



EFEITO DA CRANIOACUPUNTURA EM ALUNOS ANSIOSOS DA ODONTOLOGIA: DADOS PRELIMINARES

Palavras-chave: Cranioacupuntura, Ansiedade, Medicina Tradicional Chinesa

Autoras:

Júlia de Andrade Netto Perina, FOP - UNICAMP

Dra. Maria Lúcia Bressiani Gil, FOP – UNICAMP

Profa Dra Maria Imaculada de Lima Montebello - UNIMEP

Profa. Dra. Maria da Luz Rosário de Sousa (orientadora), FOP - UNICAMP

Introdução:

A cranioacupuntura, diferentemente da acupuntura tradicional, é uma técnica da Medicina Tradicional Chinesa que trata diferentes tipos de condições de saúde através de agulhas posicionadas somente na região da cabeça. O método visa estimular pontos de acupuntura relacionados a diferentes órgãos e sistemas do corpo humano e, dessa forma, o praticante da cranioacupuntura pode trabalhar em pontos que atuam na regulação do fluxo energético (Qi), equilibrando funções físicas e emocionais. Os efeitos da cranioacupuntura podem variar entre os pacientes a depender da condição tratada e do organismo de cada um, sendo os mais comuns: Redução de dor (dores de cabeça, dores musculares, enxaquecas), devido sua capacidade de estimular a liberação de substâncias analgésicas; melhora do bem-estar mental e emocional, induzindo melhoria de ansiedade, estresse e insônia; estimulação do sistema nervoso central, pois pode auxiliar na melhoria de distúrbios motores e de coordenação, além de melhorar a recuperação de pacientes vítimas de acidente vascular cerebral (AVC) melhora na circulação sanguínea, afinal, a estimulação dos pontos de acupuntura pode promover maior circulação de sangue e, conseqüentemente, maior oxigenação tecidual (Lopes et al; 2014)

A ansiedade é um sentimento vago e desagradável de medo e apreensão, o que caracteriza certa antecipação de algo que não se sabe e/ou antecipação de perigo, devido a uma inquietação que pode se transformar em manifestações fisiológicas e cognitivas (Castillo et al; 2001). A prevalência de ansiedade em estudantes da área da saúde é maior quando comparada a população em geral, visto que são expostos ao estresse, elevada carga horária de estudos (que na maioria dos casos é integral), noites insones, falta de atividade física, dentre outros fatores que comprometem o desempenho do aluno, favorecem a evasão e podem contribuir para um início de um processo de transtorno de ansiedade (Trindade et al; 2021).

A auriculoterapia é uma técnica de acupuntura que utiliza agulhas, microesferas ou sementes para estimular pontos reflexos do pavilhão auricular que estão diretamente relacionados ao sistema nervoso central, bem como auxiliam no tratamento de desordens do organismo humano, favorecendo a homeostase do corpo. Trata-se de uma prática segura, pois pode ser realizada com materiais não invasivos, ocasiona mínimos efeitos secundários, não provoca dependência e é de fácil aplicabilidade (Munhoz, 2022). Na atualidade, a auriculoterapia já é considerada efetiva no tratamento da ansiedade e inclusive recomendada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e oferecida pelo SUS desde 2006, onde foi instituída no programa de Práticas Integrativas. Ademais, a OMS caracteriza essa prática como terapia de microssistema, onde são mapeados mais de 200 pontos auriculares, utilizados para diagnóstico e tratamento de patologias que atuam no âmbito físico, mental e emocional para enfermidades agudas e crônicas. (Abreu, 2022).

Praticada no Brasil há 40 anos, a Cranioacupuntura de Yamamoto é uma técnica japonesa que pode ser utilizada no tratamento de qualquer tipo de dor, sendo altamente eficaz contra dores causadas por bursite e tendinite. Ao contrário do tratamento tradicional para essas dores, a cranioacupuntura não exige exames prévios. A técnica também é muito utilizada em patologias sensitivas ou motoras, principalmente depois da ocorrência de um AVC, pois consegue agir diretamente no sistema nervoso central do paciente, melhorando os casos de espasmo muscular, dor e sensibilidade. Em muitos casos ela consegue inclusive reduzir a quantidade de medicamentos que o paciente utiliza (Bollini et al; 2009). Estudos conduzidos em diversas partes do mundo buscam entender o mecanismo de bloqueio da dor. Alguns enfatizam que a estimulação feita pelas agulhas na cabeça, região tão próxima ao córtex cerebral, altera rapidamente o quadro da dor. Outra explicação estaria ligada à codificação do corpo inteiro, já que a medicina oriental trabalha pontos que têm a codificação neurológica de todo o organismo.

Além do alívio da dor, a cranioacupuntura se mostra muito efetiva em problemas emocionais, como a ansiedade. A estimulação dos pontos de acupuntura no couro cabeludo pode ajudar a regular a liberação de neurotransmissores como a serotonina, dopamina e endorfinas (Suave, 2024), que desempenham um papel crucial na modulação do humor, da ansiedade e da sensação de bem-estar. Além disso, a técnica pode ajudar a reduzir a atividade do eixo HPA (Hipotálamo-Pituitária-Adrenal), que é frequentemente hiperativo



em indivíduos com ansiedade e estresse crônico (Jurueña, 2004), e também ajudar a equilibrar o sistema nervoso autônomo, reduzindo a atividade do sistema nervoso simpático (responsável pela resposta de “luta ou fuga”) e aumentando a atividade do sistema nervoso parassimpático (responsável pelo relaxamento e recuperação).

Segundo a Medicina Tradicional Chinesa, cada órgão do corpo controla uma função ou atividade espiritual (Amalia Dávila-Hernández; Roberto González-González, 2023). De acordo com as traduções de González no livro "Medicina Tradicional Chinesa", o termo *wu shen* refere-se às 5 funções da psique (ou espírito) e implica várias atividades mentais que permitem ao indivíduo estar acordado, gerar pensamentos e abstrações, assim como produzir respostas voluntárias ou inconscientes. A atividade espiritual *Hun* está relacionada ao potencial criativo, ao conteúdo dos sonhos, à capacidade espiritual e à química entre as pessoas. A atividade *Hun-Shen (wu shen)* pode aumentar suavemente o nível de alerta, ajuda a tornar conscientes os pensamentos e seu conteúdo, assim como as emoções, contribui para evitar o transbordamento emocional, permite transformar o mal-estar emocional em identificação das emoções e aumenta a atividade cortical. *Yi* é a função mais sutil, associada ao baço. O baço não controla uma estação sazonal específica, é a terra, a base do pensamento. As funções do baço são a transformação e a distribuição. *Po* é a atividade do pulmão e se relaciona com a purificação e suavidade. *Po* é o sistema que corta, que rompe, que abre. Se sua atividade está em excesso ou deficiência, a estrutura pode adoecer por falta de controle. A relação *Zhi Yin - Zhi Yang* pode aumentar a motivação, o entusiasmo, a curiosidade e o incentivo para sair da zona de conforto (González; 2023).

Considerando que as alterações relacionadas aos sintomas de ansiedade envolvem circuitos de processamento de informações cognitivas e afetivas dependem do bom funcionamento de estruturas associadas à motivação e recompensa, o estudo baseado nos trabalhos do professor Roberto González (González, 2016) propõe que um tratamento para essas expressões de alterações nos circuitos neuronais seja a aplicação de craniocupuntura nas áreas onde ocorrem atividades espirituais, realizando a punção de áreas específicas do crânio relacionadas à disfunção dos circuitos neuronais que se manifestam como sintomas de depressão, conforme descrito por González em 2004, no “ciclo gerativo” de acordo com a Teoria dos Cinco Elementos.

Diante do exposto, este estudo é inovador e vai avaliar o efeito desta abordagem de técnica de craniocupuntura no controle da ansiedade e parâmetros de energia. Essa abordagem faz parte de uma parceria que já existe entre a orientadora e o Instituto Shuyang, em que houve a oportunidade de capacitação na ocasião da visita do Prof. Roberto González González à Faculdade de Odontologia de Piracicaba/UNICAMP, em Março de 2024.

Objetivos:

Esse estudo objetiva avaliar a efetividade da nova técnica de craniocupuntura em alunos ansiosos do curso de odontologia da Faculdade de Odontologia de Piracicaba (FOP), no manejo da ansiedade, além de avaliação da energia dos cinco órgãos relacionados à técnica.

Metodologia:

O estudo será do tipo experimental randomizado. Alunos com valor 4 ou mais na escala VAS para ansiedade (Visual Analogue Scale), que consiste em 0 (sem ansiedade) a 10 (ansiedade máxima), serão selecionados e sorteados para um dos três grupos desse estudo, o de craniocupuntura (GCRA), o de craniocupuntura placebo (GCRAP) e o de auriculoterapia (GAUR).

Para o GCRA são utilizadas agulhas de acupuntura descartáveis aplicadas nas áreas cranianas sequenciais relacionadas a comportamentos segundo a Medicina Tradicional Chinesa: Hun para Shen; Shen para Yi; Yi para Po e Po para Zhi Yin e de Zhi Yin para Zhi Yang. Para o GCRAP será agulhada a área do joelho, que não se relaciona a comportamento.

Para o GAUR, os pontos de auriculoterapia utilizados são: Shenmen, Occipital e Subcórtex, Fígado, Coração, Ansiedade e Felicidade. Para medir a energia circulante no indivíduo, será utilizado o aparelho Ryodoraku, método que utiliza pontos de acupuntura definidos por Nakatani. Segundo a teoria de Ryodoraku, indivíduos com a energia bem equilibrada formariam uma linha através do gráfico bioenergético, idealmente 50 mA, com uma faixa de tolerância entre 40 e 60 mA. Valores acima ou abaixo deste intervalo indicam um grau de excesso (plenitude) ou deficiência (vazio) de Qi, respectivamente (Pérez, 2013).

Os alunos são submetidos a 1 sessão semanal, durante 4 semanas. Para análise estatística será avaliada a comparação intra e entre grupos, tanto para a VAS, como IDATE e perfil energético, considerando significância de 5%. Espera-se que o efeito da craniocupuntura seja tão efetivo quanto o da auriculoterapia.

Análise Estatística:

A análise estatística será feita entre os grupos e intragrupos, comparando as variáveis finais: ansiedade pela escala VAS e ESTADO e

medidas de nível energético. Os testes estatísticos serão definidos após análise exploratória dos dados. Para realizar a análise de comparação intergrupos e intragrupo (pré-pós) será aplicado o método de análise de Variância (ANOVA) para Medidas Repetidas, seguido do teste post hoc de Bonferroni. O nível de significância adotado para todos os testes será de 5%, ou ($p < 0.05$). Será utilizado o SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) versão 21 como pacote estatístico.

Resultados:

Os resultados deste estudo se referem a coleta inicial de 5 pacientes do Grupo Cranioacupuntura. A VAS reduziu de 6,0 para 2,0 e esta diminuição da ansiedade já foi estatisticamente significativa mesmo com amostra ainda reduzida ($p = 0,034$), conforme Figura 1. Houve uma leve redução na média de IDATE_ESTADO do inicial de 48,6 para o final de 45,6, mas os intervalos de confiança se sobrepõem, indicando que essa mudança pode não ser estatisticamente significativa ($p = 0,346$). Houve uma redução na média, IDATE TRAÇO com os intervalos de confiança se sobrepondo, sugerindo que a mudança também pode não ser estatisticamente significativa ($p = 0,032$) de 49,4 para 46,6. Estes dados estão na Figura 2. A energia aumentou de 17,2 para 20,8 porém, sem ser estatisticamente significativa ainda ($p = 0,271$) como demonstrado na Figura 3.

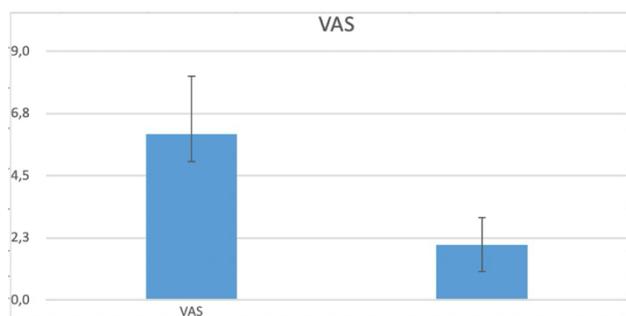


Figura 1. Média da Escala Visual Analógica (VAS) inicial e final dos voluntários GCRA (grupo cranioacupuntura)

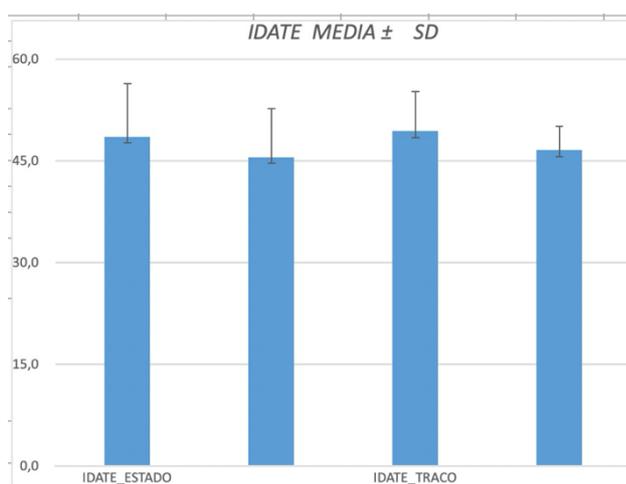


Figura 2. Média Idate Estado e Idate Traço inicial e final dos voluntários GCRA (grupo cranioacupuntura)

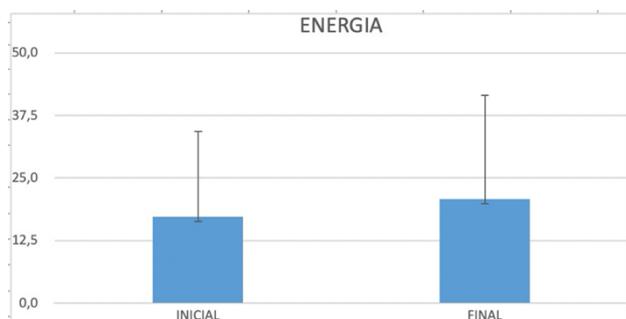


Figura 3. Média da energia inicial e final dos voluntários GCRA (grupo cranioacupuntura)

Tabela 1: Média das variáveis e respectivos intervalos

VARIÁVEL		LIMITE INFERIOR	LIMITE SUPERIOR	MÉDIA
VAS	inicial	3,366	8,364	6
	final	0,758	3,242	2
IDATE ESTADO	inicial	38,8	58,4	48,6
	final	36,578	54,622	45,6
IDATE TRAÇO	inicial	42,023	56,777	49,4
	final	42,158	51,042	46,6
ENERGIA	inicial	6,08	28,32	17,2
	final	3,297	38,303	20,8

A tabela 1 apresenta os dados de média da VAS e intervalos das variáveis estudadas. Verifica-se que tanto a média quando o IDATE Traço e Estado diminuíram. A variável Energia aumentou e chama atenção o intervalo final ter aumentado, ou seja, uma maior amplitude dos dados.

Conclusões:

Estes resultados preliminares apontam para a confirmação de que esta técnica de cranioacupuntura possa mostrar dados favoráveis de redução da ansiedade. Vamos dar continuidade ampliando a amostra e comparando os grupos, incluindo dados de energia.

Referências Bibliográficas:

- SILVA, F. B.; SACOMANI, D. G.; FREGONESI, C. E. P. T.; MASSELLI, M. R.; OLIVEIRA, D. L.; CAMARGO, M. R. Efeito da cranioacupuntura na qualidade de vida e melhora da dor crônica
- VASCONCELOS DE SÁ, Júlia. Prevalência e fatores associados à ansiedade em estudantes dos cursos da área de saúde da UFOP. Monografias UFOP, 2019.
- OMS. Saúde Mental: Nova Concepção, Nova Esperança. 1 ed. Lisboa: Climepsi; 2002.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION . Saúde mental: nova concepção, nova esperança. Lisboa, 2002. 207p
- Mendlowicz, M. V., & Stein, M. B. (2000). Quality of life in individuals with anxiety disorders. *The American Journal of Psychiatry*, 157(5), 669–682.
- Alves TCdTF. Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde. *Revista de Medicina*. 2015;93(3):101-5.

Clemente LA, Souza LMT, Salvi JO. The effectiveness of Auriculotherapy in the treatment of stress and Burnout Syndrome in university professors. *Cad Naturol Terap Complem*.



2015;4(7):21-7. Doi: 10.19177/cntc.v4e7201521-27

Kessler, R. C., Soukup, J., Davis, R. B., Foster, D. F., Wilkey, S. A., Van Rompay, M. I., & Eisenberg, D. M. (2001). The use of complementary and alternative therapies to treat anxiety and depression in the United States. *The American Journal of Psychiatry*, 158(2), 289–294. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.2.289>

Craniopuntura de Yamamoto ajuda no tratamento de dores ligadas ao sistema neurológico. ([s.d.]). Secretaria Municipal da Saúde.

SUAVE, Léo. Craniopuntura de Yamamoto: Aplicações em Saúde Mental e Bem-Estar. Método Tão Suave de massoterapia, 06/2024.

CHIANCA, T. C. M. et al. Eletrodiagnostic and energy profile with ryodoraku in chinese traditional medicine: integrative review / Eletrodiagnóstico e perfil energético com o ryodoraku em medicina tradicional chinesa: revisão integrativa. *Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online*, v. 13, p. 1205–1210, 2021.

HYODO, Masayoshi. Introduction for Ryodoraku treatment. *The Japanese Journal of Ryodoraku Medicine*, v. 34, n. 6, p. 127-137, 1989.

PRADO, Juliana Miyuki do; KUREBAYASHI, Leonice Fumiko Sato; SILVA, Maria Júlia Paes da. Eficácia da auriculoterapia na redução de ansiedade em estudantes de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 46, p. 1200-1206, 2012.

Bollini, F., Sacomani, D. G., Fregonesi, C. E. P. T., Masselli, M. R., de Oliveira, D. L., & de Camargo, M. R. (2009). EFEITO DA CRANIOPUNTURA NA QUALIDADE DE VIDA E MELHORA DA DOR CRÔNICA. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, 13(2).

MELO, Rafaela Albuquerque. Avaliação de tratamentos conservadores da disfunção temporomandibular na dor, qualidade de vida, sintomas depressivos e ansiedade: ensaio clínico randomizado. 2021

SILVA, André Luiz Picolli da. O tratamento da ansiedade por intermédio da acupuntura: um estudo de caso. *Psicologia: ciência e profissão*, v. 30, p. 200-211, 2010.

DE ANDRADE, Luiza Agostini et al. Efetividade da acupuntura auricular como terapia complementar para depressão, ansiedade e estresse em profissionais da atenção primária à saúde durante a pandemia da Covid-19. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 23, n. 3, p. e12260-e12260, 2023.

Garbin, C. A. S., dos Santos, L. F. P., Garbin, A. J. S., Garbin, A. J. Í., Saliba, T. A., & Saliba, O. (2021). Fatores associados ao desenvolvimento de ansiedade e depressão em estudantes de Odontologia. *Revista da ABENO*, 21(1), 1086-1086.

Trindade, T. T. P., Watanabe, A., Junior, D. R., & Burci, L. M. (2021). Ansiedade entre acadêmicos de enfermagem, odontologia e psicologia de uma instituição de ensino superior. *Visão Acadêmica*, 22(4).

de Castro Moura, C., Carvalho, C. C., Silva, A. M., Iunes, D. H., de Carvalho, E. C., & Chaves, É. D. C. L. (2015). Auriculoterapia efeito sobre a ansiedade. *Revista Cubana de Enfermeria*, 30(2).

dos Santos Silva, L., de Souza, C. C., de Castro Moura, C., de Andrade, J. V., Azevedo, C., da Silva, L. S., & de Oliveira Salgado, P. (2021). Auriculoterapia para tratamento da ansiedade em estudantes universitários: revisão sistemática. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, 13(12), e9507-e9507.

FREZZA, Sinthia Concencio. Ansiedade, estresse e auriculoterapia: uma revisão de literatura. 2016.

VASCONCELLOS, Paula Renata Olegini. Acupuntura como forma de tratamento no sistema único de saúde. *Fag Journal of Health (FJH)*, v. 1, n. 2, p. 48-54, 2019.