

Daniel Augusto Silva Gentil

Efeito da acupuntura e da moxabustão no desempenho físico de indivíduos sedentários submetidos a teste ergoespirométrico em esteira.

Tese Universidade Federal de São Paulo, Escola Paulista de Medicina
Título de Mestre em Reabilitação
2000

Orientador: Prof. Dr. Jurandyr D´Avila Assumpção
Co-orientadores: Prof. Dr. Turíbio Leite de Barros Neto
Prof. Dr. Ysao Yamamura
Coordenador PG: Prof. Dr. José Roberto B. Jardim

Resumo

Introdução: A Medicina Tradicional Chinesa, descrita há milênios, possui na acupuntura e na moxabustão dois métodos terapêuticos. Esta pesquisa tem o objetivo de estudar os efeitos da acupuntura e da moxabustão no desempenho físico avaliado por meio da ergoespirometria e o efeito sobre a qualidade de vida utilizando-se o questionário SF-36.

Material e Método: Foram selecionados, de maneira aleatória, 31 indivíduos, sedentários, com queixa de cansaço, não portadores de nenhuma doença. Em todos os indivíduos foi realizada anamnese, auto-aplicado o questionário SF-36 e realizado um teste ergoespirométrico em esteira, onde eram analisadas diversas variáveis. Os indivíduos foram casualizados e divididos em 3 grupos: Grupo I (Acupuntura); Grupo II (Acupuntura-Sham) e Grupo III (Controle). Os indivíduos dos Grupos I e II foram submetidos a 10 (dez) aplicações de acupuntura e de moxabustão em pontos de acupuntura pré-estabelecidos para o Grupo I e região de não pontos para o Grupo II, por 5 semanas, sendo 2 aplicações por semana. Após 5 semanas (10 aplicações), o teste ergoespirométrico foi repetido, juntamente com o questionário SF-36. **Resultados:** As aplicações de acupuntura e moxabustão não melhoraram, de forma significativa, o consumo máximo de oxigênio (VO_2 max). Outras variáveis estudadas evidenciaram melhora significativa, entre elas o consumo de oxigênio no limiar anaeróbio (VO_2 LA); velocidade no limiar anaeróbio (VEL LA); gasto calórico (GAST Cal). Observou-se também diminuição significativa da frequência cardíaca quando comparada à velocidade pré e pós-tratamento. O questionário SF-36 mostrou melhora significativa em diversos domínios denotando, segundo o questionário SF-36, melhora na auto-estima e na disposição para vida diária. **Discussão:** Os resultados nos levam a crer que os estímulos periféricos aferentes, que caracterizam a acupuntura (estímulo mecânico e elétrico) e a moxabustão (térmico) alteraram o funcionamento de estruturas e/ou órgãos internos, caracterizando um reflexo somato-visceral. A diminuição da frequência cardíaca durante atividade, a melhora significativa do consumo de oxigênio no limiar anaeróbio e do percentual de aproveitamento simulam efeitos do treinamento desportivo. O Sistema Nervoso Autônomo (com maior destaque para o componente simpático), provavelmente, participa do mecanismo de ação da acupuntura e da moxabustão. **Conclusões:** a acupuntura e a moxabustão, segundo a metodologia utilizada, diminuíram a frequência cardíaca, em relação à velocidade, durante o teste ergoespirométrico em esteira; houve melhora significativa das variáveis: consumo de oxigênio no limiar anaeróbio; gasto calórico; velocidade máxima e no limiar e percentual de aproveitamento; houve melhora clínica da queixa de cansaço segundo o questionário SF-36, segundo a metodologia aplicada.

Palavras Chaves: exercício – fisiologia – acupuntura – moxabustão – ergometria -
espirometria

