

**VERGÍNIA DA CONCEIÇÃO DOS SANTOS
HORTA**

*Centro Universitário Lusíada, UNILUS,
Santos, SP, Brasil.*

**MARCUS VINÍCIUS GONÇALVES TORRES
DE AZEVEDO**

*Centro Universitário Lusíada, UNILUS,
Santos, SP, Brasil.*

LUIZ GUSTAVO CORRÊA E CORRÊA

*Centro Universitário Lusíada, UNILUS,
Santos, SP, Brasil.*

*Recebido em agosto de 2018.
Aprovado em novembro de 2018.*

A EFICÁCIA DA TÉCNICA DE ACUPUNTURA “AGULHA AQUECIDA” (WEN ZHEN) NO PONTO BAI HUI (VG20) NO ALÍVIO DE SINTOMAS DA DEPRESSÃO

RESUMO

Introdução: Os sintomas de depressão são marcantes no mundo contemporâneo, repercutindo nas esferas sociais, pessoais e econômicas. Atinge uma em cada cinco pessoas pelo menos uma vez na vida, acarretando perda de autoestima, confiança e capacidade de se concentrar. Para a Medicina Tradicional Chinesa, tais condições são decorrentes da alteração do fluxo de energia vital em nosso corpo. **Objetivo:** avaliar a eficácia da técnica “Agulha Aquecida” (Wen Zhen) no ponto BaiHui (VG20). **Material e métodos:** um grupo de três mulheres, com diagnóstico médico de depressão (CID 10:F32.0 - Episódio depressivo leve), foi submetido a dez sessões de acupuntura, com a aplicação da técnica de agulha aquecida no ponto VG20, após terem sido submetidas ao questionário DASS-21 pré e pós intervenção. **Resultado e discussão:** foi observada acentuada melhora no alívio dos sintomas da depressão nas três mulheres estudadas. **Conclusão:** a técnica “Agulha Aquecida” (Wen Zhen) no ponto BaiHui (VG20) foi eficaz no alívio dos sintomas da depressão.

Palavras-Chave: acupuntura; depressão wen zhen.

THE EFFICACY OF THE “HEATED NEEDLE” ACUPUNCTURE TECHNIQUE (WEN ZHEN) AT THE BAI HUI POINT (VG20) IN THE RELIEF OF DEPRESSION SYMPTOMS

ABSTRACT

Introduction: The symptoms of depression are remarkable in the contemporary world, affecting social, personal and economic spheres. It affects one in five people at least once in a lifetime, resulting in loss of self-esteem, confidence and ability to concentrate. The Traditional Chinese Medicine believes that such conditions are the alteration of the flow of vital energy in our body. **Purpose:** to evaluate the efficiency of the “Heated Needle” technique (Wen Zhen) at the Bai Hui point (VG20). **Material and methods:** A group of three women, with the medical diagnosis of depression (ICD 10:F32.0 - Major depressive disorder), at ten sessions of acupuncture, with the application of the “Heated Needle” (Wen Zhen) technique in Bai Hui (VG20); the group also had to answer the DASS-21 questionnaire, before and after the intervention. **Outcome and discussion:** There was a significant improvement in the relieve of the symptoms of depression in the three women studied. **Conclusion:** The “Heated Needle” (Wen Zhen) technique in Bai Hui (VG20) was effective in relieving the symptoms of depression.

Keywords: acupuncture; depression wen zhen.

INTRODUÇÃO

A Depressão, sob o ponto de vista da Medicina Tradicional Chinesa, normalmente está associada à deficiência, onde não existe energia suficiente para sentimentos positivos. Outra forma de depressão está ligada à estagnação, neste caso, existe energia, mas o fluxo desta energia e das emoções estão bloqueados. Como os cinco órgãos (coração, baço, pulmão, rins e fígado) estão relacionados ao processo da emoção, pode-se perceber os processos de deficiência e estagnação em qualquer um, seja isoladamente ou em conjunto (ROSS, 2003; MACIOCIA, 2007).

A Acupuntura é uma das técnicas da Medicina Tradicional Chinesa, dentre várias outras que envolvem meios físicos (como massagens e calor), técnicas corporais (dietas e exercícios, por exemplo) e práticas de meditação, respiração, entre outras (SAAD, 2008; BECHARA, 2001) e é utilizada tanto na promoção da saúde quanto na prevenção de doenças. Sua evolução trouxe o aperfeiçoamento da técnica e a própria estrutura da teoria passou de tratamentos isolados para uma teoria completa, que abarca toda uma fisiopatologia e uma série de recursos. Portanto, pode-se considerar a acupuntura um verdadeiro sistema médico, que pode vir a auxiliar em vários processos de desequilíbrio físico e emocional, entre eles a depressão (PEREIRA, 2005).

Podemos citar uma técnica de acupuntura chamada Wen Zhen ou agulha aquecida (AA) que será parte desse estudo e que caracteriza-se pela inserção da agulha em determinado ponto (VG20) que será estimulado no paciente. Torce-se o cabo da agulha com lã de moxa, formando uma pequena bola e está é acendida para o aquecimento da agulha. Esta técnica combina os efeitos da inserção de uma agulha de acupuntura com o calor gerado pela moxabustão. Esta excelente combinação, acupuntura e moxabustão, permite que as radiações de calor atinjam a área do corpo do paciente ao redor da agulha, diretamente abaixo da bola de lã de moxa, e ainda permite que o calor penetre mais profundamente no corpo do paciente. Desta forma, o calor estimula o paciente por duas vias principais: a via de irradiação e a via de condução (IRIE, 2003).

Portanto, o presente estudo tem como objetivo mostrar a eficácia da técnica da AA no ponto VG20 (BaiHui) no alívio sintomático decorrentes da Depressão.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este trabalho tratou-se de um estudo longitudinal, de curto prazo, que consistia na avaliação do paciente pré e pós protocolo de tratamento. A escolha do ponto foi escolhida devido a sua indicação de acordo com IRIE, ROCA (2003) por meio da aplicação da técnica “Agulha Aquecida” (Wen Zhen), no ponto de acupuntura chamado VG20 (BaiHui) para o alívio dos sintomas da depressão. Os critérios de inclusão para participação na pesquisa foram: sexo feminino, faixa etária de 20 a 40 anos, diagnóstico médico ocidental de depressão e Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado. Os critérios de exclusão foram: sexo masculino em qualquer faixa etária, sexo feminino fora da faixa etária citada, ausência de diagnóstico médico de depressão, sem concordância com o TCLE, ferimentos ou alterações dermatológicas na região do ponto de acupuntura VG20 (BaiHui), má formação na calota craniana, na região do ponto de acupuntura VG20 (BaiHui), fobia de agulhas (aicnofóbicas).

As sessões de acupuntura foram realizadas no Ambulatório de Acupuntura do Centro Universitário Lusíada, semanalmente, ao longo de 10 semanas, sempre no mesmo dia da semana e horário. O estudo iniciou-se aplicando-se na primeira sessão o questionário DASS-21 (Depression, Anxiety and Stress Scale), versão traduzida e validada para o português do Brasil. A partir daí, iniciou-se a aplicação da técnica com a paciente sentada confortavelmente na posição reta. Foi feita assepsia com algodão hidrófilo embebido em álcool 70° (Álcool Audax Facilita®), no ponto de acupuntura VG20. Após assepsia, foi introduzida agulha de acupuntura (marca Dux®) de

medida 0,25mm x 0,30mm, de forma perpendicular a 0,5cm de profundidade no ponto VG20. Esta agulha foi aquecida utilizando-se fatias de dois centímetros de bastão com lã de moxa (Dong Yang®) que foi afixada no cabo da agulha já inserida no paciente. Após a queima de cada fatia de lã de moxa, esta era substituída por uma nova, até alcançar o total de quatro fatias, previamente estabelecido, ao final a agulha era removida.

Para conter as cinzas e se evitar acidentes com queimaduras sob o ponto VG20, foi apoiado na cabeça da paciente um disco de cartolina branca medindo 5 centímetros de diâmetro.

O ponto estimulado foi VG20 (BaiHui), localizado na cabeça, sobre a linha mediana posterior, 5cuns superior à inserção do cabelo, no meio da linha que liga o ápice das duas orelhas.

Cada sessão teve, aproximadamente, a duração de 40 minutos. Ao final da décima sessão, foi aplicado novamente o mesmo questionário DASS-21. Os dados foram analisados no programa Excel com análise de valores médios, desvio padrão e valor de significância inseridos em tabelas e gráficos para discussão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados referentes à pontuação no questionário DASS-21, aplicado em cada paciente, pré e pós intervenção do presente estudo, foram compilados e estão demonstrados nas tabelas e gráficos abaixo. Ressalta-se que, quanto menor a pontuação no escore pós, maior a melhora do quadro.

Tabela 1 - Resultados individuais pré e pós intervenção.

	ESCORE PRÉ	ESCORE PÓS
PACIENTE 1	61	22
PACIENTE 2	56	22
PACIENTE 3	46	13

Já na tabela 2, para efeito científico, os dados representam a média dos resultados dos três pacientes.

Tabela 2 - Média dos resultados das três pacientes.

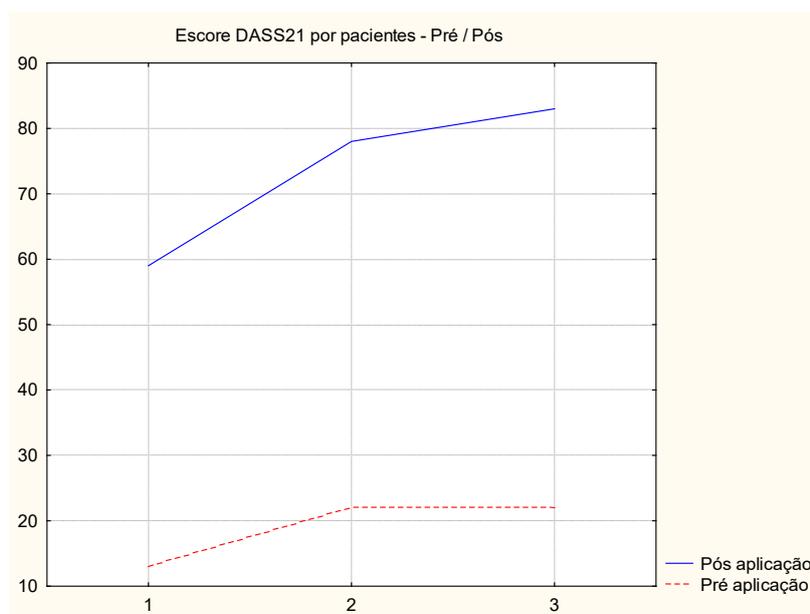
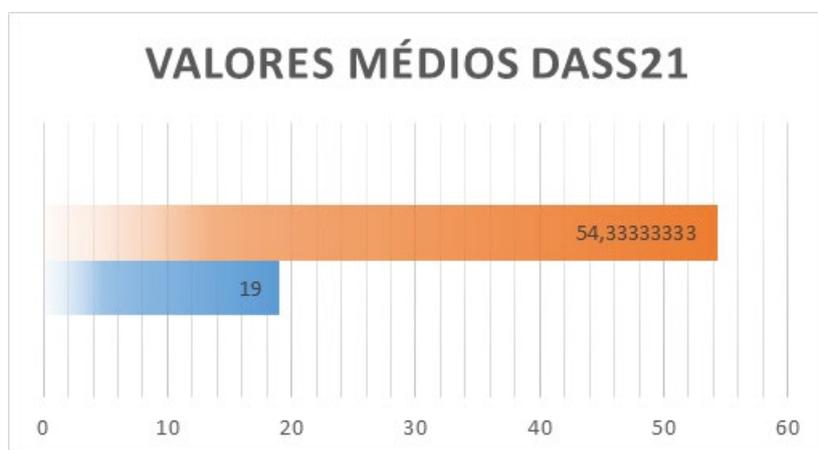
Variáveis	N	Média	Mínimo	Maximo	Desvio padrão	P
Pré-aplicação	3	54,33333	46,00000	61,00000	7,637626	
Pós-aplicação	3	19,00000	13,00000	22,00000	5,196152	0,002742

Na tabela três, que adota o teste T de Student para amostras dependentes, a comparação das médias de uma mesma amostra apresenta-se em situações diferentes, neste caso, a comparação entre as médias do escore Pré com o escore Pós dos participantes.

Tabela 3 - Média dos resultados através do teste t de student para amostras dependentes.

	Médias	Desvio padrão	N	Diferenças entre médias	Diferenças entre desvios padrão	T	gl	P
Escore pré	54,33333	7,637626	3	-35,33333	3,214550	-	2	0,002748
Escore pós	19,00000	5,196152						

Como valor p foi 0,002748 pode-se observar que houve uma resposta significativa dos participantes.



Durante a revisão bibliográfica percebeu-se a falta de trabalhos científicos a fim de se fazer uma comparação sobre técnicas de acupuntura para alívio dos sintomas

da depressão. Sendo assim, tornou-se inviável o comparativo de técnicas, mesmo existindo diferentes formas de mensuração de melhora.

ROSS (2003) apresentou uma possibilidade de tratamento para depressão através da combinação de pontos de acupuntura sistêmica (VC4 + VC17 + E36 + BP6 + C7 + C8), todos em tonificação (para aumentar a energia). Porém não apresenta resultados obtidos em sua obra.

A aplicação da técnica de acupuntura auricular no tratamento da depressão também já foi utilizada no complemento da acupuntura sistêmica. SILVA e colaboradores (2007) associaram a melhora no quadro após utilizar uma combinação de pontos auriculares (Shen Men + Rim + SNS) onde são estimulados acompanhados de outros pontos, procurando restaurar o Shen, equilibrar a razão e tonificar e relaxar o coração, através da técnica dos cinco movimentos de diagnóstico e tratamento, porém não comenta sobre resultados.

Um estudo multicêntrico, randomizado e controlado de acupuntura para mulheres em estado de pré-menopausa, com depressão leve-moderada, realizado em 116 (cento e dezesseis) pacientes em 6 hospitais da China, demonstrou a eficácia e segurança no alívio dos sintomas depressivos e melhora na qualidade de vida em 91,3% dos casos. A técnica utilizada foi a Eletroacupuntura, (Li, 2018).

Outro estudo, avaliando a eficácia da acupuntura na depressão pós-parto, utilizando, como referência, no desfecho primário, os escores da escala de avaliação de Hamilton para depressão (HAMD), ou escala de depressão pós-parto de Edimburgo (EPDS) e no nível secundário, o nível de estradiol, realizado em 653 mulheres, mostrou que o “Grupo Acupuntura” teve uma taxa efetiva global significativamente maior em comparação com o “Grupo Controle”. Além disso, a acupuntura aumentou os níveis de estradiol, em comparação com o “Grupo Controle”. A técnica de acupuntura realizada nesse estudo foi acupuntura auricular mais Eletroacupuntura e mostrou-se eficaz para a depressão pós-parto (Li, 2018).

A acupuntura para depressão feminina foi estudada através do emprego da técnica da acupuntura sistêmica, utilizando o protocolo: VC12 + VC10 + VC6 + VC4 + R17, juntamente com a administração do medicamento antidepressivo fluoxetina. Foram divididos dois grupos, onde um recebeu apenas o medicamento (grupo de controle) e outro o medicamento mais o tratamento com acupuntura (grupo de observação). Os escores da escala de autoavaliação de depressão (SDS) e da escala de avaliação de Montgomery Asberg (MADRS) foram comparados antes e após o tratamento nos dois grupos e mostraram melhora nas taxas efetivas totais de 85,7% no grupo de observação (Liu, 2018).

A medicina tradicional chinesa se baseia na prevenção, tratamento e/ou cura de enfermidades patológicas e emocionais, empregando métodos naturais. Há uma relação direta entre energia, desequilíbrio de yin e yang, na somatização de doenças e os métodos adotados para os tratamentos são completamente dependentes deste entendimento. Além disso, tais métodos como este empregado na presente pesquisa (Aguilha Aquecida no ponto VG20, para alívio dos sintomas da depressão), são indolores, não apresentam riscos e os resultados são imediatos.

Assim, a acupuntura se apresenta como tratamento alternativo que atua tanto na prevenção quanto na doença já estabelecida, não ocorrendo efeitos colaterais indesejáveis, sendo de baixo custo e de fácil aceitação devido a sua eficácia. Esta afirmação corrobora com os achados de Wen (1985) e Gallagher et al (2002), no qual os autores colocam que a acupuntura também realizada um tratamento de manutenção a longo prazo e econômico.

Conhecer técnicas da acupuntura, principalmente no que diz respeito ao alívio dos sintomas da depressão, como foi proposto neste trabalho, é de extrema importância para aqueles que sofrem do transtorno depressivo, bem como para os profissionais que optam pela acupuntura como método de tratamento e prevenção.

CONCLUSÃO

Conclui-se que a aplicação da TPT (Wen Zhen), no ponto VG20 (Bai Hui), foi eficiente para o alívio dos sintomas da depressão, dos pacientes estudados, porém, devido ao baixo número de participantes, sugere-se que sejam feitos mais estudos.

Vale ressaltar a dificuldade de comparação de técnicas por falta do mesmo sistema de avaliação e ou quantificação de resultados.

REFERÊNCIAS

- APOLINÁRIO, C.; Acupuntura para tratar os sintomas da depressão. <disponível em <http://www.maisequilibrio.com.br/saude/acupuntura-para-tratar-os-sintomas-da-depressao-5-1-4-417.html>>. Acesso em: 11/09/2017.
- FILHO, A.; Moxabustão Chinesa. São Paulo: EBMC, 2015.
- Irie T.; Main meridian, ching muscle, and extra meridian therapy. (Keibetsu Keikin Kikei Ryoho). 1998, Idononihonsha: Yokosuka. <Disponível em <https://bpsmedicine.biomedcentral.com/articles/10.1186/1751075987>>. Acesso em: 30/08/2018.
- J, Liu; A, Wang; G, Nie; X, Wang; J, Huang. Acupuncture for female depression: a randomized controlled trial. <disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29696921>>. Acesso em: 18/08/18.
- Li, S.; Zhong, W.; Peng, W.; Jiang, G.; Effectiveness of acupuncture in postpartum depression: a systematic review and meta-analysis. <disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29907576>>. Acesso em: 18/08/18.
- Li, S.; Li, ZF.; Wu, Q.; XC, Guo; Xu, ZH.; Li, XB.; Chen, R.; Zhou, DY.; Wang, C.; Duan, Q.; Sun, J.; Luo, D.; MY, Li; JL, Wang; Xie, H.; Xuan, LH.; Su, SY.; Huang, DM.; Liu, ZS.; Fu, WS. A Multicenter, Randomized, Controlled Trial of Electroacupuncture for Perimenopause Women with Mild-Moderate Depression. <disponível em <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30003102>>. Acesso em: 18/08/18.
- MACIOCIA, G.; Os fundamentos da medicina chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fitoterapeutas. São Paulo: Roca, 2007.
- PEREIRA, F.A.O.; Evidências científicas da ação da Acupuntura. Perspectivas. Campos dos Goytacazes, v. 4, n. 7, p. 88-105 jan./jul., 2005.
- QIEWI, Z.; CHUNYI, Q.; Maravilhas clínicas da acupuntura e moxibustão. São Paulo, 2010.
- ROSS, J.; Combinação dos pontos da acupuntura: a chave para o êxito clínico. São Paulo: Roca, 2003.
- SAAD, M.; A medicina tradicional chinesa tem base científica? Revista Einstein: EducContín Saúde, São Paulo, v. 6, n. 3, p 122-6, 2008.
- SCOGNAMILLO, S., Rizzo M.V.; BECHARA, G.H.; Acupuntura Bases Científicas e Aplicações. Ciência Rural. Santa Maria. v. 31, n. 6, p. 1091-1099, 2001.
- SOUZA, F.G.M. Tratamento da depressão. Rev. Bras. Psiquiatria. v. 21, s. 1, São Paulo. May 1999.
- SOUZA, R.R. Acupuntura no tratamento da depressão. Centro Integrado de Terapias Energéticas - Curso de Acupuntura. Recife/2007.



VERGÍNIA DA CONCEIÇÃO DOS SANTOS HORTA, MARCUS VINÍCIUS GONÇALVES TORRES DE AZEVEDO,
LUIZ GUSTAVO CORRÊA E CORRÊA

VIGNOLA, R.C.B.; TUCCI, A. M.; DASS 21 - versão traduzida e validada para o português do Brasil. <disponível em <http://www2.psy.unsw.edu.au/DASS/Portuguese/DASS%2021%20Brazilian%20Portuguese%20Tucci.pdf>>. Acesso em: 11/09/2017.