

Acupuntura é melhor do que remédios para dor de cabeça



O artigo escrito por Iara Biderman da Folha de São Paulo “Acupuntura é melhor do que remédios para dor de cabeça” explica que foi realizada uma revisão de 31 estudos, envolvendo cerca de 4.000 pacientes com dor de cabeça crônica mostrou que o tratamento com acupuntura traz melhores resultados do que medicamentos na redução da intensidade e da frequência das crises.

Acupuntura é melhor do que remédios para dor de cabeça

colaboração para a **Folha de S.Paulo**

Uma revisão de 31 estudos, envolvendo cerca de 4.000 pacientes com dor de cabeça crônica mostrou que o tratamento com acupuntura traz melhores resultados do que medicamentos na redução da intensidade e da frequência das crises.

Coordenados por Tong Joo Gang, do departamento de anestesiologia da Duke University (EUA), os pesquisadores analisaram apenas os estudos controlados e randomizados, usando dados da Cochrane (organização internacional dedicada a atualização e comprovação de pesquisas médicas), da Medline (base de dados da Biblioteca Nacional de Medicina, dos EUA) e dos estudos controlados da Scopus (base de dados da internet mais de 30 instituições de pesquisa).

Publicada na edição de dezembro do jornal "Anesthesia & Analgesia", a revisão da Duke University analisou 17 estudos de pacientes com enxaqueca, dez estudos de dor de cabeça tensional e quatro sobre outras formas de dor de cabeça crônica com múltiplos sintomas.

A análise mostrou que 62% dos pacientes que se trataram com acupuntura relataram melhora, contra 45% dos que utilizaram medicamentos. Em média, os pacientes relataram melhora após cinco ou seis sessões de acupuntura.

Tratamentos combinados

Segundo Mario Peres, neurologista do hospital Albert Einstein, em São Paulo, e autor do livro "Dor de Cabeça: o que Ela Quer com Você" (ed. Integrare), ainda há um grande debate sobre a acupuntura. "Já temos conhecimento de muitos estudos positivos, mas não dá para falar em superioridade. Em geral, o melhor são vários tratamentos combinados. A acupuntura é mais uma opção."

Para Hong Jin Pai, diretor do Colégio Médico de Acupuntura de São Paulo e médico do Centro de Dor do Hospital das Clínicas de São Paulo, o estudo confirma a eficácia da

técnica tradicional. "Além de atuar na dor, ela tem outros efeitos, como diminuir a ansiedade, por isso é mais completa do que [os medicamentos] analgésicos.

Mas nenhum tratamento é 100% eficaz, e há um grupo de pacientes que não responde à acupuntura." Entre as vantagens da técnica, ele aponta os efeitos colaterais muito menores e o fato de ela ser uma intervenção não-medicamentosa.

Isso é vantagem principalmente porque há um uso abusivo de analgésicos, segundo Elder Machado Sarmiento, responsável pelo departamento científico de cefaléia da Academia Brasileira de Neurologia e vice-presidente da Associação Latino-Americana de Cefaléia. "Além de efeitos como agredir a mucosa gástrica, por exemplo, o abuso de analgésicos acaba piorando o quadro da dor." Mas Sarmiento lembra que as diretrizes da Sociedade Brasileira de Cefaléia não colocam a acupuntura como a primeira opção para o tratamento.

Marcus Mattos Ribeiro Luz, médico do setor de acupuntura da Unifesp (Universidade Federal de São Paulo), diz que as pesquisas com acupuntura só começaram mais recentemente, por isso há menos evidências dos chamados estudos de primeira linha (controlados, randomizados, duplos-cegos).

Para Carlos Eduardo Altieri, neurologista do Núcleo de Tratamento da Dor do Hospital Sírio-Libanês, em São Paulo, já está bem comprovada a eficácia da técnica para tratamento de dor de cabeça crônica que tenha um componente muscular importante, causado pela sobrecarga em determinados grupos musculares, como nos do pescoço ou dos ombros. "Nesses casos, que são muito freqüentes, usar a acupuntura como adjuvante traz resultados muito melhores."

Ele lembra, no entanto, que há diferentes tipos de cefaléia, e não é em todos que acupuntura apresenta a mesma eficácia. "Na enxaqueca pura, sem gatilho muscular, o paciente responde menos, ou responde mal de fato, à acupuntura".

Fonte: <http://www1.folha.uol.com.br/folha/ciencia/ult306u478061.shtml>

Data: 11/12/2008

Texto: Iara Biderman, em colaboração para a Folha de S. Paulo.