

ACUPUNTURA E SEUS BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE

ACUPUNCTURE AND ITS HEALTH BENEFITS

Dionizia Burack¹

Zeloí Ferreira Dos Santos Reitez²

Hermerson Bertassoni Alves³

Resumo: O objetivo deste trabalho é apresentar os benefícios na acupuntura para a qualidade de vida das pessoas, estudando os elementos e recursos da acupuntura, sendo aplicadas agulhas em pontos específicos para tratar as doenças. Sendo também analisadas as causas de ansiedade e mostrando os resultados através da terapia e estudo de suas indicações e contraindicações. A pesquisa foi realizada através de revisão bibliográfica e artigos da área de saúde que abordam as do-

enças e fisiopatologia, diagnóstico e tratamentos das doenças. Os resultados dos pacientes que usam essa terapia trazem uma qualidade de vida melhor, devolvendo a energia ao corpo, se sentem mais leves e confortáveis. Trata-se de uma terapia de custo baixo e resultado imediato na qual são tratadas as doenças sem administração de medicamentos ou até mesmo junto deles.

Palavras chave: Acupuntura; Moxabustão, Saúde emocional,

1 Biomédica pela Unicuritiba

2 Biomédica pela Unicuritiba

3 Farmacêutico e bioquímico pela UFPR e docente na Unicuritiba



Terapia complementar.

Abstract: The objective of this work is to present the benefits in acupuncture for the quality of life of people, studying the elements and resources of acupuncture, being applied needles in specific points to treat diseases. It also analyzes the causes of anxiety and shows the results through the therapy and the study of its indications and contraindications. The research was conducted through literature review and health articles that address the diseases and pathophysiology, diagnosis and treatment of diseases. The results of the patients who use this therapy bring a better quality of life, returning energy to the body, feeling lighter and more comfortable. It is a low cost therapy and immediate result in which diseases without administration of

medications or even with them are treated.

Keywords: Acupuncture; Moxibustion, Emotional health, Complementary therapy.

INTRODUÇÃO

Segundo Lin, Hsing Pai (2008), estudos confirmam a eficácia do tratamento com acupuntura e a segurança dessa terapia. É importante trazer o conhecimento para a sociedade, pois julgam sem ter compreensão. Tal método vem revolucionando a medicina alternativa. Cada dor que sentimos pode ser tratada ou curada com esse tratamento. Para estarmos bem de saúde devemos cuidar do nosso sistema imunológico e sistema nervoso e tratar as causas desses problemas, evitando exames invasivos e tardios para detectar a doença .



Segundo a Globo bem estar (2018), a medicina Tradicional Chinesa chegou ao Brasil na década de 50, desde então, vem crescendo o número de médicos e estudantes da área da saúde que se especializam nessa técnica, assim como pacientes buscando esse tratamento paliativo. A acupuntura é muito usada em países de primeiro mundo, na China já é tradicional, reconhecida por especialistas como terapia complementar na qual o paciente sente o alívio da dor de imediato e passa a fazer as sessões para a cura da doença. Nosso corpo tem pontos específicos para a aplicação das agulhas e para cada tipo de sintomas. Visando diferentes efeitos terapêuticos, o objetivo da acupuntura é trazer ao organismo o equilíbrio energético que resulta em benefícios para a cura da doença. Na medicina oriental e chamado de desequilíbrio energético

o que chamamos de doença, que mostram, em sinais e sintomas, quais as alterações emocionais e dores (TAFFAREL, FREITAS 2009).

A técnica da Medicina Chinesa previne e trata várias dores e doenças, no organismo age como relaxante muscular, anti-inflamatório e analgésico. Sentindo alívio imediato em dores de cabeça e enxaqueca com a primeira aplicação, sendo tratada com várias sessões para curar as causas. Minimiza a ansiedade e os sintomas de depressão, tratando o distúrbio emocional que estimula a produção de serotoninas e endorfinas que são hormônios da alegria, devolvendo um relaxamento ao corpo que volta o equilíbrio da energia (TAFFAREL, FREITAS 2009).

No decorrer falaremos sobre os pontos, que através dos três pontos trataremos da renite



alérgica, podendo tratar a ansiedade, asma, cefaleias com função de limpar o calor do fígado, constipação intestinal, dismenorreia, fibromialgia, gastrite, insônia, lombalgia aguda, obesidade, acidente vascular encefálico, falaremos da moxabustão e indicações e contraindicações, melhorando o sistema imunológico e tratando as doenças físicas e emocionais (LUCIO, 2020).

O objetivo geral desse trabalho e mostrar as pessoas os benefícios da acupuntura, trazendo qualidade de vida, mostrar que através de terapias podemos tratar as doenças antes que avance, evitando gastos desnecessários com remédios no futuro. A pesquisa foi feita em livros e artigos da área da saúde, mostrando os benefícios do conhecimento dos pontos antes da aplicação para o tratamento, sendo aplicados em pontos específicos as agulhas. E

conclui que a acupuntura proporciona a rapidez e eficácia de tratamento e diagnósticos, recuperando a energia do corpo, trazendo mais leveza a vida das pessoas.

OBJETIVOS

Objetivo geral

- Mostrar os benefícios da terapia da acupuntura para qualidade de vida das pessoas.

Objetivos específicos:

- Estudar a história da acupuntura e seus elementos (terra, água, metal, fogo, madeira);

- Estudar os recursos da acupuntura na saúde do corpo humano;

- Explicar os recursos e técnicas de aplicação;

- Analisar as causas da ansiedade e mostrar os resultados



através da terapia;

- Explicar a aplicação da moxabustão;

- Analisar as indicações e contraindicações da moxabustão.

JUSTIFICATIVA

É evidente o grande problema de saúde pública relacionado à manutenção da qualidade do atendimento prestado por alguns profissionais que não são da área da saúde ou que não se especializam na técnica da acupuntura. Este trabalho compreende a importância deste procedimento e a percepção de que determinados profissionais desconhecem os procedimentos corretos e descumprem protocolos, realizando uma abordagem, muitas vezes, superficial.

Uma vez que os efeitos não se limitam apenas ao pacien-

te, mas toda a saúde pública, o paciente que interna por motivos externos e adquire um período prolongado de hospitalização, devido a infecções adquiridas no ato da aplicação, aumenta o número de dias no leito, o número de atendimentos, materiais, medicamentos, afastamentos ao trabalho e prejuízos ao sistema beneficiário. Além disso, ocorrem modificações na rotina da família, com visitas, ato que, se passar despercebido, pode ser causador de vários outros problemas correlatos com efeito em cascata devido alguma perfuração no organismo.

Tendo em vista que esta questão é complexa, e considerando as implicações que os hospitais terão como despesas financeiras, aspectos éticos, legalidade, resistência aos antibióticos e até mesmo política de saúde, o adequado conhecimento sobre a



acupuntura é essencial.

elementos

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de caráter qualitativo, realizado com a leitura de autores e autoras de referência nesta área de pesquisa. Com destaque para a utilização da técnica de acupuntura no diagnóstico e tratamento de doenças, visando a melhoria da qualidade de vida e saúde dos pacientes, evitando maiores complicações de saúde dos pacientes com a prevenção precoce. Baseado em revisão bibliográfica produzida nos últimos 23 anos e divulgada por meio de artigos e, principalmente, livros.

A acupuntura e seus resultados nos tratamentos de doenças físicas e emocionais

História da acupuntura e seus

E a técnica utilizada na medicina chinesa, indo além do uso de agulhas, abrangendo outras técnicas de orientação nutricional, exercício de respiração, massagem, moxabustão o bastão quente de ervas. Medicina que trata os conceitos fisiológicos, que usa os principais fenômenos da natureza. Foram feitos muitos experimentos no decorrer desses anos, usando técnicas eficientes para o tratamento dos sintomas das pessoas doentes. Foi tão eficiente essa pratica que foi verificada a sua inserção no Sistema Único de Saúde (SUS), melhorando a qualidade de vida e o bem estar da população Brasileira (LUCIO, 2020).

Acupuntura vem do latim acus (agulha) e puntura (colocar). Constitui-se de um tratamento feito com agulhas no



qual a agulha é colocada em um ponto específico. O paciente sente correr a energia pelo corpo e percebe que a dor passou sem tomar remédios, recuperando a sua energia com uma qualidade de vida melhor (LUCIO, 2020).

Ademais, a acupuntura faz parte da medicina chinesa. A medicina chinesa está ligada aos ancestrais e crenças onde os falecidos colocavam em risco a vida humana ou destruíam, a medicina chinesa veio curar e restaurar o espírito das pessoas mortas e das vivas. O monge franciscano Guilherme de Rubruck, da Bélgica, escreveu sobre essa medicina em seus diários de viagem. Esta foi uma das primeiras ocasiões na qual a medicina chinesa foi citada (LUCIO, 2020).

Em 1939 no século XX, o diplomata francês George Souli de Mourant, morador da China, fascinado com acupuntura como

a cura pela cólera (SCOGNAMILLO-SZABÓ; BECHARA, 2010; RAMEY; BUELL, 2004).

A medicina

tradicional chinesa é pouco conhecida no Brasil. Começou na década de 50 com o fisioterapeuta Friedrich Johann Spaeth fundando a Sociedade Brasileira de Acupuntura e Medicina Oriental. A acupuntura foi reconhecida como uma especialidade nas áreas de: Medicina, Biomedicina, Fisioterapia, Enfermagem, Medicina Veterinária (SCOGNAMILLO-SZABÓ; BECHARA, 2010).

No livro “Imperador amarelo” Yin e Yang é representado por esferinhas brancas e pretas, com Yin dentro do Yang e o pequeno Yang dentro do Yin, onde, nessas forças vitais, uma não negasse a outra, havendo intertransformação (WANG, 2001, p. 507).



Figura 1 - Símbolo Yin e Yang



Fonte: Internet¹

Segundo Fabiola Terra Lucio (2020) Yang e Yin é o caminho do céu e da Terra. Essa união de Yang e Yin tende ao equilíbrio no movimento das pessoas. Em relação à saúde humana acontece uma doença quando o Yin, por exemplo, estaria descontrolado, causando a deficiência do equilíbrio. Isso é perigoso para o paciente. A doença é gerada no corpo pelo desequilíbrio do Yin e Yang. Esses

casos são tratados com a tonificação das deficiências e eliminação dos excessos.

A medicina chinesa utiliza essa teoria para classificar fenômenos conforme a natureza, função e formas, e os liga a um dos cinco elementos. A partir disso, são estabelecidos de modo sistemático as relações existentes entre as constituições das vísceras, o estado

¹ Disponível em: <https://www.significadofacil.com/yin-yang/>
Acesso em: 02 Nov. 2021



fisiológico ou patológico do organismo e os objetos do meio que o cercam, e sua relação com a vida dos homens. (AUTEROCHE; NAVAILH; EBRAMEC, 2020).

Segundo Fabiola Terra Lucio (2020) As cinco características dos elementos são:

- Madeira (Mu): sendo utilizado o bambu, com característica de adaptação, geração, harmonização e flexibilidade;

- Fogo (Huo): é observada a chama ardente como uma fogueira. As suas características são: aquece, queima, hiperfunciona e inflama;

- Terra (Tu): elementos do solo como o desenvolvimento, absorção, nutrição e permite o crescimento;

- Metal (Jin): lâmina de metal que possui solidez, purificação e vibração;

- Água (Shui): são observados os fluxos contínuos de água, como cachoeiras e rios, no qual penetram, umedecem, refrescam e limpam.

Os elementos são os movimentos em cinco direções diferentes dos fenômenos naturais. A madeira com movimento exterior em todas as direções, o metal em movimento interior, água em movimento descendente, fogo em movimento ascendente, a terra é o movimento estável e neutro (AUTEROCHE, NAVAILH, 1992).

Ao analisarmos os sistemas do corpo humano e os representantes dentro dos cinco elementos, percebemos o sistema de produção e dominância na filosofia humana, os fenômenos patológicos correlacionando com as funções renais do sistema e chegando a corretos diagnósticos



na hora de analisarmos o paciente (MACIOCIA,1996).

A medicina tradicional chinesa trata de uma forma abstrata, sendo o relacionamento com os elementos podendo sofrer deficiência ou inconsistência na prática clínica. Ao utilizarmos corretamente os elementos poderemos proporcionar rapidez e eficácia no diagnóstico e tratamento das doenças (LUCIO, 2020).

Qi precisa de energia, onde percorre e flui no universo e no nosso corpo. Sendo formado por dois modos, o primeiro herdado dos pais e o segundo herdado do ar, água e alimentos (SCOGNAMILLO-SZABÓ; BECHARA, 2010). Exemplos de Qi seria se o Pulmão estiver fraco, o corpo tem mais chance de patógenos adentrarem aumentando a propensão do resfriado. A pessoa que come muito doce, prejudicará o baço, lesionando o mesmo,

prejudicando o pulmão que não pode defender o nosso corpo, causando baixa imunidade na pessoa (LUCIO, 2020).

Se o Qi não flui bem no nosso corpo, teremos a manifestação de doenças. Em casos como esse a acupuntura possibilita a regulação do fluxo de Qi do organismo e restabelece a harmonização (LUCIO, 2020).



Figura 2 - As cinco fases do Qi



Fonte: Internet¹

Os cinco elementos estão relacionados a cada órgão, segundo Wang (2001, p. 57) “os cinco órgãos transformam em humores das pessoas, o coração faz a transpiração, pulmão faz a secreção nasal, o fígado faz as lágrimas, o baço a saliva e o rim cuspe”.

Shen ou mente está relacionado ao elemento fogo sendo

relacionado em diversos âmbitos, a saber: o coração, local que armazena a mente das pessoas e responsável pela personalidade; adaptação ao ambiente; emocional equilibrado; sono saudável; boa memória e pensamento claro, com expressão facial e olhos brilhantes. Shen fraco, a pessoa demonstra-se abatida, sem alegria, com lapsos de memória, incapaz

¹ Disponível em: <https://www.meide.com.br/post/feng-shui-e-a-cinco-fases-do-qi> Acesso em: 02 Nov. 2021



de fazer esforços mentais e físicos. Shen em excesso, a pessoa possui risos excessivos, mente em bom funcionamento, alegre e apresenta dificuldade de dormir (CAMPIGLIA, 2004).

Recursos da acupuntura na saúde do corpo humano

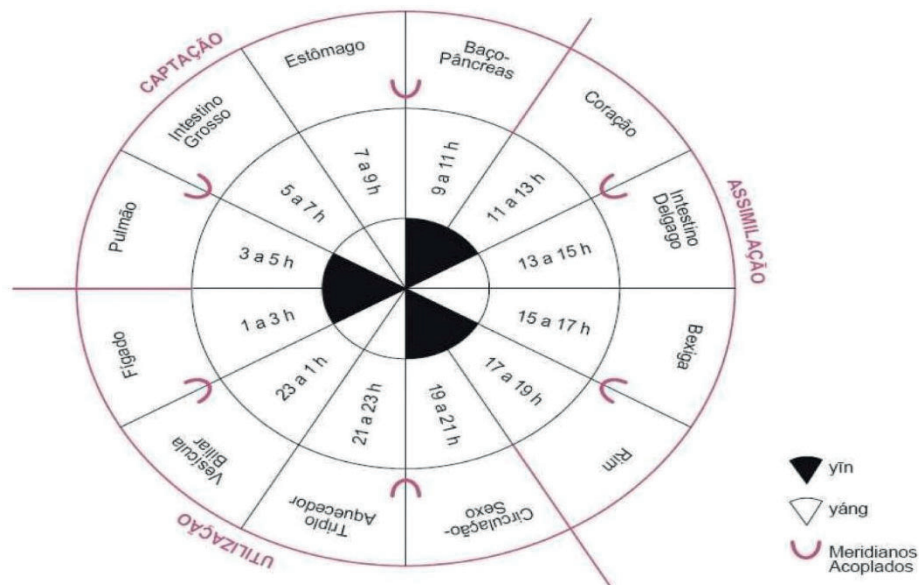
Segundo Lucio (2020) o conhecimento dos pontos da acupuntura era utilizado para a cura por meio de tatuagens na América Latina, Europa e Ásia. Com muitos anos de estudo até chegar à terapia oriental, essa prática é utilizada ainda hoje para trazer o bem estar para as pessoas. Atualmente, não é mais realizado o procedimento de tatuagem para tratar problemas de saúde e desequilíbrio de energia. Hoje em dia usa-se piercing de orelha para curar crise de enxaqueca.

A medicina chinesa re-

cupera a saúde e equilíbrio, melhorando a energia do corpo. A alteração do sangue e do Qi ocasiona problemas físicos. A restauração da circulação em equilíbrio devolve a saúde ao corpo. A medicina chinesa usa a teoria da grande circulação do Qi ou relógio biológico. Esses canais possuem horários específicos na circulação da energia no corpo, onde dura duas horas, com diferença de 12 horas, encontrando o ponto da energia desses canais do Qi (DONATELLI, 2018).



Figura 3 - Relógio Cósmico



Fonte: Donatelli (2018, p. 27).

Os acupontos são locais de tratamento dentro do canal na acupuntura e é caracterizado em pontos e funções, sendo o caracterizado por estarem com buraco/ depressão no local do corpo, ligando tendões e músculos, tendões e articulações, próximo dos vasos, local do músculo que possui maior penetração nervosa na pele (WEN, 2008).

Segundo Lucio (2020) a acupuntura estimula os nervos e músculos que enviam mensagens

para a medula espinhal e cérebro, desencadeando mecanismos como produção de endorfinas, reduzindo a dor e liberando sensação de bem estar e qualidade de vida.

Técnicas e recursos de aplicações das agulhas

Na acupuntura são usadas as agulhas para estimular os pontos. As agulhas utilizadas são feitas de material de aço inoxidá-



vel.

As finalidades das nove agulhas são:

- Primeira agulha para puncionar a pele;

- Segunda agulha aplicar massagem;

- Terceira agulha pressionar o ponto;

- Quarta agulha sangria em geral sendo realizada nas veias;

- Quinta agulha extrair o pus funcionando como bisturi;

- Sexta agulha com ponta aguda e redonda para casos de dores urgentes;

- Sétima agulha filiforme e utilizada até os dias de hoje;

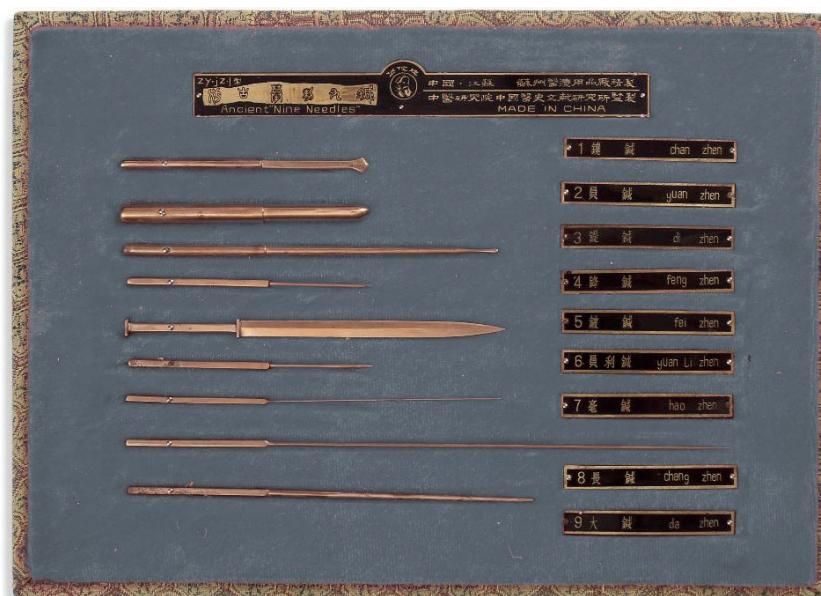
- Oitava agulha longa e feita para a região de musculatura inserindo profundamente;

- Nona agulha para tratar dores de articulações utilizada nos dias de hoje, por acupun-

turista experientes, conhecida como agulha de fogo para esquentar, causando micro queimaduras e alívio das dores sendo colocada bem rápido na pele (ZHIDE, 2003).



Figura 4 - Imagem das nove agulhas



Fonte: Internet¹

As agulhas curtas são usadas na cabeça, dedos e face. Já as agulhas médias são utilizadas nas extremidades e troncos. Também existem as agulhas longas que são eficazes na região muscular. Agulhas intradérmicas são aquelas fixadas na pele em média de 3 a 7 dias. Agulha cutânea ou dérmica ou martelinho de 5 ou 7 pontos, são usados para estimular uma parte maior,

para dores musculares (DONATELLI, 2018).

Donatelli (2018) explicou que após a inserção da agulha, a tonificação poderia ser realizada das seguintes formas:

Colocar a agulha no sentido de energia do canal; girar a agulha no sentido horário; inserir a agulha na expiração do paciente, após o tempo de aplicação, retirar na

¹ Disponível em: <https://nordicacupuncture.com/en/needle-history>. Acesso em: 02 Nov. 2021



inspiração; com a agulha inserida na pele, vibrá-la raspando o cabo da agulha com a unha; Agulha feita de ouro; inserir lentamente a agulha na pele e retirá-la rapidamente; Pistonar a agulha dentro da pele vai e vem, sem retirar, de forma lenta; Movimentos mais gentis tonificam.

O método dos três pontos surgiu na década de 70, pelo Dr. Jin usando os três pontos para tratar rinite alérgica. A rinite alérgica é causada por exposição a polens, pelos e poeiras, levando a inflamação na mucosa do nariz e respostas inflamatórias nesse local, sendo com sintomas recorrentes ou crônicas. Para o tratamento, na acupuntura, são usados os três pontos do nariz, que trata a eliminação do excesso do vento, melhorando os canais do

nariz (SILVA FILHO, 2013).

A primeira agulha é inserida no ponto associado ao nariz, ponto IG 20, a segunda é colocada no ponto extra Bitong, com efeito local, a terceira e colocada no ponto extra Vintong ação local, que desobstrui o fluxo do canal e melhora a função nasal (SILVA FILHO, 2013).

Asma: é uma doença que acomete as vias respiratórias, causando inflamação. Pode ser adquirida por vento frio ou calor em excesso e ocorre também pela deficiência dos sistemas de defesa do rim e pulmão com a invasão do vento que chega ao tórax.

Segundo Lucio (2018) os pontos a serem tratado para a crise asmática são:

- Tonificar os sistemas de defesa do Pulmão e Rim os pontos: B23, VC4, VC8, P9 e B13;



- Normalizar o Qi do Pulmão, restabelecendo a descida dele. Pontos: P7, P5, VC17 e B13;

- Acalmar a mente. Pontos: C7, VC15 e VG24;

- Asma tardia tonificar o baço. Pontos: E36, VC12, B20 e B21;

Cefaleias: É uma doença relacionada a dor de cabeça, possuindo dois tipos: cefaleia tensional (relacionada a dores musculares) e enxaqueca. Exemplo, a cefaleia tensional começa com dor fraca na região da cabeça, frontal, partes dos lados e nuca. Essa doença é causada pela ira emocional.

O tratamento da acupuntura para enxaqueca é usar o método das três agulhas com a função de limpar o calor do canal ou excesso do canal do fígado, desobstruindo as colaterais e ca-

nais na região temporal e aliviar a dor (SILVA FILHO, 2013).

Constipação intestinal:

Segundo Galvão- Alves (2013) constipação intestinal é o intestino preso, evacuação incompleta ou fezes endurecidas, sendo a evacuação, durante a semana, menor que três vezes e demora excessiva no banheiro. Ocorre devido a ingestão inadequada de fibras e água. Os distúrbios que levam a constipação são obstruídos lentamente no intestino ou alterações no assoalho retais ou pélvicos.

Constipação intestinal e o movimento irregular, com energia insuficiente para liberar as fezes e o desequilíbrio por acúmulo de calor. O tratamento da constipação intestinal na Medicina Chinesa tem como objetivo umedecer o intestino, limpar o calor em excesso para a liberação das fezes (SILVA FILHO, 2013).



Dismenorreia: É a cólica menstrual dolorosa, com fluxo menstrual difícil, com dor lombar, dores abdominais, vômitos, fadigas, tonturas, diarreias e náuseas. Mecanismo orgânico e alterações hormonais femininas nesse período, por com movimento incorreto do fígado e do sangue. Os pontos da acupuntura tratam a regulação do vaso e remove a estagnação do sangue, aliviando, assim, as dores (DALL'ACQUA; BENDLIN; 2015, MACIOCIA; 1996, SILVA FILHO, 2013).

Fibromialgia: Segundo Provenza (2004), a fibromialgia é uma síndrome crônica dolorosa, com dor difusa, com pontadas, peso, cansaço, queimação e piorando com a mudança climática, emocional ou esforço físico e envolvendo o esqueleto periférico e axial. O tratamento é feito no ponto de alívio de dor, depressão, ansiedade. Tal tratamento espaça

as crises de dor e diminui a intensidade (ARAUJO, 2007).

Gastrite: é uma inflamação interna no estômago, causada pelo consumo de álcool, tabagismo, por uso prolongado de medicamentos ou autoimune. Causando queimação, dor de estômago, náuseas, indigestão, sensação de estufamento, vômitos e azia.

É causado pelo frio e calor. O calor causado pelo excesso de consumo de alimentos quentes, carnes vermelhas, alimentos ácidos e álcool, problemas emocionais que envolve o Yin no fígado, gerando excesso de Yang, ou vir do coração. O frio decorre da invasão do fogo exterior causado pela estagnação do sangue (YAMAMURA, 2015).

O tratamento busca refrescar o estômago dispersando o fogo, sendo tratado os pontos conforme os sintomas sentidos,



pois para cada sintoma a um ponto específico.

Insônia: Insônia é a dificuldade em manter o sono ou iniciar, a qualidade ou quantidade insatisfatória, tendo como consequência ruins durante o dia, mudança de humor com dificuldade de realizar as atividades durante o dia e com fadiga excessiva (VARELA et al., 2005).

Podendo ser aguda com presença do fator estresse, não ocorrendo no período maior que três meses, quadro crônico quando persiste por um período maior que um mês, sem fatores estressantes (VARELA et al., 2005).

O tratamento de insônia tem objetivo de nutrir o coração e acalmar a mente.

No tratamento é utilizado o método três agulhas (SILVA FILHO, 2013).

Lombalgia aguda: É a dor lombar que causa morbidade

e incapacidade. No tratamento é usado o método três agulhas para mobilizar o Qi e o sangue para essa região, ativando os canais e fortalecendo o canal vaso dilatador (SILVA FILHO, 2013).

Obesidade: e o excesso de gordura no corpo com implicações adversas, associada a fatores físicos, genéticos, psicológicos e sociais. Trata de uma doença moderna, causada pelo excesso de gordura, doce e má alimentação do dia a dia, sem atividade física, encurtando a vida das pessoas, causando dificuldades respiratórias (FLAWS, 2002).

O tratamento da obesidade, na acupuntura, possui funções com ações locais, regulando as funções do baço e estômago, ativando o fluxo do Qi e sangue da região abdominal, eliminando o peso (SILVA FILHO, 2013).

Acidente Vascular Encefálico (AVE): disfunção



aguda neurológica, com origem vascular, com ocorrência súbita de sintomas ou sinais ao comprometimento de áreas do cérebro (COSTA, SILVA, ROCHA, 2011).

Doença com grande impacto na saúde pública mundial, com causas de difusões cognitivas e motoras e com incapacidade neurológica. Exemplos de pessoas sobreviventes do acidente vascular encefálico, tem incapacidade residuais, rigidez na parte afetada, perdas das articulações, problema de memória, dores difusas, paralisia dos músculos, dificuldade na comunicação oral e escrita e deficiência sensoriais (COSTA, SILVA, ROCHA, 2011).

Analisar as causas da ansiedade e mostrar os resultados através da terapia

Ansiedade: é desenvolvida com alteração emocional, acontece um distúrbio no coração que leva a desarmonia do espírito, sendo qualquer desregulação enérgica que afeta o órgão do coração resultando em ansiedade (LUCIO, 2020). A ansiedade é desenvolvida pela falta de energia no coração, causando falta de sono. Os fatores que levam ao quadro de ansiedade são: tensão muscular, excesso de trabalho, calor e umidade do ambiente e medo. Essas situações lesionam a energia do coração. O tratamento é feito através de tonificação do coração, acalmando a mente, nutrindo o sangue e acabando com a êxtase (ROSS, 2003, SILVA, 2010).

Segundo Donatelli (2018), os distúrbios mentais são classificados, em alterações emocionais e transtornos psíquicos. As emoções são divididas em



duas: 1) As emoções primárias são: surpresa, medo, alegria, tristeza e raiva. 2) As emoções secundárias são: ciúme, bem-estar, calma, orgulho, mal-estar e tensão.

Emoções são reações neurais e químicas, são ligadas à vida de um organismo no nosso corpo. Emoções são relação dos estados internos e com o meio. As emoções são encontradas no conceito dos Cinco elementos da Medicina Tradicional Chinesa (MTC):

- Raiva (ou cólera, irritabilidade) ligada ao elemento Madeira
- Alegria (ou entusiasmo) ligada ao elemento Fogo
- Ansiedade (ou preocupação) ligada ao elemento Terra
- Tristeza (ou mágoa, angústia) ligada ao elemento Metal
- Medo ligado ao ele-

mento Água (DONATELLI, 2018).

As alterações mentais na acupuntura e sintomas são: emoção desequilibrada, transtornos psíquicos, distúrbios mentais, anorexia, insônia e agitação mental.

Na acupuntura são tratados esses problemas como um todo. Os/as pacientes são tratados com acupuntura, juntamente com a alimentação, hábitos saudáveis, atividades físicas e respiratórias e seu comportamento com o auxílio de outros profissionais, como psicólogos (DONATELLI, 2018).

Aplicação em Moxabustão

Moxabustão é a técnica que consiste em cauterizar os pontos a fim de estimular a função dos órgãos regulando a circulação de energia.



Essa técnica aquece os pontos por meio da queima de erva Artemísia, usando o bastão de Artemísia Vulgaris. Utilizado para fortalecer o Yang, expulsando o frio e estimulando a circulação de Qi e sangue (FOCKS, ULRICH, 2008). A moxabustão é utilizada em pacientes debilitados, tratando doenças causadas pelo inverno como gripes e resfriados, aumentando a imunidade e aquecendo o útero reduzindo cólicas e favorecendo a fertilidade masculina (LUCIO, 2020).

Figura 5 - Bastão de moxa



Fonte: Internet¹

124

Método indireto na acupuntura da moxabustão não possui contato com a pele do paciente, ficando na distância de 2-3 centímetros da pele, podendo usar bastões de moxa incandescente, deve se aproximar e afastar da pele do paciente de

¹ Disponível em: http://medicina-chinesa.com.pt/wp-content/uploads/bfi_thumb/moxabustao-1-neskvj7dr5id6gmp12lsiiswqeva-13fiksmj3q1wyw.jpg Acesso em: 02 Nov. 2021



3-7 vezes em média ou durante cerca de 5-15 minutos em cada ponto, nas regiões como costas e abdômen, por meio de movimentos circulares por 10 minutos (FOCKS, ULRICH, 2008). Aquecer o ponto em intensidade confortável para o calor penetrar, não deve aproximar demais o bastão na pele para o calor não ficar insuportável e nem de forma muito rápida, coloque o dedo seu sobre a pele do paciente perto do ponto e use como sensor de calor (YAMAMURA, 2001, FOCKS, ULRICH, 2008).

Pode colocar entre a pele e um cone de moxa uma fatia de fitoterápico, exemplos: alho para tratar picada de insetos ou infecções subcutâneas por causa dos efeitos anti-inflamatório e analgésicos do alho, gengibre que tem efeito de difusão, usada em dores abdominais e diarreias, sal no umbigo ponto VC 8 para tratar

diarreias (DONATELLI, 2018).

Na prática clínica a moxa tem ampla utilização, pode ser feita em casos de contusões, entorses, contraturas musculares, dores reumáticas e dores em geral, é suficiente a aplicação da moxa na região ou pontos dolorosos, para resfriados e gripes aplica os pontos VB 20, IG4, prevenção de doenças E36, VC4 e IG4 (LUCIO, 2020).

Não deve ser utilizado a moxa em doenças febris, inflamação agudas, hemorragias, pessoas com pele sensíveis como crianças pequenas, pacientes com alterações de sensibilidade cutânea, mucosas, regiões afetadas e sob varicoses (FOCKS, ULRICH, 2008).

Segundo Donatelli (2018) os efeitos da moxabustão podem ser muito benéficos, incluindo:

- Estimulação do fluxo



de Sangue (xuê);

- Expulsão do Frio e da Umidade;
- Fortalecimento do yáng;
- Eliminação de estagnações e dispersão de nódulos;
- Promoção de livre circulação do Qi.

O tratamento dos pontos da orelha na acupuntura é chamado de acupuntura auricular ou auriculoterapia, técnica que envolve as áreas específicas da orelha ou do pavilhão auricular, sendo estimulada através das sementes de mostarda e vacaria, esfera de metais ou agulhas. Esse tratamento melhora a insônia utilizando os pontos dessa técnica, com o tratamento dos pontos da insônia, reduz a insônia aumentando o rendimento das atividades diárias, trouxe a qualidade de vida durante o dia das pessoas

e dando a elas coragem de fazer atividades físicas. King et al., (2015) coloca as agulhas filiformes por trinta minutos na orelha do paciente durante três semanas.

Segundo Garcia (2003), os pontos auriculares são classificados em grupos de acordo com sua atividade e experiência:

- Zona correspondente: região do joelho, pulmão, ouvido, tornozelo, cervical, entre outros. São utilizados tanto para diagnóstico e tratamentos.

- Órgão e vísceras: são os onze pontos que representam os Zang Fu (fígado, baço, coração, pulmão, rim, bexiga, intestino grosso, intestino delgado, vesícula biliar, triplo aquecedor ou São Jião e estômago). Enquadram na zona correspondente, representam a função energética dos cinco elementos. Todos esses pontos devem ser utilizados para o tratamento e diagnóstico.



- Sistema nervoso: são pontos que representam estruturas e a parte do sistema nervoso, esses pontos inibem essa estrutura e excitam o ponto Shenmen, acalma o corpo, recebe esse nome por estar relacionado ao sistema nervoso, como a área de neurastenia o transtorno de enfraquecimento do sistema nervoso central.

- Sistema endócrino: representa as glândulas do sistema endócrino, podendo reduzir ou aumentar sua função de produção, aumentando a função das glândulas que hipofuncionam e reprimem os que hiperfuncionam, exemplo de ponto é o de suprarrenal. O sistema endócrino representa 5% dos pontos da auriculoterapia.

- Pontos específicos: possuem ação bem limitada de diagnóstico e tratamento, com pontos mais diretos a uma pato-

logia específica, como o ponto de alergia, ansiedade e asma.

- Pontos do dorso da orelha: possuem a função de espelho com pontos anteriores da orelha, ação do tratamento é colocar um estímulo na mesma direção do ponto anterior, oposto. Exemplo oposto ao ponto do cérebro, está o rim no dorso, o rim que gera a medula, ele tem íntima relação com o cérebro.

- Outros pontos: esses pontos recebem a denominação anatômica, relacionado a área de reflexo. Exemplos: o ponto central da concha cimba terá efeito na cavidade abdominal, pontos da hélice (1-6) anti-inflamatório, ápice do trago utilizado para fazer sangria.

Os localizadores elétricos medem o potencial elétrico da orelha, quando houver uma queda no potencial elétrico, o aparelho emite um sinal, acen-



dendo um led, indicando o local do ponto (DALMAS, 2004).

Os pontos da orelha na auriculoterapia segundo Lúcio (2020) são:

- Os pontos do lóbulo da orelha são; ponto do dente, língua, olhos, maxilar, neurastenia, ouvidos internos, tensila faringe (Amidala) e ansiedade.

- Pontos da concha cava; esôfago, boca, estomago, baço, cardio, coração, traqueia, pulmão e São João triplo aquecedor.

- Na concha cimba a concha da orelha os pontos são relacionados ao abdômen os pontos são: pâncreas, fígado, vesícula biliar, ureter, rim, bexiga, intestino grosso, intestino delgado e próstata.

- Os pontos da hélice são: ponto zero, uretra, reto, genital externa, ápice da orelha, anus, Yang do fígado, hélice 1-6 e nervo occipital menor.

- O trago e a parte superior, ponto do ouvido externo, utilizado para difusões da articulação, alteração auditiva, tempo mandibular, zumbido, coceira e otite. Outros pontos do trago são: ponto da sede, fome, laringe, órgão do coração, suprarenal, nariz interno e ápice do trago.

- Pontos do sistema endócrino são: ovário, endócrino, visão 1 e visão 2.

- Os pontos do antítrogo são: asma (Ping Chuan), subcortex, frente, occipital, temporal ou tai Yang, hipófise e tronco encefálico (TE).

- Os pontos da região escafoide são: nervo auricular maior (NAM), ombro, clavícula, articulações do ombro, cotovelo, punho, alergia (ponto monancial de vento), dedos das mãos falanges.

- Pontos da região antélice região da coluna vertebral



são: pescoço, região cervical, tireoide, área do abdômen, área do tórax, área sacral cóccix e lombar.

- Pontos do ramo ou cruz são pontos que atuam em dores musculoesquelético com foco nos membros inferior são: dedos dos pés artelho, tornozelo, calcanhar, quadril/articulações do quadril e articulações do joelho.

- Pontos do nervo ciático são: ciático, simpático e glúteos.

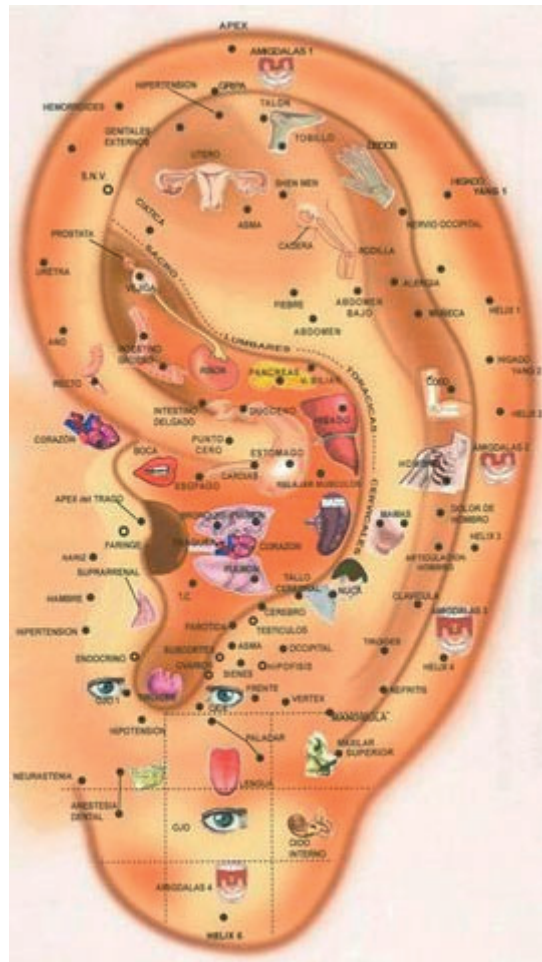
- Pontos da fossa triangular são: pelve, Shen nem (man), anexos do útero, colo uterino e útero.

A auriculoterapia é um microsistema muito utilizado na prática do dia a dia do terapeuta para o bem estar, com custo baixo, resultados eficazes e simples de realizar, com diversidade de estímulos podendo ser utilizados com sementes, cristais, pastilha

de silícios, agulhas, moxa e estímulos elétricos (LUCIO, 2020).



Figura 6 – Mapa auricular



Fonte: Internet¹

Indicações e contra-indicações da Moxabustão

Indicações para utilização da técnica moxabustão são:

Segundo Donatelli

(2018) As indicações e contrain-

1 Disponível em: <https://i.pinimg.com/736x/ef/0f/4a/ef0f4a-6b023eae4bb1665c6b963cd933--acupuncture-shiatsu.jpg> Acesso em: 02 Nov. 2021



Quadro 1 - Indicações e contraindicações da Moxabustão

Indicações da técnica moxabustão	Contra indicação da técnica moxabustão
Doença por Padrão de Frio	Paciente com o corpo da língua vermelho, saburra amarelo e espessa
Prevenção de doenças	Paciente com Pulso Rápido (shü)
Condições de fraqueza e exaustão	Paciente com ausência de sensibilidade
Recaídas de doenças tratadas	Pacientes diabéticos
Doenças crônicas e degenerativas	Regiões abdominais e sacrais em gestante
Doenças em idosos com biotipo fraco	Síndromes de Excesso/calor
Paralisias	Pontos específicos.
Lombalgias	

Fonte: BURACK, Dionizia, 2021.

Conclusão

Trata-se de um trabalho que utiliza a técnica de aplicação de agulhas em pontos específicos, usando os fenômenos da natureza, os cinco elementos no qual proporciona eficácia e rapidez no diagnóstico e tratamento de doenças, recuperando o equilíbrio e a saúde, melhorando a energia do corpo. É um tratamento de custo baixo não invasivo, que traz de volta a qualidade de vida das pessoas, devolvendo a ener-

gia ao corpo com disponibilidade de desfrutar da vida e cumprir os afazeres do dia a dia, tornando a vida das pessoas mais leve.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, R. A. T. Tratamento da dor na fibromialgia com acupuntura. 2007. Tese (Doutorado em Patologia) - Faculdade de medicina, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2007.

AUTEROUCHE, B.; NAVAILH,



- P. O Diagnostico na Medicina Chinesa. 2.ed. São Paulo: Andrei, 1992.
- CAMPIGLIA, H. Psique e medicina tradicional chinesa. São Paulo: Roca, 2004.
- COSTA, F. A. D.; SILVA, D. L. A. D.; ROCHA, V. M. D. Estado neurológico e cognição de pacientes pós-acidente vascular cerebral. Revista da Escola de Enfermagem USP, v. 45, n.5, p. 1083- 1088, 2011.
- DALL'ACQUA, R.; BENDLIN, T. Dismenorreia. Femina, v.43, n.6, p.273-276, 2015.
- DAL MAS, W. D. Auriculoterapia. São Paulo: Roca, 2004.
- DONATELLI, S Caminhos De Energia: Atlas Dos Meridianos E Pontos Para Massoterapia E Acupuntura. Edição 2, Rio de Janeiro: Editora Roca, 2018.
- EBRAMEC. Escola Brasileira de Medicina Chinesa. Apostila do curso de formação em acupuntura. São Paulo, 2020.
- FLAWS, B. New Approaches to the Chinese Medical Treatment of Obesity. Acupuncture Today, n.10, v.3, 2002.
- FOOCKS, C.; ULRICH, M. Guia prático de acupuntura: localização de pontos e técnicas de punção. São Paulo: Editora Manole, 2008.
- G 1 E. B. Acupuntura: conheça a técnica e seus benefícios. São Paulo, Noticia bem estar,(2018). Disponível em: <https://g1.globo.com/bemestar/noticia/2018/08/03/acupuntura-conheca-a-tecnica-e-seus-beneficios.ghtml> Acessado em 02 dez.2021.



- GALVÃO-ALVES, J. Constipação intestinal. *Jornal Brasileiro de Medicina*. Rio de Janeiro, v.101, n.2, p.31-37, 2013.
- GARCIA, E. G. Auriculoterapia – Escola Huang Li Chun. São Paulo: Editora Roca, 2003.
- KING, H. C.; SPENCE, D. L.; HICKEY, A. H.; SARGENT, P.; ELESH, R.; CONNELLY, C.D. Auricular acupuncture for sleep disturbance in veterans with post-traumatic stress disorder: a feasibility study. *Military medicine*, n. 180, v.5, p.582- 590, 2015.
- LIN, A. C, HSING, T. W, PAI, J.H. Acupuntura: prática baseada em evidências. *Revista Medicina*, São Paulo, v. 87 i 3, p.162-165, 2008.
- LUCIO, F.T Acupuntura. Edição 2, Maringá Editora UniCesumar, 2020.
- MACIOCIA, G. Os fundamentos da Medicina Chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fisioterapeutas. São Paulo: Editora Roca,1996.
- PROVENZA, J.R.; POLLAK, D.F.; MARTINEZ, J.E.; PAIVA, E. S.; HELFENSTEIN, M.; HEYMANN, R.; MATOS, J.M.C.; SOUZA, E.J R. Fibromialgia. *Revista Brasileira de Reumatologia*, n.44, v.6, p.443-449, 2004.
- RAMEY, D.; BUELL, P.D A true history of acupuncture. *Focus on Alternative and Complementary Therapies*, v.9, n.4, p.269-273, 2004.
- ROSS, J. Combinações dos pontos de acupuntura: a chave para o êxito clínico. São Paulo: Roca,



2003. [tps://www.scielo.br/j/cr/a/vF-VYXShZBx6CCnsLfB5ycsK](https://www.scielo.br/j/cr/a/vF-VYXShZBx6CCnsLfB5ycsK)
Acessado dia 02 nov. 2021.
- SILVA FILHO, R. C. Método de três agulhas. 2. ed. São Paulo: Editora Brasileira de Medicina Chinesa, 2013.
- SILVA, A. L. P. D. O tratamento da ansiedade por intermédio da acupuntura: um estudo de caso. *Psicologia: ciência e profissão*, n.30, v. 200-211, 2010.
- SCOGNAMILLO-SZABÓ, M. V.R.; BECHARA, G.H. Acupuncture: history, basic principles and its use in Veterinary Medicine. *Ciência Rural*, v.40, n.2, p.461-470, 2010.
- TAFFAREL, O. M.; FREITAS, C. M. Acupuntura e analgesia: aplicações clínicas e principais acupontos, *Clínica e Cirurgia, Ciência Rural, Santa Maria*, v.39, n.9, p. 2665-2672, dez, 2009
- WANG, B. Princípios de medicina interna do Imperador Amarelo. São Paulo: Ícone, 2001, p. 507.
- WEN, T.S. Manual terapêutico de acupuntura. São Paulo: Editora Manole, 2008.
- YAMAMURA, Y. Acupuntura tradicional: a arte de inserir. São Paulo: Editora Roca, 2001.
- YAMAMURA, Y. Guia de acupuntura. São Paulo: Manole, 2015.



ZHIDE, Y. Mr. Shi Huaitang'clinical experiences and academic thought on new nine needles. Chinese Acupuncture & Moxibustion, n.23, v.1, p.37-40, 2003.

