

ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO E ANSIEDADE: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

FEITOSA, José Trajano Filho¹; NEVES, Victor Rezende das²; CASTRO, Janaína de Oliveira e³; SILVA, Gustavo Rodrigues da⁴; NEVES, Rodolfo Rezende das⁵.

RESUMO

Introdução: Nas últimas décadas, doenças psiquiátricas como depressão e ansiedade apresentaram um aumento significativo em sua incidência devido a diversos fatores inerentes à vida moderna. A abordagem mais comum no ocidente é a terapêutica medicamentosa – composta por acompanhamento psicológico e suporte medicamentoso. Entretanto, com o maior interesse recente no estudo das técnicas terapêuticas orientais – em especial a acupuntura – como práticas de saúde complementares e integrativas, torna-se cada vez mais claro o impacto positivo dessas técnicas no manejo e tratamento da depressão e ansiedade. **Objetivo:** Revisar a efetividade da associação de técnicas de acupuntura ao tratamento da depressão e ansiedade, assim como correlacionar os resultados às novas teorias acerca da robusta regulação sistêmica. **Material e métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa. Para revisão de literatura, foram utilizadas bases de dados on-line, como Medline, Elsevier, Scielo e Crismon, com os seguintes descritores: "acupuntura", "depressão" e "medicina tradicional chinesa". Os critérios usados para seleção dos 11 artigos componentes foram terem sido publicados entre 2009 e 2020, e possuírem grande impacto, avaliado a partir do número de citações por outros autores. **Resultados:** Apesar do impacto positivo da aplicação da acupuntura como agonista nos tratamentos medicamentosos ocidentais para ansiedade e depressão já ser relatado há décadas, hodiernamente, estudos complementares e consolidados vêm demonstrando o desempenho significativo desse método como tratamento complementar desses distúrbios psiquiátricos – incluindo alguns com elevada incidência atual, como a depressão pós-parto. Isso é sustentado por novas teorias como a da Regulação Robusta, que associa a eficácia da acupuntura para tratamento de desordens multissistêmicas ao amplo impacto físico e psicológico promovido pela técnica. **Conclusão:** Desse modo, foi possível observar a efetividade do uso da acupuntura como parte do tratamento de doenças psiquiátricas, em especial depressão e ansiedade. Esses resultados são sustentados por teorias modernas acerca do vasto e positivo impacto homeostático multissistêmico da terapia.

Palavras-chave: Acupuntura, Ansiedade, Depressão, Medicina Tradicional Chinesa, Terapias Complementares.

¹ Acadêmico de Medicina na Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas. jtrajano@me.com

² Acadêmico de Medicina no Instituto Tocantinense Presidente Antônio Carlos, Palmas, Tocantins. victorrezendedasneves@hotmail.com

³ Acadêmica de Medicina na Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas. castrooojanaina@gmail.com

⁴ Acadêmico de Medicina na Universidade Federal do Amazonas, Manaus, Amazonas. gustavorodriguesds1@gmail.com

⁵ Médico Cirurgião Geral e atual residente em Cirurgia Plástica no Hospital das Clínicas de Uberlândia, Minas Gerais. rodolfo-rezende@hotmail.com