



Artigo de Revisão

A acupuntura enquanto auxiliar na promoção da qualidade de vida na terceira idade

Acupuncture while auxiliary in promoting quality of life in the elderly

Elisia Ferreira Santos ^a, Camilla Alves Santana^b, Reginaldo Lordelo^c

^a Pós-graduada em Acupuntura, pela Faculdade de Educação, Ciência e Tecnologia –UNISAUDE, Brasília-DF, Brasil

^b Biomédica, mestre em Ciências Médicas e docente do Centro Universitário Estácio de Brasília, Brasília-DF, Brasil

^c Fisioterapeuta, mestre em Ciências da Reabilitação e docente do Centro Universitário Estácio de Brasília, Brasília-DF, Brasil

INFORMAÇÃO DO ARTIGO

Histórico do artigo:

Recebido em 00 Maio 00

Revisado em 00 Julho 00

Aceito em 00 Agosto 00

Palavras-chave:

Acupuntura

Equilíbrio

Terceira idade

Qualidade de vida

Keywords:

Acupuncture

Balance

Third age

Quality of life

RESUMO

Os fatores referentes ao processo do envelhecimento requerem uma análise aprofundada, sendo que a acupuntura, enquanto ciência traz um auxílio ao idoso, contribuindo para uma melhor qualidade de vida para essa faixa etária. A acupuntura é uma prática que pertence a medicina tradicional da China, e que possui pelo menos seis mil anos. Os primeiros escritos que se referem a esta prática possuem, no mínimo dois mil anos antes de Cristo e sua utilização estava relacionada com o alívio da dor e com a cura de enfermidades. Assim sendo, a acupuntura, por meio de suas técnicas milenares e os seus fundamentos baseados no equilíbrio, é uma poderosa auxiliar na busca da promoção do bem estar físico, mental e psíquico, não somente de idosos, mas em todas as idades. Dessa forma, a acupuntura pode gerar resultados positivos na qualidade de vida dos idosos e também contribuir para que o seu uso seja conhecido e praticado na rede pública de saúde.

ABSTRACT

Factors related to the aging process require an in-depth analysis, and acupuncture, as a science, brings an aid to the elderly, contributing to a better quality of life for this age group. Acupuncture is a practice that belongs to traditional Chinese medicine, and which has at least six thousand years. The first writings that refer to this practice have, at least two thousand years before Christ and its use was related to the relief of pain and the cure of diseases. Thus, acupuncture, through its millenarian techniques and its foundations based on balance, is a powerful aid in the search for the promotion of physical, mental and psychic well-being, not only for the elderly, but for all ages. Thus, acupuncture can generate positive results in the quality of life of the elderly and also contribute to its use being known and practiced in the public health network.

Introdução

O envelhecimento é um processo que sempre provocou cuidados e preocupações desde

as eras mais antigas. A questão do envelhecer foi vista de maneira diferentes nas sociedades. Os chineses acreditavam que, quando o indivíduo chegava a uma idade avançada, este era um fato

*Reginaldo Lordelo Filho

Tel.: +55-61-98237-6666

E-mail: reginaldo.lordelo@gmail.com

excelente que merecia honra. Já os egípcios tinham medo da velhice, criando até mesmo substâncias que para eles serviriam para manter a juventude. Os gregos se dividiam quanto a esse tema.

A terceira idade não é somente um fator biológico, mas também cultural. Atualmente, o envelhecimento está ligado muitas vezes a problemas de saúde e enfermidades, sendo encarado como uma questão médica. Cada grupo social tinha e tem seus valores e princípios particulares a respeito do envelhecimento, ou crepúsculo da vida⁽¹⁾.

O envelhecimento ainda é relacionado a deteriorização do corpo e a incapacidade física e mental. No enfoque da exaltação ou da rejeição da velhice, existe uma associação entre esse acontecimento da vida com a morte, a doença e a dependência⁽²⁾.

A partir do século XIX a velhice adquiriu um status de decadência física, associando-a a ausência de papéis relevantes na sociedade, pois com o advento da Revolução Industrial, quem era idoso não poderia produzir mais como alguém mais jovem. O avanço da idade foi considerado um processo de perdas e dependências, que concederia aos idosos uma posição de falta de condições, fraqueza, e muitas imagens negativas desta fase da vida⁽³⁾.

Nas sociedades orientais, as imagens positivas relativas a velhice e o processo de envelhecimento são mais comuns. A cultura é o

fator que mais influencia a forma como o envelhecimento é encarado em grupos diferentes. A medida que o envelhecimento é documentado em outros povos, constata-se que ele é um fenômeno profundamente influenciado pela cultura⁽⁴⁾.

Na sociedade moderna as pessoas idosas tem uma tendência de apresentar um status social mais baixo, pois, na contemporaneidade, o jovem que, com frequência, possui maiores habilidades e conhecimentos mais específicos em certos setores. Os jovens estão mais relacionados com as inovações tecnológicas e se adaptam a elas com uma velocidade maior⁽⁵⁾.

O envelhecimento é um processo complexo e multifatorial. A variabilidade de cada indivíduo, em questões genéticas e culturais, acaba por impedir o estabelecimento de alguns parâmetros. Assim sendo, somente o uso do tempo cronológico como uma medida não retrata toda a realidade, ocultando, assim, um conjunto de variáveis. A idade, por si mesma, não determina o envelhecimento, sendo apenas um dos momentos presentes no processo de desenvolvimento, sendo somente uma referência a respeito da passagem do tempo. Neste contexto, onde a velhice é uma preocupação, pode-se considerar o uso da acupuntura como uma terapia. A acupuntura é hoje reconhecida como uma especialidade médica⁽⁵⁾.

A medicina contemporânea procura compreender os mecanismos da acupuntura e

provar as suas formas de aplicações nos seres humanos. O principal instituto de saúde da América, o *National Institute of Health*, realizou conferências de consenso sobre o uso e a eficácia da acupuntura na prática médica, sendo que sua utilidade foi reconhecida como um tratamento complementar em casos como fibromialgia, epicondilite, osteoartrite, lombalgia, reabilitação em caso de acidente vascular cerebral, cólicas, síndrome do túnel do carpo, cefaleias, dor pós operatória, e outros casos⁽⁵⁾.

A tendência da sociedade é que haja um envelhecimento da população, já que a expectativa de vida aumentou, e as consequências disto se tornam uma causa de saúde pública. Sendo assim, esse problema deve ser enfrentado da forma ocidental tradicional e também incluir outros meios de cura e prevenção de doenças. Entre estes outros meios, está a acupuntura, que em todo o mundo é respeitada como uma prática milenar que possui eficácia ao que se propõe.

A população idosa, especificamente, cresce no mundo de forma acelerada. Sabe-se que acima dos 60 anos aumenta a incidência de afecções crônicas, muitas das vezes acarretando para o idoso dificuldade na realização das atividades da vida diária e o demandando do auxílio de outra(s) pessoa(s)⁽⁶⁾. A limitação física, segundo a PNAD (Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios), estende-se para a limitação política e, conseqüentemente, gera uma

atitude de anulação, precursora de uma possível segregação social⁽⁷⁾.

O conhecimento de terapias alternativas que, a título preventivo, ou associadas aos recursos da medicina ocidental, concorram para a manutenção da saúde da população e para a diminuição dos gastos públicos. A falta de difusão de princípios e técnicas da medicina oriental junto aos profissionais de saúde tem contribuído decisivamente para dificultar sua indicação terapêutica.

Ao serem evidenciados os benefícios realizados pela acupuntura, pode-se estabelecer uma fundamentação teórica e prática que concorra para a ampliação do serviço de acupuntura na promoção da qualidade de vida na terceira idade.

Metodologia

O presente trabalho é uma pesquisa qualitativa, que utiliza uma análise da bibliografia, usando a forma discursiva e concludente. Foram utilizados livros, artigos, sites, com o objetivo de identificar os procedimentos relacionados à acupuntura.

A pesquisa envolve informações, recolhidas na bases de dados *Scielo*, *PubMed* e *Lilacs*, utilizando as palavras-chave: Acupuntura, Equilíbrio, Terceira Idade e Qualidade de vida.

Desenvolvimento

A Técnica da acupuntura

A Ciência da Acupuntura surgiu na China, ainda no período da Antiguidade, há aproximadamente 4.500 anos atrás. Apesar de sua existência ser antiga, ela continua em plena evolução.

A acupuntura é uma técnica de tratamento que tem origem na tradicional medicina chinesa, que utiliza o estímulo de pontos específicos do corpo para o tratamento da saúde humana⁽⁸⁾.

Essa técnica não era tão conhecida no mundo ocidental durante muito tempo, devido a diferença da filosofia que envolve a acupuntura e que não considerava as bases da acupuntura como um embasamento científico.

A filosofia que embasa a prática dos orientais, por meio de textos considerados clássicos, apresenta a acupuntura como uma prática que não pertence a um único proprietário, possuindo um caráter multidisciplinar⁽⁹⁾.

No mundo ocidental, a acupuntura veio adquirir respeito e credibilidade quando as pessoas perceberam que a mesma trazia verdadeiramente um alívio para a dor, mais do que outros métodos mais conhecidos. Com relação as respostas físicas, foi notado que com a prática da acupuntura há um aumento de concentração de endorfinas e de serotonina⁽¹⁰⁾.

A acupuntura ou Chen-Chui, como é conhecida no Oriente, é um método terapêutico oriundo da China que está firmado no princípio da estimulação de determinados pontos do corpo humano com agulhas, Chen, ou com fogo (Chui) para que a saúde fosse reestabelecida. A acupuntura foi pensada em um contexto da filosofia do Tao, e de ideias filosóficas e fisiológicas que forma a base da Medicina Tradicional Chinesa⁽¹¹⁾.

A acupuntura não causa somente um efeito de eliminação ou melhoria nas dores, a analgesia, mas também é responsável por muitas respostas benéficas no corpo humano. A acupuntura é capaz de explorar novos caminhos na fisiologia humana que ainda não foram expressos oficialmente, mas que são reais. A prática da acupuntura auxilia, também na superação de deficiências que são verificadas na prática da medicina comum. O tratamento por meio da acupuntura é relativamente barato, pois os seus custos são baixos, notadamente se comparados com os custos da medicina ocidental⁽¹²⁾.

Na medicina tradicional do Ocidente, há o envolvimento de vários especialistas para um mesmo paciente, sendo que existem também os exames e tratamentos diferenciados. Assim sendo, se a população obtivesse acesso a acupuntura na saúde pública, isto diminuiria os custos que cada paciente acarreta para o Estado⁽⁸⁾.

De acordo com as teorias que regem a acupuntura, as estruturas do corpo humano se encontram originalmente em um equilíbrio devido a atuação das energias positivas e negativas, ou Yin e Yang. Se essas energias estiverem em harmonia, o corpo humano vai apresentar saúde. Mas, no caso de desequilíbrio entre essas duas forças, há a doença.

A acupuntura vem sendo reconhecida, processualmente, no campo da Ciência, visto que os resultados de pesquisas e observações tem sido favoráveis para que isto aconteça. As pesquisas com animais em laboratório tem auxiliado os pesquisadores no levantamento de dados e aprofundamento dos saberes sobre a prática da acupuntura.

As pesquisas mais atuais tem contribuído para que esse método seja melhor entendido pelas pessoas. Além dos princípios já reconhecidos, existem também mecanismos neurológicos que são mediados pela acupuntura, que também tem se mostrado eficiente no campo do tratamento das alergias e da imunidade⁽⁸⁾.

Além das técnicas e procedimentos habituais praticados na acupuntura, há a dimensão do alcance do equilíbrio no corpo humano, visto que a ação dos procedimentos tem conseguido estabelecer esse equilíbrio

A acupuntura objetiva melhorar a circulação de energia nos canais de energia e em vários órgãos, como as vísceras, levando o

organismo a alcançar uma harmonia tanto na energia quanto no campo físico⁽¹¹⁾.

Ji-ShengHan publicou um estudo em 1986 que relata a ação da acupuntura nas vias neurais⁽¹²⁾. Outras pesquisas, realizadas posteriormente vieram confirmar os resultados destes estudos, descrevendo a asserção sobre o envolvimento de neurotransmissores no seu mecanismo de ação.

A Medicina Tradicional Chinesa dignóstica alterações patológicas internas pela observação e análise dos sinais externos, explicando que o organismo do homem é um todo orgânico, cujas partes são ligadas de forma inseparável umas as outras. Desta forma, as alterações internas do corpo são mostradas no exterior e aparecem como anormalidades na fisionomia⁽⁸⁾.

A acupuntura é um conjunto de procedimentos que incluem a estimulação de localizações anatômicas na pele por uma variedade de técnicas. Há, também muitas abordagens para o diagnóstico e o tratamento com acupuntura, e o mundo ocidental buscou procedimentos médicos da China e do Japão⁽⁸⁾.

A estratégia mais estudada de estimulação dos pontos de acupuntura usa a penetração da pele por meio de agulhas finas, que podem ser manipuladas por meio manual ou por estimulação elétrica. Para WEN a acupuntura é usada para promover uma cura natural, e também atuar no humor, no fluxo de energia no

corpo⁽⁸⁾. A acupuntura é um método seguro e eficiente e é utilizado com sucesso, sendo uma alternativa eficaz aos medicamentos e tratamentos convencionais, ou até mesmo podendo ser mais eficiente que uma cirurgia. Quando o tratamento comum, da medicina ocidental, não consegue sanar o problema da dor, a acupuntura é uma alternativa eficaz.

Os acupontos, ou pontos da acupuntura são os locais na pele humana que possuem uma resistência menor a passagem da eletricidade do que a pele ao redor, e compõe uma rede de pontos que são estrategicamente escolhidos depois de terem sido localizados pelos chineses. Estes pontos se encontram ao longo de meridianos ou canais que os chineses creem que sejam as vias por meio das quais a energia flui no corpo. As agulhas são aplicadas e deixadas nos pontos, por um período de quinze até trinta minutos, sendo que o aplicador pode mexer nas agulhas para reforçar ou para reduzir o fluxo da energia Qi, levantando, torcendo ou girando a agulha nestes pontos⁽¹³⁾.

Segundo Yamamura, ao se observar a natureza, pode-se perceber que tudo o que há nela é formado por dois aspectos, que se complementam e que se mantêm em harmonia, formando um equilíbrio dinâmico. Os dois aspectos observados são o Yin e Yang, sendo que ao se considerar o mundo como um todo, a totalidade do mundo é o resultado da unidade opostora entre o Yin e Yang. Este princípio do

Yin e Yang está firmado no conceito fundamental de todas as Ciências Orientais que remete a condição principal e original para a formação de todos os fenômenos naturais, como, por exemplo, o princípio da matéria e da energia⁽¹⁴⁾.

Na medicina chinesa, há outros cinco elementos, além destes dois, que comportam em si os cinco movimentos energéticos diferentes, nomeados de Wu Xing. Wu Xing significa os cinco movimentos que também são considerados como os cinco elementos: Água, Fogo, Madeira, Terra e Metal. A teoria dos Cinco Elementos alcança uma grande dimensão na medicina chinesa⁽¹⁵⁾.

Embora a palavra elemento possa se referir a algo que parece ser estático e parado, os elementos trazem em si a ideia do movimento. Todos os fenômenos dos tecidos e órgãos, da fisiologia e da patologia do corpo humano, estão classificados e são cheios de significados, sendo interpretados segundo as relações entre esses elementos⁽¹⁶⁾.

A função do Zang Fu é receber o ar, as bebidas e os alimentos do ambiente externo e ressignificá-los, transformando-os em substâncias e em produtos supérfluos, sendo estes ejetados, e as substâncias são circuladas para dentro e para fora da rede dos Canais e Colaterais, JingLuo, para abastecer todas as estruturas do corpo. Além disto, os Zang Fu são os responsáveis pela

manutenção de uma integração harmônica entre o corpo humano e o ambiente externo^(8:16).

Reações positivas e negativas da acupuntura

Há uma visão limitada que concede a acupuntura uma função somente analgésica. Mas a acupuntura é um método mais amplo, que provoca diversas respostas diferentes no corpo humano, com seus mecanismos de ação.

As técnicas da acupuntura não estão restritas somente ao toque das agulhas nos pontos, mas existem diversos recursos terapêuticos, tais como a moxabustão, que usa o calor, a ventosaterapia, que usa o vácuo, a eletroacupuntura, que pode usar o ultrassom, os raios infra-vermelhos e outros, a acupressão, que é a pressão nos pontos da acupuntura e outros recursos que permitam a estimulação dos pontos de acupuntura⁽¹⁷⁾.

Ocorreu, no Brasil e em outros países ocidentais, um aumento significativo da utilização de acupuntura nas terapias de saúde, e isto é um fato crescente. No contexto da terceira idade, os fatores que pertencem ao processo de envelhecimento são muito complicados e exigem uma assistência que não se limita ao mero cuidado com as doenças manifestas, sendo que a acupuntura com a sua base multidisciplinar favorece um tratamento mais ampliado ao idoso.

As doenças reumato-ortopédicas são comuns em idosos, e são causadoras de grandes

dificuldades e incapacidades na velhice. Estas dificuldades ocasionam restrições ao idoso, que podem ser de locomoção ou permanência longa em uma posição, além dos quesitos psicológicos que isto afeta. Outras enfermidades que são próprias da terceira idade e afetam profundamente os idosos em sua qualidade de vida são as doenças neurológicas,, tais como o Acidente Vascular Cerebral (AVC), o mal de Parkinson, a doença de Alzheimer, entre outras⁽¹⁸⁾.

Por meio da estimulação dos pontos da acupuntura, podem haver resultados animadores, quanto a queda dos sintomas e problemas que envolvem estas enfermidades. A acupuntura atua aumentando o fluxo sanguíneo na região afetada, e estimulando as áreas da fala e da coordenação motora. No tratamento específico para o mal de Parkinson, a ação da acupuntura retarda a progressão da doença e diminui também os tremores, que são característicos deste mal.

A acupuntura não possuem somente um efeito analgésico, mas provoca muitas respostas e reações benéficas no corpo humano. Uma pesquisa referente a acupuntura é relevante não somente para elucidar os fenômenos associados ao seu mecanismo de ação, mas também para poder explorar novos caminhos na fisiologia humana que ainda não foram conhecidos de forma profunda⁽¹⁷⁾.

As reações adversas referentes a acupuntura estão, na maior parte das vezes,

relacionadas com a má preparação e formação dos acupunturistas. Embora a acupuntura não esteja relacionada com os efeitos colaterais que acompanham os medicamentos, não deixa de ser um procedimento invasivo que exige um exímio conhecimento da anatomia do corpo humano.

A elaboração do diagnóstico e o estabelecimento de prognóstico são fatores essenciais para que haja o tratamento adequado, e para evitar que ocorra o mascaramento de sinais, inibindo um verdadeiro diagnóstico que gere a solução para aquele problema de saúde.

Não se deve ignorar a sugestão de um determinado tratamento médico, de qualquer natureza, pois devem ser consideradas todas as probabilidades⁽¹⁹⁾.

A presença do médico é primordial em todo procedimento terapêutico, independentemente de sua natureza, não sendo uma prerrogativa exclusiva da acupuntura, sendo que as provas positivas são de dois tipos: as terapêuticas e as experimentais.

A acupuntura precisa ser praticada por um profissional especializado na área, o acupunturista, que necessita ter um conhecimento adequado a respeito de sua tarefa. Sendo assim, a acupuntura pode ser realizada em pacientes de todas as idades pois as contra indicações desse método não são expressivas, podendo ser minimizadas pelo trabalho de um profissional especializado.

Atendimento da acupuntura no SUS

No ano de 2006, o Ministério da Saúde criou a política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), de acordo com a Portaria nº 971, datada de 3 de maio de 2006. A política aponta serviços no SUS que visem à prevenção, promoção e recuperação da saúde dos pacientes com métodos não convencionais⁽²⁰⁾.

Com a promulgação da Política nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) a homeopatia, o uso de plantas medicinais e fitoterápicas, a medicina chinesa e a acupuntura, a medicina antroposófica e o termalismo social cremoterapia foram introduzidos no Sistema Único de Saúde, o SUS desde 2013⁽²⁰⁾.

A acupuntura no Brasil, nas últimas décadas, foi regulamentada e fiscalizada pelos conselhos profissionais, além de seguir a legislação sanitária. Este recurso terapêutico é reconhecido pelos Conselhos de Medicina, e a sua prática e, conseqüentemente, a especialização profissional que precisa acompanhar a prática são estabelecidos e regulados por resoluções especiais, que visam garantir que a sociedade seja atendida de forma adequada pelos profissionais que lidam com essas terapias⁽²⁰⁾.

Assim sendo, a prática da acupuntura está garantida pela lei e a qualificação de seus especialistas também. O Conselho Nacional de

Saúde (CNS) recomenda, inclusive, que estas informações sejam divulgadas e conhecidas, para que a população possa estar ciente sobre as ofertas deste tipo de recurso terapêutico, podendo ter um acesso mais amplo e consciente⁽²¹⁾.

Diante dessa política nacional, o acesso da população a essas práticas na rede pública cresceu de maneira expressiva nos últimos anos. Segundo dados do CNS, em 2012 foram realizados aproximadamente 850 mil atendimentos de acupuntura, e este número vem crescendo no Brasil⁽²⁰⁾.

A acupuntura na terceira idade

A população pertencente a terceira idade, maior de 60 anos, vem crescendo significativamente no Brasil e no mundo. As diferentes sociedades vem adotando novas estratégias para lidar com este fato.

A nomenclatura “terceira idade” foi criada na França, e se expandiu por todo o mundo. Essa mudança de conceito alterou o comportamento deste grupo etário, que passou a tomar outras atitudes e a ter mais força para assumir condições que antes eram vedadas a idosos ou consideradas pouco comuns. Os idosos consideraram-se mais cidadãos e o seu papel social foi redefinido.

Assim sendo, a Organização Mundial da Saúde (OMS), acabou definindo a população

idosa, com idade a partir de 60 anos, para os países em desenvolvimento e 65 anos de idade para os países considerados desenvolvidos, ou países do Norte, segundo a denominação geográfica mais atual⁽²²⁾.

Esta definição, para os países em desenvolvimento, como é o caso do Brasil, carrega consigo vários desafios, que incluem demandas na área de Saúde, entre outras. Os problemas que o Brasil enfrenta englobam a falta de preparo para inserção dos indivíduos da terceira idade, pois, de acordo com Moraes, o Brasil envelheceu mas não enriqueceu⁽²³⁾.

O envelhecimento na sociedade brasileira é conceituado como sendo um conjunto de modificações morfológicas, fisiológicas, bioquímicas e psicológicas, que causam a perda da capacidade de adaptação da pessoa ao meio ambiente, sendo que considera-se esse processo como algo progressivo e processual⁽²⁴⁾.

O enfraquecimento das funções físicas sentidas pelos membros da terceira idade, se manifesta durante o processo de envelhecimento, e vai progredindo gradualmente, causando a perda da capacidade de adaptação ao meio, entre outras questões que o envelhecimento provoca.

A Fundação Perseu Abramo (FPA), realizou uma pesquisa a respeito dos idosos e neste levantamento foram identificados problemas relativos a terceira idade, entre os quais destaca-se a falta de informação da sociedade sobre a realidade que o idoso vive,

ignorando suas necessidades, que vão além das questões físicas, e apontam a problemática vivida por este grupo quanto a violência e ao abandono, que são tristes estatísticas na sociedade.

Os idosos precisam de um adequado acesso na saúde, na educação e também ter opções de lazer, que são de importância elementar. A pesquisa demonstra que os idosos possuem muitas demandas, que nem sempre estão sendo atendidas adequadamente.

Segundo Camarano, o conhecimento profundo de uma população de idosos estabelece parâmetros para que soluções possam ser buscadas, e haja a construção de estratégias para que os idosos tenham mais qualidade de vida⁽²⁵⁾.

De acordo com Litvoc e Brito, com a progressão da idade, há um aumento na incidência de doenças crônicas, sendo que o número de pessoas que possuem pelo menos uma dessas enfermidades é expressivo. As principais doenças que atacam os idosos são: o reumatismo, a asma, a hipertensão, a má circulação, o diabetes, as dores lombares, as lesões na pele, a insônia e a prisão de ventre⁽²⁶⁾.

O caráter multidisciplinar da acupuntura favorece o seu uso nesta faixa etária que tanto necessita de auxílio na saúde. O idoso precisa de mais atenção na área da saúde, pois a frequência de problemas é maior, as internações e tratamentos são mais evidentes e frequentes,

Veras aponta que o tempo da ocupação dos leitos hospitalares pelos idosos é bem maior. As doenças as quais os idosos são acometidos são mais recorrentes e crônicas, durando vários anos e exigindo acompanhamento médico efetivo, além de intervenções regulares⁽²⁷⁾.

O envelhecimento busca desafios que auxiliem no melhor acompanhamento dos idosos e neste contexto a acupuntura tem condições de exercer um importante papel. A acupuntura, enquanto uma prática que prevê as múltiplas possibilidades de interpretar o ser humano, é uma ferramenta adequada para ser utilizada nesta faixa etária.

Por meio da filosofia, as condutas e comportamentos do ser humano em todos os aspectos, se revelam nos valores, nos aspectos culturais, em todo o contexto no qual o indivíduo está inserido. O ser humano é complexo por natureza, e para tratar o seu físico é preciso considerar os aspectos emocionais, biomorais, históricos, a personalidade e tudo que compõe o seu universo.

Assim sendo, frequentemente o idoso tem mais de uma queixa a respeito de dores. Uma pesquisa realizada com 58 idosos candidatos ao Grupo de Atendimento Multidisciplinar ao Idoso Ambulatorial (Gamia), do Hospital das Clínicas/FMUSP, revelou que 46 (79,3%) candidatos se referiam a uma dor, dos quais 16 (34,7%) se referiam a uma dor em uma localização; 17 (36,9%), duas dores; e 13 (28,4%), três ou mais

queixas dolorosas⁽²⁸⁾. Nos casos em que a causa da dor não pode ser tratada com um medicamento, ou é parcialmente tratável, indica-se frequentemente a abordagem multidisciplinar.

As estratégias farmacológicas e também as não farmacológicas combinadas geralmente resultam em melhor controle da dor, com doses menores de medicamentos e também apresentam um menor número de efeitos colaterais. A acupuntura é extremamente útil nesse contexto, visto que sua prática não possui contra indicações, a não ser em casos excepcionais.

Alguns estudos, expõe a utilidade da acupuntura no tratamento de pacientes idosos com osteoartrite e dor no joelho, lombalgia, artrose de articulação coxofemoral, síndrome dolorosa miofascial cervical, dorsal e do ombro^(28; 29; 30).

Os pacientes portadores de neuropatias diabéticas, do trigêmeo e pós-herpética também podem se beneficiar do tratamento com acupuntura. Os resultados mostram redução na intensidade e da frequência da dor, melhora na qualidade de vida, no sono, e diminuição na quantidade de medicamentos utilizados. Assim sendo, a medicina tradicional Ocidental precisa abrir seu leque, levando em conta outros aspectos e novos tratamentos, como no caso da acupuntura.

É preciso questionar, em um padrão mais aprofundado, o que realmente acontece com os pacientes, ao invés de se discutir tratamentos

apenas. O profissional centralizador não pode mais existir na medicina, pois ampliar as fronteiras significa curar em uma dimensão maior, com outras possibilidades e neste contexto encontra-se a acupuntura, que pode alcançar resultados positivos em pacientes que antes se submetiam somente a medicina tradicional e não tinham tanta melhora quanto é possível se possibilitar ao mesmo.

Conclusões

Os fatores inerentes do processo de envelhecimento são bastante complexos e requerem assistência multidisciplinar, onde a Acupuntura com sua essência e ciência também faz parte, favorecendo uma melhor qualidade de vida ao idoso. A acupuntura é prática que faz parte da medicina tradicional chinesa, com pelo menos seis mil anos. Seus primeiros escritos datam 2 mil anos antes de Cristo e era utilizada como meio de cura e alívio da dor. Desse modo, a acupuntura, através de seus recursos, técnicas e de seus fundamentos de equilíbrio, procura promover o bem estar físico, psíquico e mental ao paciente idoso e também a pacientes das demais faixas etárias.

A acupuntura foi introduzida no Brasil aproximadamente há 40 anos, sendo que no ano de 1995, foi reconhecida como especialidade médica pelo Conselho Federal de Medicina (CFM), posteriormente, pela Associação Médica

Brasileira (AMB) e pelo Sistema Único de Saúde (SUS), em seus diversos níveis de atenção²⁹.

A acupuntura é aplicada como recurso terapêutico no Brasil e deve seguir a legislação sanitária, além dos cuidados referentes ao conhecimento do corpo humano por parte de quem a realiza. Sua prática está regulamentada e é fiscalizada pelos conselhos profissionais. Esses conselhos reconhecem a prática e a respectiva especialização profissional, nas quais são estabelecidos, por meio de resoluções específicas, critérios para garantir à população um tratamento ético e responsável. Sendo assim, esta prática está respaldada com segurança e eficácia.

Ao recomendar que essas informações sejam amplamente divulgadas, também com o apoio das secretarias de saúde estaduais e municipais, o CNS (Conselho Nacional de Saúde) pretende informar corretamente a população sobre o caráter multiprofissional da acupuntura e assim ampliar o acesso da população a esta prática²².

Nota-se que a acupuntura apresenta uma considerável eficiência no tratamento de inúmeras patologias e também em disfunções orgânicas como as psiquiátricas, respiratórias, ortopédicas, neurológicas, reumatológicas, digestivas, entre muitas outras. Diante destas constatações, a Organização Mundial de Saúde (OMS) elencou todas as doenças tratáveis pela Acupuntura. Esta lista de indicações tem sido

acrescida constantemente, advindas de estudos científicos realizados em todo o mundo.

Em nossos dias, a utilização da acupuntura tem se mostrado cada vez mais como uma possibilidade concreta de redução de gastos públicos na área de saúde, visto que o paciente que se beneficia dessa prática terapêutica poderá utilizar menos recursos medicamentosos, evitando também, em muitos casos, o uso dos serviços públicos de emergência e urgência. A busca por qualidade de vida tem aumentado a procura pela especialidade, pois o paciente registra melhora em vários aspectos, sem os efeitos colaterais de drogas sintéticas³⁰.

Por meio de pesquisas e estudos científicos, e também da observação da prática cotidiana, a acupuntura tem respondido bem, apresentando resultados positivos em relação a sua função de minimizar e eliminar dores, levando em conta todo o contexto no qual o paciente se encontra inserido.

Conflitos de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

Referências

1. Eliopoulos, C. Enfermagem gerontológica. Porto Alegre: Artmed, 2011.

2. Freire, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 2000.
3. Debert, Guita Grin. *A reinvenção da velhice*. São Paulo: EDUSP, FAPESP, 1999.
4. Uchôa E. Contribuições da antropologia para uma abordagem das questões relativas à saúde do idoso. *Cad Saúde Pública*. 2003; 19(3):849-85.
5. Helman, C. G. (2005). Cultural aspects of time and ageing: time is not the same in every culture and every circumstance; our views of ageing also differ [Special Issue]. *European Molecular Biology Organization*, 6 (S1), S54-S58 .
6. Kalache, Alexandre; Veras, Renato P. And Ramos, Luiz Roberto. O envelhecimento da população mundial: um desafio novo. *Rev. Saúde Pública* [online]. 1987, vol.21, n.3, pp.200-210.
7. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. *Projeção da população do Brasil por sexo e idade para o período 1980-2050. Revisão 2004*. Disponível na URL:[http:// www.Ibge.gov.br/](http://www.Ibge.gov.br/)
8. Wen, Tom Sintan. *Acupuntura Clássica Chinesa*. 12º ed. Cultrix: São Paulo, 2006
9. Kendall DE. A scientific model for acupuncture. Part I. *Am J Acupunct* 1989; 17(3): 251-68.
10. Pai et al. *Neurofisiologia da acupuntura*. 2015. Disponível em:<<https://www.hong.com.br/neurofisiologia-da-acupuntura/>> Acesso 25/06/2020.
11. Yamamura, Y. *Acupuntura tradicional: A Arte de Inserir*. São Paulo: Roca, 2001.
12. Focks, C. *Atlas de acupuntura: com sequência de fotos e ilustrações*. São Paulo: Manole, 2005.
13. Campliglia, Helena. *Psique e medicina tradicional chinesa*. São Paulo: Rocca, 2004.
14. Yamamura, Y. *Acupuntura tradicional: A Arte de Inserir*. Nova Ed. adaptada de 2003. São Paulo: Roca, 2005.
15. Coutinho; Dulcetti. O movimento Yīn e Yáng na cosmologia da medicina chinesa. *Hist. cienc. Saúde – Manguinhos*. v.22, n.3, 2015
16. Rossi, j. *Zang Fu: Sistemas de Órgãos e Vísceras da Medicina Tradicional Chinesa*. . São Paulo: Roca, 1985.
17. Góis ALB. *O valor das condutas e comportamentos motores voltados para indivíduos idosos portadores da Doença de Parkinson* [dissertação]. Rio de Janeiro: Universidade Castelo Branco; 2005.
18. Sefrian, M. *Acupuntura amiga na terceira idade*. 2007. Portal do envelhecimento. Disponível em: <www.portaldoenvelhecimento.org.br/artigo2075.htm>. Acesso 12/05/2018.
19. Pai, Marcus Yu Bin. *O que é acupuntura?* 2019. Disponível em: <<https://www.hong.com.br/efeitos-gerais-da-acupuntura/>> Acesso: 25/06/2020.
20. *Porta Brasil. Procura por tratamentos que utilizam acupuntura aumenta 272% na rede pública de saúde*. Publicado 2018. Disponível em:

<<http://www.brasil.gov.br/saude/2013/05/procura-por-acupuntura-ofertada-pelo-sus-aumenta-272>>. Acesso 11/04/2018.

21. Portal saúde - Disponível em: <http://dab.saude.gov.br/portaldab/ape_pic.php>. Acesso 11/04/2018.

22. Conselho Nacional De Saúde - CNS faz recomendação sobre exercício da acupuntura. Publicado 19 de abril de 2012. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/ultimas_noticias/2012/19_abr_recomendacao_acupuntura.html>. Acesso 07/05/2018.

23. Fundação SEADE. Sistema Estadual de Análise de Dados. Estatísticas. São Paulo, 2009.

24. Moraes, E. N. Princípios básicos de geriatria e gerontologia. Brasília: Coopmed, 2008.

25. Ferreira, O.G.L.; Maciel, S.C.; Silva, A.O.; Santos, W.S.; Moreira, M.A.S. O envelhecimento ativo sob o olhar de idosos funcionalmente independentes. Rev Esc Enferm USP. v.44, n.4, p.1065-1069, 2010.

26. Camarano AA, organizador. Os novos idosos brasileiros muito além dos 60? Rio de Janeiro: Ipea; 2004. p.1-5.

27. Litvoc, J.; Brito, F.C. Envelhecimento: prevenção e promoção da saúde. São Paulo: Atheneu, 2004.

28. Gomes JCP, Faelli CYP, Pai HJ. A acupuntura em Geriatria. São Paulo, CEIMEC – Centro de Estudo Integrado de Medicina Chinesa. Disponível na URL:

<http://www.ceimec.com.br>

29. Rigo, J. C. et al. Evidências da acupuntura no tratamento da dor lombar. Geriatria & Gerontologia. 2011. Disponível em: <<http://www.sbgg.org.br/profissionais/arquivo/revista/volume5-numero3/artigo10.pdf>>.

30. Brasil, Secretaria da Saúde do Espírito Santo. Manual Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Homeopatia, Medicina Tradicional Chinesa, Acupuntura, Fitoterapia e plantas medicinais. 2013. Disponível em: <http://www.saude.es.gov.br/download/SESA_MANUAL_PIC_VERSAO_FINAL.pdf>.

Disponível online em <http://periodicos.estacio.br/index.php/e-revistafacitec/issue/current>



Página inicial: <http://periodicos.estacio.br/index.php/e-revistafacitec>
