

TRATAR A CEFALEIA CRÓNICA COM ACUPUNCTURA?

Vickers AJ, Rees RW, Zollman CE, McCarney R, Smith C, Ellis N, et al. Acupuncture for chronic headache in primary care: large, pragmatic, randomised trial. *BMJ* 2004; doi:10.1136/bmj.38029.421863.EB (publicado em 16 de Março de 2004)

A acupuntura é uma prática terapêutica usada no tratamento sintomático da dor crónica. Uma revisão recente da Cochrane, baseada em 26 estudos, evidencia a existência de benefícios na utilização desta técnica naquela patologia, apesar de concluir existir insuficiências metodológicas nos estudos elaborados até agora.

Os autores deste trabalho tentaram avaliar, em larga escala, os benefícios da acupuntura no alívio sintomático da cefaleia crónica.

O estudo decorreu em 2001, no Reino Unido, tendo envolvido 401 participantes com idades compreendidas entre os 18 e os 65 anos e com história de, pelo menos, 2 episódios de cefaleia por mês. Usaram-se critérios de diagnóstico da IHS (*Interna-*

tional Headache Society) para identificar doentes com enxaqueca e/ou cefaleia tipo tensão. Incluíram-se 205 desses participantes no grupo recebendo tratamento semanal de acupuntura, ficando 196 inseridos no grupo controlo, sujeito à abordagem tradicional em consultas de Medicina Geral e Familiar.

Após um ano de estudo, os autores constataram que a frequência de episódios de cefaleia foi menor no primeiro grupo com uma média de 22 dias a menos no número total de dias com dor, quando comparado com o grupo controlo. A ingestão de fármacos foi inferior em 15% no grupo alvo de tratamentos por acupuntura. Os doentes desse grupo recorreram 25% menos a consultas de medicina convencional e o número de dias de ausência laboral foi inferior em 15%.

Assim os autores concluíram existir resultados positivos na abordagem da cefaleia crónica com o uso de acupuntura e defenderam a participação desta terapia pelo sistema nacional de saúde.

Nelson Calado
C.S. Seixal