

Acupuntura para depressão

A depressão está largamente presente em nossas comunidades. Na depressão clínica, é relatada a falta de interesse na vida e em atividades que normalmente seriam apreciadas. Pode ser acompanhada de outros sintomas incluindo perda de peso, excessos na alimentação, sentimentos de inutilidade, distúrbios de sono, autonegligência e retraimento social, insônia ou hipersonia (sonolência excessiva), perda de energia, baixa autoestima e baixa concentração.

Acupuntura possui uma longa história na China e no Japão. A teoria da medicina tradicional chinesa descreve um estado de saúde mantido pelo equilíbrio de energia no corpo. Acupuntura envolve a inserção de agulhas finas em diferentes partes do corpo para corrigir o desequilíbrio da energia no corpo. Há uma variedade de estilos de acupuntura desde a acupuntura tradicional/clássica, acupuntura auricular, até a acupuntura de pontos de gatilho e acupuntura de ponto único. A medicina Tradicional Chinesa e a Acupuntura clássica são baseadas no conceito teórico de Yin e Yang e os cinco elementos e explica as doenças e função fisiológica. A aplicação mais ocidental da acupuntura envolve o emprego da acupuntura com o uso de pontos de gatilho, pontos segmentais e pontos de fórmulas comumente utilizadas. A acupuntura médica pode envolver a aplicação da acupuntura baseada em princípios de neurofisiologia e anatomia em vez de princípios da Medicina Tradicional Chinesa e fisiologia. A terapia auricular envolve o uso da orelha para fazer um diagnóstico e o subsequente agulhamento em pontos da orelha.

Há estudos indicando uma preferência pelo tratamento com autoajuda e terapias complementares para a depressão. Trinta estudos e 2.812 participantes foram incluídos na revisão e metanálise, entretanto houve evidências insuficientes de que acupuntura possa ajudar o gerenciamento da depressão.

Conclusões dos autores:

Nós encontramos evidências insuficientes para recomendar o uso de acupuntura para pessoas com depressão. Os resultados foram limitados pelo alto risco de viés na maioria dos estudos que preencheram os critérios de inclusão.

[Leia o Resumo na íntegra](#)

Introdução:

Há interesse na comunidade sobre o uso de terapias complementares e de autoajuda para a depressão. Esta revisão examinou as atuais evidências disponíveis que dão apoio ao uso da acupuntura para tratar a depressão.

Objetivos:

Examinar a efetividade e os efeitos adversos da acupuntura no tratamento da depressão.

Estratégia de busca:

Os seguintes bancos de dados foram pesquisados: CCDAN-CTR (Registro da Central Cochrane de Estudos Controlados sobre Depressão Ansiedade e Neurose – Registro Cochrane de estudos clínicos), MEDLINE (1966 a Dezembro de 2008), EMBASE (1980 a Dezembro de 2008), PSYCINFO (1874 a Dezembro de 2008), Base de Dados de Resumos de Avaliações de Eficácia (DARE), CINAHL (1980 a Dezembro de 2008) e Banco de Dados Wan Fang (a Dezembro de 2008). Os seguintes termos foram usados: depressão, desordem depressiva, transtorno distímico e acupuntura.

Crítérios de seleção:

O critério de inclusão incluiu todos os estudos randomizados publicados ou não publicados que compararam acupuntura com acupuntura “sham”, sem tratamento, tratamento farmacológico, outras psicoterapias estruturadas (terapia comportamental cognitiva, psicoterapia ou aconselhamento), ou o cuidado padrão. Os seguintes modos de tratamento foram incluídos: acupuntura, eletro acupuntura ou acupuntura a laser. Os participantes incluíam homens e mulheres adultos com depressão definida pela descrição do estado clínico, ou diagnosticadas pelo Manual de Diagnóstico e Estatística (MDE-IV), Critérios Diagnósticos de Pesquisa (CDP), Classificação Internacional de Doenças (CID) ou Critérios para Classificação e Diagnóstico de Doenças Mentais (CCDMD).

Coleta dos dados e análises:

Meta-análises foram conduzidas com o risco relativo (RR) para resultados dicotômicos e

diferença de média padronizada para resultados contínuos, com intervalos de confiança (IC) de 95%. Os resultados primários foram redução na gravidade da depressão, medida por escalas de autoclassificação, ou escalas classificadas por médicos e uma melhoria na depressão definida como remissão versus não remissão.

Principais resultados:

Esta revisão é uma atualização e agora contém dados oriundos de 30 estudos. Seguindo pesquisas recentes, foram adicionados 23 novos estudos e anteriormente foram excluídos 11 estudos (devido a doses de medicação abaixo do ideal, nenhum resultado clínico, relatos insuficientes). Trinta estudos com 2.812 participantes foram incluídos na metanálise.

Houve um risco alto de viés na maioria dos ensaios clínicos. Havia evidências insuficientes de um efeito benéfico consistente da acupuntura comparada com um controle da lista de espera ou controle da acupuntura “sham”. Dois estudos revelaram que a acupuntura pode ter um benefício que causa dependência quando combinado com medicação na comparação com medicação exclusiva. Um subgrupo de participantes com depressão como uma comorbidade experimentou uma redução na depressão com acupuntura manual comparada aos inibidores seletivos da recaptação da serotonina (ISRS) (RR 1,66, 95%, IC 1,03, 2,68) (três estudos, 94 participantes). A maioria dos estudos compararam acupuntura manual e eletroacupuntura com medicação e nenhum efeito foi encontrado.

Notas de tradução:

Traduzido por: Cristiane de Cássia Bergamaschi, Universidade de Sorocaba- Uniso; Unidade de Medicina Baseada em Evidências da Unesp, Brasil Contato: portuguese.ebm.unit@gmail.com

Publicada:

20 Janeiro 2010

Autores:

Smith CA, Hay PPJ, MacPherson H

Grupo de Revisão Principal:

[Depression, Anxiety and Neurosis Group \(http://www.ccdan.cochrane.org\)](http://www.ccdan.cochrane.org)