeneidade entre os estudos e a amostra reduzida, ressaltam a importância da condução de novos ensaios clínicos em grande escala, a fim de confirmar os nossos achados.