

- O que é a acupunctura?

Acupunctura Palavra criada por um clérigo europeu
Século XVII

Acus (agulha) punctum (puncionar)

- Acupunctura é um método terapêutico, que promove a saúde de forma natural e melhora o funcionamento geral do organismo.

Consiste esta técnica na inserção de finas agulhas em pontos estratégicos (Pontos de Acupunctura), com o objectivo de melhorar a Saúde”

Chegada ao Ocidente: Jesuítas ou médico holandês Ten Rhijne (1680)

Menção na revista Lancet (1824)

Analgesia - Electroacupunctura -1958

FDA -agulhas -como instrumento médico

(classe 2b) confirma a segurança e aconselha o estudo - 1995

NIH-Consensus Statement on Acupunctura -1997

Definição da Técnica

- A Acupunctura pode ser definida como uma técnica de **estimulação periférica**, utilizando **preferencialmente agulhas**, que pretende alterar o funcionamento do organismo no sentido da procura da sua **Homeostasia**, quer **Interna** quer **com o Meio Externo**.
- Para tal pode **actuar directamente**, como no caso do Sistema Músculo-Esquelético, ou **indirectamente** através do Sistema Nervoso (nas suas várias vertentes) e das suas relações com a área Psíquica e os Sistemas Imunitário e Endócrino.
- A **acção da Acupunctura** será sempre, **exclusivamente**, resultante da **resposta do organismo á estimulação periférica** e não da utilização de qualquer agente externo.

- “A Acupunctura pode ser definida como a **estimulação de pontos especiais na periferia do corpo**, normalmente com a inserção de agulhas, com o objectivo de melhorar a Saúde”
- A explicação científica moderna sustenta que as agulhas de acupunctura estimulam partes do sistema nervoso produzindo secreções químicas nos músculos, na medula espinal e cérebro. Estes compostos químicos actuam modificando a sensação de dor, ou promovendo secreções químicas ou hormonais que influênciam aparelhos e órgãos do corpo. Estas secreções estimulam as próprias defesas naturais e promovem a saúde física e emocional.
-

- **O que é a Acupunctura médica?**
- A acupunctura é um tipo de terapêutica que se tem praticado desde a antiguidade e tomou diversas formas ao longo dos anos. O termo "Acupunctura Médica" refere-se a prática de acupunctura por médicos licenciados em medicina convencional que também têm treino em acupunctura , como **Competência Médica**.

A Ordem dos Médicos, com o apoio da Sociedade Portuguesa Médica de Acupunctura, criou a **Competência Médica em Acupunctura** em 14 de Maio de 2002, regulando assim a sua prática no âmbito Médico.

Estes médicos podem tratar doenças usando medicina convencional ou acupunctura, ou uma combinação de ambas, praticando assim uma Medicina Integrativa , com a combinação de diferentes abordagens diagnósticas e terapêuticas, extraindo de cada uma delas vantagens e benefícios, proporcionando assim cuidados de Saúde de melhor Qualidade e mais Humanizados

Que aplicações tem a acupunctura médica?

A acupunctura médica actua eficazmente a três níveis:

Promoção da saúde e bem estar;

Prevenção das doenças;

Tratamentos de algumas doenças.

Se bem que a acupunctura seja conhecida pela sua eficácia no **controlo da dor**, nas mãos de um profissional bem treinado, tem aplicações muito mais amplas.

Textos científicos clássicos e modernos reconhecem o uso eficaz da acupunctura no tratamento de uma grande variedade de doenças. incluindo: náuseas pós quimioterapia/gravídica

Aparelho digestivo: gastrite, acidez, colite, obstipação, diarreia.

Aparelho respiratório: Sinusite, faringite, bronquite, asma.

Afecções neuromusculares, enxaqueca, tiques faciais, torcicolo, tendinites e bursites dos membros, lombalgia, ciática e artrite, etc

National Institute of Health - NIH -EUA

Efeito positivo :

- . Reabilitação pós - AVC
 - . Cefaleias
 - . Fibromialgia, dor miofascial, osteoartrite,
 - . Lombalgia, sd. túnel cárpico, tennis elbow
 - . Adição ao tabaco, álcool e outras drogas
- Recuperação post AVC

- Como são as agulhas de acupunctura? Doem?
- Os doentes reagem de diferentes maneiras à inserção de agulhas. A maioria só sente uma dor pequena e breve aquando a inserção das agulhas na pele, enquanto que outros não as sentem em absoluto. De qualquer maneira, uma vez introduzidas a sensação de dor desaparece por completo.
- As agulhas de acupunctura são feitas de aço inoxidável e são muito finas e resistentes. A ponta é suave ao contrário das agulhas tradicionais que são ocas e têm um bisel cortante. É por isso que as agulhas de acupunctura não doem como acontece nas "injecções" ou quando se extrai uma amostra de sangue. Hoje em dia os médicos só utilizam agulhas descartáveis eliminando assim o risco de infecção ou contágio como resultado dos tratamentos.

- O tratamento de acupunctura pode fazer-se ao mesmo tempo que outros tratamentos médicos convencionais. É muito importante que o seu médico acupuncturador saiba todos os tratamentos médicos que está a receber para que possa obter o máximo de benefício com as sessões de acupunctura.