

MECANISMOS NEUROFISIOLÓGICOS DA ACUPUNTURA EM PORTADORES DE ESTRESSE

Gabriela Perusselo¹

gperusselo@hotmail.com

Leonardo Régio Vilela da Silveira²

leonardo.silveira@fpp.edu.br

¹ Acadêmica de Biomedicina - Faculdades Pequeno Príncipe

² Orientador, Professor Mestre - Faculdades Pequeno Príncipe

PALAVRAS-CHAVE: estresse, acupuntura, neurofisiologia.

INTRODUÇÃO O estresse é um dos responsáveis por contribuir para que o indivíduo se sinta desconfortável, tanto física como psicologicamente. Esta condição foi relatada como prejudicial para a saúde, apresentando dados de acometimento de 90% da população mundial, sendo, o estresse, considerado uma epidemia global, preocupando assim, os profissionais da saúde já que está associado à ocorrência de patologias metabólicas, cardiovasculares, gastrointestinais, reprodutivos, entre outros. Considerada a fonte e avanço do estresse, são estudadas formas de prevenção e tratamento, sendo em sua grande maioria são usadas técnicas para diminuir a tensão física e mental. As culturas orientais possuem em seu histórico a criação de estratégias para lidar com o estresse com o uso de práticas corporais como exercícios, danças e massagens. Uma das técnicas usadas na Medicina Tradicional Chinesa é a acupuntura. O tratamento por meio desta tem como objetivo reatar o equilíbrio entre função e homeostase, alternando os estados de energia e trazendo o correto arranjo dos órgãos e organismo em foque no tratamento. **MÉTODO** A metodologia utilizada foi a revisão integrativa, onde são feitas análises de pesquisas, sintetizando conhecimentos de um assunto específico. Direcionando a pesquisa para novos estudos e conclusões na área de interesse. **TEORIZAÇÃO** No fim do século XIX, foram relatados diversos estudos fisiológicos sobre a adaptação dos seres vivos, neste momento foi analisado que mudanças que ocorrem no ambiente externo podem desencadear a desestabilização do organismo, alterando seu funcionamento fisiológico pelas perturbações no equilíbrio orgânico. A resposta ao estresse tem seu início quando o cérebro percebe um agente estressor, podendo ser um estímulo ou uma situação, tanto positiva quanto negativa, desencadeando assim uma reação fisiológica. O mecanismo de resposta ao estresse tem início com os receptores, que espalhados por todo o corpo captam as alterações no ambiente. Ele consiste em três fases, a primeira é a fase de alerta, onde os sinais dos receptores são encaminhados para o tálamo que, em reação ao estressor, libera o Fator Liberador de Corticotrofina, estimulando a hipófise a liberar o hormônio adenocorticoide (ACTH) para a secreção de adrenalina. Com a liberação da adrenalina, o corpo começa a mostrar sinais diferenciados do estado normal como o aumento da frequência cardíaca e vasodilatação. A segunda fase é chamada de defesa ou resistência, acontecendo

apenas na continuidade do estresse, se os estressores acabam as alterações corporais são interrompidas e aos poucos tendem a regredir ao estado normal. Nesta etapa há a secreção de cortisol, com objetivo de manter estável a taxa de glicose no sangue, para nutrição dos músculos, coração e cérebro. Com a extensão dos acontecimentos estressores, se da início a terceira fase deste processo, sendo chamada de exaustão ou resistência, acompanhada de alterações hormonais crônicas e seguida de consequências orgânicas e psíquicas. A acupuntura é uma técnica que foi desenvolvida por uma cultura Oriental e se trata de uma terapia reflexa, onde o estímulo no acuponto em uma área específica desencadeia respostas em outras áreas, então a ação da acupuntura, no corpo físico, repercute no estado psíquico. A escolha dos pontos de acupuntura depende do desequilíbrio apresentado. Os ciclos de geração e controle entre os elementos é um dos métodos utilizados como autorreguladores de equilíbrio uma vez que se intervém nesses ciclos. Os pontos de acupuntura correspondem a locais com fibras nervosas específicas, chamadas de tipo A delta que quando estimuladas traz sensações de calor e formigamento. O estímulo das fibras nervosas provocado pelas agulhas ativa a célula pedunculada, a qual está associada a liberação de metencefalina, opióide endógeno responsável por efeitos analgésicos e antidepressivos. A presença da agulha na pele pode ser interpretada pelo organismo como um estímulo imunomodulador, que estimula a liberação de mediadores de inflamação no local, levando ao aumento de ACTH e conseqüentemente de corticosteroides endógenos. **CONCLUSÃO** O ato de conhecer a história da acupuntura ajuda na redução de conflitos e rejeição no contato com seus princípios. A procura por este tipo de terapia provém dos resultados comprovados em publicações para diversas doenças, do descontentamento com o atendimento generalizado e fragmentado e o interesse por técnicas não medicamentosas. O presente trabalho mostra como a manipulação da agulha interfere no organismo pela geração de estímulos nervosos e liberação de substâncias como as endorfinas e encefalinas, responsáveis pela diminuição da dor e controle de emoções, que quando liberadas acarretam no relaxamento mental que se procura para tratar o estresse.

REFERÊNCIAS:

- ARAÚJO, A. P. S. DE; ALMEIDA, C. A. DE. Terapia Manual Versus Acupuntura no Tratamento da Cefaleia. **Revista Saúde e Pesquisa**, v. 2, n. 1, p. 107–13, 2009.
- DUVAL, F.; GONZÁLEZ, F.; RABIA, H. Neurobiología del estrés. **Revista chilena de neuro-psiquiatria**, v. 48, n. 4, p. 307–318, dez. 2010.
- GOMES, A. V. B. T. et al. Tratamento do estresse psicológico pela acupuntura, avaliado pela eletromiografia do músculo trapézio. **Rev Dor**, 2012.
- MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. DE C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 17, n. 4, p. 758–764, 2009.
- NASCIMENTO, C. **a Acupuntura Como Terapia Complementar No Tratamento Dos Sintomas Do Estresse**. [s.l.] Faculdade de Educação Ciência e Tecnologia – UNISAÚDE/CENTRO DE ESTUDOS FIRVAL, 2013.

PEREIRA, A. et al. Envelhecimento, estresse e sociedade: uma visão psiconeuroendocrinológica Aging, stress, and society: a psychoneuroendocrinological view. **Ciências & Cognição**, v. 01, p. 34–53, 2004.

QUIROZ, L. S.; ALVES, O. DE F. Acupuntura no Tratamento da Infertilidade. **Saúde & Ciência Em Ação**, v. 3, n. 01: Agosto-Dezembro, p. 108–117, 2016.