

## ACUPUNCTURA: UMA ABORDAGEM NO CONTROLO DA DOR.

Maria Bernardete Reis Leite<sup>1</sup>

A Acupunctura é uma medicina milenar praticada pelos chineses antigos. Esta medicina apresenta uma visão holística e entende o ser humano como um ser energético, composto, para além dos sistemas de órgãos, por uma rede de canais – os meridianos, por onde a energia vital, *T'chi* em chinês, circula. Nesta medicina a doença surge quando o livre fluxo da energia é alterado. O tratamento tradicional consiste na colocação de finas agulhas na pele sobre os pontos de Acupunctura que se estendem por todo o corpo. Estes pontos podem também ser aquecidos através da moxabustão (combustão da planta *Artemisia Vulgaris*). Nos dias de hoje, estudos científicos revelam que os pontos de Acupunctura respondem a vários estímulos: electricidade, agulhas, variação de temperatura, laser e pressão. Deste modo, um efeito terapêutico pode ser alcançado através desta variedade de estímulos.

São inúmeros os estudos científicos que comprovam a eficácia da Acupunctura no controlo da dor. Nas palavras de Pomeranz<sup>2</sup> deveria estar claro que sabemos mais sobre analgesia por Acupunctura do que sobre muitas substâncias químicas de uso rotineiro. A Acupunctura estimula fibras nervosas nos músculos que enviam impulsos para a medula espinal e activam três centros (medula espinal, mesencéfalo e hipotálamo/hipófise) para promover a analgesia. A analgesia por Acupunctura mostra-se mais eficaz contra aspectos emocionais da dor em consequência da produção de endorfinas. Destarte, e atendendo à filosofia dos cuidados paliativos que defendem uma abordagem holística do doente e seu sofrimento, a Acupunctura é uma ferramenta útil a acrescentar ao cuidar em fim de vida.

---

<sup>1</sup> Enfermeira no Centro de Saúde de Ovar. Acupunctora. Mestranda em Gerontologia.

<sup>2</sup> Acupunctura Clínica: Bases Científicas, Manole, Brasil, 2005.

**Referências bibliográficas:**

**ERNST**, Edzard - Acupuntura: Uma Avaliação Científica. Manole, Brasil, 2001.

**NETO**, Isabel Galriça; **AITKEN**, Helena-Hermine e **PALDRON**, Tsering – A Dignidade e o Sentido da Vida. Pergaminho, Portugal, 2004.

**SCHNORREBERGER**, Claus C. – Chen-Chiu: The Original Acupuncture, a new healing paradigm. Wisdom Publications. USA, 2003.

**STUX**, G. e **HAMMERSCHLAG**, R. – Acupuntura Clínica: Bases Científicas, Manole, Brasil, 2005.

**WORLD HEALTH ORGANIZATION** - Guidelines on Basic Training and Safety in Acupuncture, 1999. *In*: <http://who.int/en/>

**WORLD HEALTH ORGANIZATION** – Who Traditional Medicine Strategy 2002-2005. *In*: <http://who.int/en/>

**YANG**, ZL. Acupuncture and emotion: the influence of acupuncture anesthesia on the sensory and emotional components of pain, 1984. *In*: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2794983>.