

## Uso do método Padrão Ouro de Ventosaterapia para alívio da dorsalgia: relato de caso

### Use of the Golden Standard of Cupping Therapy methodo to relieve back pain: case report

Wesley Gavioli Silva

Graduando do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, campus de Três Lagoas, MS. e-mail: wesley.gavioli@ufms.br

Ilda Estefani Ribeiro Marta

Docente do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, campus de Três Lagoas, MS. e-mail: estefani.marta@ufms.br

Sabrina de Almeida Silva

Mestranda da Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, campus de Três Lagoas, MS. e-mail: sabrina.almeida@ufms.br

## RESUMO

**Introdução:** A ventosaterapia constitui um dos recursos da medicina tradicional chinesa. A literatura sobre esta temática demonstra a utilização de métodos distintos de raciocínio clínico e aplicação. Neste relato foi utilizado o Padrão Ouro de Ventosaterapia, método que vem sendo aplicado e os resultados registrados há mais de uma década. **Objetivo:** Relatar a utilização de ventosaterapia no processo de cuidar de uma pessoa com dorsalgia. **Relato de caso:** Trata-se de um relato de caso versando sobre a utilização do método Padrão Ouro de Ventosaterapia no contexto do projeto de extensão denominado “Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: ampliando o cuidado na atenção básica”, desenvolvido na Clínica Escola Integrada, por docentes, pós-graduandos, técnico administrativo e discentes dos cursos de graduação em enfermagem e medicina da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul e a Secretaria Municipal de Saúde de Três Lagoas, MS. A participante, do sexo feminino, 44 anos, relatou dorsalgia crônica, sono não restaurador, estresse, irritabilidade, sintomas menstruais desagradáveis, cansaço, falta de energia, e maus hábitos alimentares. Foram realizadas seis sessões semanais de ventosaterapia e orientações sobre hábitos alimentares saudáveis, de acordo com a medicina tradicional chinesa. Para mensuração da intensidade da dor foi utilizada a Escala Visual Analógica com pontuação de zero a dez; a avaliação da qualidade do sono se deu pelo Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh; para avaliar estados emocionais foi utilizada a Escala de Ansiedade, Depressão e Estresse-21, todos os instrumentos foram aplicados antes da primeira e da sexta sessão. **Resultados e discussão:** A comparação antes-depois dos instrumentos de mensuração da dor e qualidade do sono evidenciaram remissão total da dorsalgia e melhora da qualidade do sono. A Escala de Ansiedade, Depressão e Estresse-21 revelou valores dentro da normalidade nas duas aplicações, mesmo assim a participante relatou maior tranquilidade em situações do cotidiano. Houve redução da duração dos sintomas menstruais e melhora na regularidade e qualidade das refeições. **Conclusão:** Não obstante a limitação da produção de evidências científicas deste tipo de estudo, o presente relato demonstra o potencial desta prática integrativa em casos de dorsalgia, apontando caminhos para novas investigações. **Palavras-chave:** Dor nas costas; Ventosaterapia; Terapias complementares; Relato de caso.

## ABSTRACT

**Introduction:** Cupping therapy is one of the resources of traditional chinese medicine. A literature on this subject demonstrates the use of different methods of clinical reasoning and application. In this report, was used the Gold Standard of Cupping Therapy, a method that has been applied and the results recorded for over a decade. **Objective:** To report on the use of cupping therapy in the process of caring for a person with back pain. **Case report:** This is a case report on the use of the Gold Standard method of Ventosaterapia in the context of the extension project called "Integrative and Complementary Practices in Health: expanding care in primary care", developed at the Integrated School Clinic by teachers, postgraduate students, administrative technicians and students from the nursing and medicine courses at the Federal University of Mato Grosso do Sul and the Três Lagoas Municipal Health Department, MS. The 44-year-old female participant reported chronic back pain, non-restorative sleep, stress, irritability, unpleasant menstrual symptoms, tiredness, lack of energy and poor eating habits. Six weekly sessions of cupping therapy and guidance on healthy eating habits were carried out, according to traditional chinese medicine. To measuring pain intensity, the Visual Analogue Scale was used with a score from zero to ten; sleep quality was assessed using the Pittsburgh Sleep Quality Index; to assess emotional states, the Anxiety, Depression and Stress Scale-21 was used, all instruments were applied before the first and sixth session. **Results and discussion:** The before-after comparison of the instruments for measuring pain and sleep quality showed complete remission of back pain and improvement in sleep quality. The Anxiety, Depression and Stress Scale-21 revealed values within normal limits in both applications, even so the participant reported greater tranquility in everyday situations. There was a reduction in the duration of menstrual symptoms and an improvement in the regularity and quality of meals. **Conclusion:** Despite the limited production of scientific evidence for this type of study, this report demonstrates the potential of this integrative practice in cases of back pain, pointing to for further research.

**Keywords:** Back pain; Cupping therapy; Complementary therapies; Case report.

## INTRODUÇÃO

A dor na coluna, de acordo com a Classificação Internacional das Doenças (CID- 11), é uma condição caracterizada por dor nas costas que, geralmente, se origina nos músculos, nervos, ossos, articulações ou outras estruturas da coluna<sup>1</sup>.

A dor na coluna torácica constitui um grupo de condições caracterizadas por dor percebida, em qualquer parte da região delimitada superiormente por uma linha transversal que passa pela ponta do processo espinhoso da primeira vértebra torácica, inferiormente por uma linha transversal que passa pela ponta do processo espinhoso da décima segunda vértebra torácica, e lateralmente por linhas verticais seguindo as margens laterais dos músculos eretores da coluna<sup>1</sup>.

O termo dorsalgia também é usado para dor em qualquer região das costas, neste relato, é utilizado como sinônimo de dor na região torácica, sendo considerada crônica porque persiste por mais de três meses<sup>1</sup>.

Uma pesquisa com objetivo de revisar as publicações realizadas para estimar a prevalência de dor crônica na população brasileira, após análise de 10 artigos, demonstrou que a prevalência de dor crônica dos trabalhos analisados variou de 29,3% a 73,3%, tendo afetado mais mulheres que homens e o local mais prevalente foi a região dorsal e lombar<sup>2</sup>.

Em uma revisão sistemática, com objetivo de identificar a prevalência da dor crônica no Brasil, considerando suas regiões geográficas e subclassificações de acordo com a International Association for the Study of Pain (IASP), foi demonstrada uma prevalência de 45,59%, considerada alta, principalmente em mulheres e idosos; a localização predominante da dor foi na coluna lombar e o mecanismo de dor mais relatado nos estudos revisados foi o nociceptivo<sup>3</sup>.

Dentro da racionalidade da medicina tradicional chinesa (MTC) algumas condições podem estar relacionadas com a origem da dor, dentre elas, o ataque de agentes externos, como o vento e a umidade; alterações na circulação de sangue e qi, ou energia vital, nos canais energéticos e alterações nas funções energéticas dos órgãos<sup>4</sup>.

As dores nas costas, no contexto da MTC, também podem ser compreendidas pelas teorias zang fu e yin yang. O termo zang se refere aos órgãos fígado, coração, baço, pulmão e rim; fu corresponde às vísceras vesícula biliar, intestino delgado, estômago, intestino grosso e bexiga<sup>4</sup>.

Yin e yang são duas polaridades que se complementam caracterizando a natureza cíclica e dual do universo. Dentre outros aspectos o yang representa o calor, a expansão e o movimento; o yin representa o frio, a retração e o repouso<sup>4,5</sup>.

A atividade energética dos zang fu gera catabólitos energéticos, de características yang, que são conduzidos para seu ponto shu correspondente. Os pontos shu dorsais estão localizados no dorso, sobre a primeira linha do canal principal da bexiga. Por meio da função energética dos pontos shu, os catabólitos descem pelo canal principal da bexiga que, no pé, se une ao canal de energia principal dos rins, sendo assim eliminados por meio da urina<sup>4</sup>.

Em excesso os catabólitos de natureza yang podem se acumular ao nível dos pontos shu dorsais, bloqueando a circulação de qi do canal principal da bexiga, ocasionando o aparecimento de dorsalgia, lombalgia, sacralgia, ciática, dores nas partes posteriores dos glúteos, dentre outras<sup>4</sup>.

Uma das possibilidades terapêuticas da dor, no contexto das teorias zang fu e yin e yang, é a aplicação de ventosas.

A ventosaterapia é uma antiga prática terapêutica da MTC, tendo sido também utilizada por diferentes culturas e épocas, sem qualquer relação com as teorias e métodos da racionalidade tradicional chinesa<sup>6</sup>.

Consiste em uma prática de origem oriental, que utiliza sucção nos canais de energia para estímulo dos pontos de acupuntura. Pode ser aplicada de forma fixa sobre o ponto de acupuntura, ou de forma deslizante ao longo dos canais de energia, mantendo a sucção<sup>7</sup>.

Ao longo dos períodos históricos diversos objetos tem sido utilizados para promover a sucção da pele e tecidos superficiais, dentre eles chifre de origem bovina, copos de bambu, copos de vidro comum e específico para ventosaterapia; para gerar vácuo é passada uma chama de fogo no interior desses objetos, permitindo assim a sucção tecidual quando colocado sobre a pele. Na atualidade, são frequentemente utilizados copos de acrílico, neste caso o vácuo é produzido pela extração do ar, realizada por bomba manual ou aparelhos eletrônicos<sup>6</sup>.

A literatura sobre esta temática demonstra a utilização de métodos distintos de raciocínio clínico e aplicação de ventosaterapia. Neste relato é utilizado o Padrão Ouro de Ventosaterapia, método sistematizado pelo fisioterapeuta, especialista em acupuntura e eletroacupuntura e mestre em farmacologia, Rafael Prado Amaral Paes, falecido no ano de 2023. Em sua prática clínica e na atuação como professor de acupuntura o autor procurava aproximar os conhecimentos milenares da medicina chinesa com a ciência moderna, demonstrando em sua dissertação de mestrado que a eletroacupuntura aumentou a expressão de receptores canabinoides nos neurônios e na glia, na via trigeminal periférica e central em modelo de dor inflamatória da articulação temporomandibular de ratos<sup>8</sup>.

O método Padrão Ouro de Ventosaterapia une a visão energética presente nos fundamentos da MTC, os conhecimentos científicos modernos disponíveis sobre a psiconeuroimunoendocrinologia e a experiência clínica de doze anos do autor<sup>9-11</sup>. O sistematizador, em vida, descreveu o método detalhadamente em um livro que será publicado no início do ano de 2024; no momento, dispomos apenas de plataforma digital para acesso aos conteúdos teóricos e práticos desenvolvidos pelo autor<sup>12</sup>.

No ano de 2019 foi criada a Comunidade Padrão Ouro de Ventosaterapeutas com objetivo de oferecer cursos, atualizações, mentorias e discussão de casos

clínicos, via plataforma digital e encontros presenciais. Apesar da morte prematura do seu criador a comunidade continua ativa, atualmente com mil e cem membros<sup>12</sup>.

O presente estudo objetiva relatar a utilização de ventosaterapia, método Padrão Ouro, no processo de cuidar de uma pessoa com dorsalgia.

## **RELATO DE CASO**

O atendimento que gerou o presente relato se deu no contexto do projeto de extensão universitária denominado “Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: ampliando o cuidado na atenção básica” que envolve docentes, pós-graduandos, técnico administrativo e discentes dos cursos de graduação em enfermagem e medicina da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul e a Secretaria Municipal de Saúde de Três Lagoas, MS. No referido projeto o método Padrão Ouro de Ventosaterapia é utilizado há três anos, com registros em prontuários individuais que apontam resultados favoráveis e ausência de efeitos negativos.

Em atendimento ao estabelecido na Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012, que dispõe sobre as diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos e a Carta Circular nº 166 de 12 de junho de 2018, que esclarece acerca da tramitação dos estudos do tipo relato de caso no sistema CEP/CONEP para a área biomédica, o presente relato foi realizado com a obtenção do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido da participante e encaminhado ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. O presente relato será apresentado em formato de trabalho de conclusão de curso para obtenção do título de bacharel em Enfermagem.

A participante foi uma mulher de 44 anos de idade, viúva, declarou afiliação religiosa ao espiritismo kardecista, exerce a profissão de operadora de caixa em farmácia. Durante o período de atendimento com ventosaterapia não fazia uso de medicamentos.

Na avaliação inicial a queixa principal foi dorsalgia há mais de um ano. Para avaliação da dor foi utilizada a Escala Visual Analógica (EVA), aplicada antes e após cada sessão. Essa escala é unidimensional e permite quantificar a intensidade da dor. A escala foi apresentada como uma linha reta, horizontal, de dez centímetros, não numerada, constando na extremidade esquerda as palavras sem dor e na extremidade direita pior dor possível. A participante foi instruída a marcar um ponto

nessa linha, correspondente à intensidade da dor que estava sentindo no momento. O escore foi obtido medindo-se, com régua, a distância entre o ponto sem dor, correspondendo ao valor zero e a marca feita pela participante. A intensidade da dor, antes da primeira sessão foi sete.

Informou não ter sono restaurador, dorme apenas cinco horas por noite, se deita às vinte e uma horas e acorda as duas horas. Para a avaliação da qualidade de sono foi utilizado o Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI)<sup>13</sup>. Esse instrumento é constituído por sete componentes com pontuação de zero a três, de forma que a pontuação máxima é de vinte e um pontos. Um escore global superior a cinco indica má qualidade do sono. A seguir é apresentada a pontuação para cada componente e o escore final.

Quadro 1- Pontuação do escore do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh-PSQI, antes da primeira sessão de ventosaterapia.

<b>COMPONENTES</b>	<b>PONTUAÇÃO - ANTES DA 1ª SESSÃO</b>
Qualidade subjetiva do sono	2
Latência do sono	2
Duração do sono	3
Eficiência habitual do sono	0
Distúrbio do sono	1
Uso de medicação para dormir	0
Disfunção durante o dia	3
<b>Escore total</b>	<b>11</b>

FONTE: AUTORES (2023)

A participante alegou sentir-se cansada emocionalmente por conta do óbito do marido que aconteceu há cerca de seis anos, na época não vivenciou o luto por conta das responsabilidades que precisou assumir junto aos seus três filhos, acumulando os serviços domésticos com a atividade remunerada. Quanto à percepção de si mesma define-se como ansiosa, de irritabilidade fácil e têm reações exacerbadas de estresse diante das adversidades do seu cotidiano. Antes da primeira e da sexta sessão foi aplicada a Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21)<sup>14</sup>, os

escores das três subescalas permaneceram no intervalo de normalidade nas duas ocasiões.

No decorrer da entrevista relatou ainda, cansaço físico, falta de energia, tosse seca há um mês, reconhece maus hábitos alimentares, que atribui ao seu horário de trabalho, almoça após as quinze horas, no jantar come pão ou bolachas.

Relatou ainda que há um ano, mensalmente, apresenta dores em membros inferiores, mastalgia e cefaleia, no primeiro e último dia do período menstrual.

Foram realizadas seis sessões de ventosaterapia de acordo com o Método Padrão Ouro, com periodicidade semanal.

Neste método, os dados são coletados com enfoque nas queixas principais, na duração das mesmas, observação e questionamentos sobre características de excesso ou deficiência energética e condições associadas aos zang, questionamentos sobre contraindicações relativas e absolutas para a ventosaterapia, dentre elas, primeiro trimestre de gravidez, uso de medicações anticoagulantes, presença de hemorragias, febre e doenças infecciosas.

No quadro a seguir são apresentadas as queixas associadas a cada zang e o detalhamento do uso da ventosaterapia em cada sessão.

Quadro 2- Descrição das intervenções com ventosaterapia, segundo o método Padrão Ouro, por sessão.

SESSÃO	AVALIAÇÃO DOS ZANG	DESCRIÇÃO DO MÉTODO	LOCAIS DE FIXAÇÃO DAS VENTOSAS	PRESSÃO	TEMPO (MIN)
1 <sup>a</sup> 26/05/2023		Equilíbrio ganglionar	Ao longo do trajeto dorsal do canal vaso governador (VG)	2	3
	Problemas visuais Irritabilidade Cefaleia Problemas relacionado a menstruação Dor muscular	Reforço do centro energético do fígado	Região das vértebras torácicas 8, 9 e 10; acupontos Bexiga (B)18 (ganshu) e B 47 (hunmen), bilateralmente	2	3

	Palpitação Taquicardia Insônia	Reforço do centro energético do coração	Região das vértebras torácicas 4, 5 e 6; acupontos B15 (xinshu) e B 44 (shentag), bilateralmente	2	3
2ª 02/06/2023		Equilíbrio ganglionar	Ao longo do trajeto dorsal do VG	2	3
	Taquicardia Insônia	Reforço do centro energético do coração	Região das vértebras torácicas 4, 5 e 6; acupontos B15 e B 44, bilateralmente	2	3
	Rinite Tosse frequente Tristeza	Reforço do centro energético do pulmão	Região das vértebras torácicas 2,3 e 4; acupontos B13 (feishu) e B 42 (pohu), bilateralmente	2	3
3ª 07/06/2023		Equilíbrio ganglionar	Ao longo do trajeto dorsal do VG	2	3
	Insônia	Reforço do centro energético do coração	Região das vértebras torácicas 4, 5 e 6; acupontos B15 e B 44, bilateralmente	2	3
	Rinite Tosse frequente	Reforço do centro energético do pulmão	Região das vértebras torácicas 2, 3 e 4; acupontos B13 e B 42, bilateralmente	2	3
4ª 21/06/2023		Equilíbrio ganglionar	Ao longo do trajeto dorsal do VG	2	3
	Problemas visuais Dor muscular Problemas relacionadas a menstruação	Reforço do centro energético do fígado	Região das vértebras torácicas 8, 9 e 10; acupontos B18 e B 47, bilateralmente	2	3



	Insônia	Reforço do centro energético do coração	Região das vértebras torácicas 4,5 e 6; acupontos B15 e B 44, bilateralmente	2	3
5ª 30/06/2023		Equilíbrio ganglionar	Ao longo do trajeto dorsal do VG	2	3
	Rinite Tosse frequente	Reforço do centro energético do pulmão	Região das vértebras torácicas 2,3 e 4; acupontos B13 e B 42, bilateralmente	2	3
		Técnica dos 3 tesouros	Vaso Conceção (VC)17 (danzhong) VC 12 (zhongwan) VC4 (guanyuan)	2	3
6ª 04/07/2023		Equilíbrio ganglionar	Ao longo do trajeto dorsal do VG	2	3
	Tosse com menor frequência	Reforço do centro energético do pulmão	Região das vértebras torácicas 2,3 e 4; acupontos B13 e B 42, bilateralmente	3	3
	Queda de cabelo um pouco mais acentuada que o habitual	Reforço do centro energético do rim	Região das vértebras lombares 1, 2 e 3; acupontos B23 e B 52, bilateralmente	3	3
		Técnica dos 3 tesouros	VC17 VC12 VC4	2	3

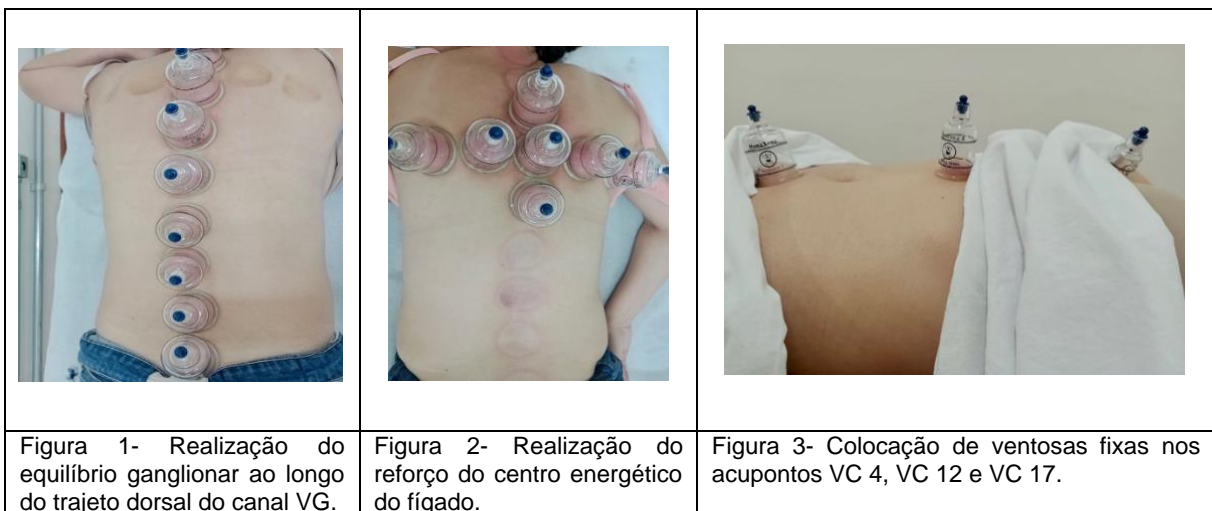
FONTE: AUTORES (2023)

No método Padrão Ouro de Ventosaterapia, a sessão se inicia com o equilíbrio ganglionar (Figura 1), que consiste na colocação de ventosas fixas ao longo do trajeto dorsal do canal de energia VG ou ao longo da primeira linha do canal da bexiga, bilateralmente; este procedimento promove, dentre outros, o relaxamento da

musculatura local, melhora o fluxo de qi e sangue ao longo do canal e auxilia no equilíbrio yin yang<sup>11</sup>.

De acordo com a associação das queixas da participante, foram realizados reforços nos centros energéticos dos zang. A título de exemplo, na primeira sessão, o relato de irritabilidade, cefaleia e desconfortos menstruais foram associados ao zang fígado, desta forma foi realizado o reforço utilizando acupontos da área correspondente ao ponto shu do fígado, B18, na primeira linha do canal da bexiga, assim como no ponto B47, na segunda linha do canal da bexiga (Figura 2). Os pontos da primeira linha do canal da bexiga tratam, mais comumente, os problemas fisiológicos e os da segunda linha, as questões emocionais.

A associação dos acupontos VC17, VC12 e VC4, é denominada como três tesouros (Figura 3). Individualmente, estes acupontos tem várias ações e indicações, no caso deste relato foram estimulados ao mesmo tempo, com intuito de preservar e fortalecer a mente/espírito, o qi e a essência ancestral <sup>11</sup>.



Considerando a dinâmica vital no contexto da MTC, no que concerne à produção de qi, foi discutida com a participante a possibilidade de manter os horários regulares das refeições, assim como a ingestão de alimentos nutritivos para aumento da energia vital.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Em relação a dorsalgia os valores da EVA demonstraram remissão total da dor. O quadro a seguir ilustra os valores obtidos.

Quadro 3- Intensidade da dor antes e depois de cada sessão de ventosaterapia.

VALORES DA EVA		
SESSÃO	ANTES DA SESSÃO	DEPOIS DA SESSÃO
1ª Sessão - 26/05/2023	7	2
2ª Sessão - 02/06/2023	3	0
3ª Sessão - 07/06/2023	0	0
4ª Sessão - 21/06/2023	0	0
5ª Sessão - 30/06/2023	0	0
6ª Sessão - 04/07/2023	0	0

FONTE: AUTORES (2023)

Algumas falas da participante corroboraram os dados quantitativos, antes da segunda sessão a participante verbalizou *“na primeira sessão sai daqui sem dor, hoje que começou a voltar, mas muito sutil, eu sai daqui muito bem.”*

Na literatura consultada não foram encontrados estudos que citam o uso da ventosaterapia em dorsalgia, a maioria dos estudos com músculos esqueléticos focam a lombalgia ou a dor nas costas, sem especificar a região.

Resultados não promissores com o uso da ventosaterapia foram encontrados em um ensaio clínico randomizado, no qual os 45 participantes do grupo experimental receberam oito sessões semanais de ventosaterapia, com colocação de ventosas fixas, sem sangria, paralelas às vértebras lombares 1 e 5, utilizando duas pressões da bomba de vácuo, durante dez minutos e 45 participantes do grupo controle receberam o mesmo procedimento, no entanto, as ventosas continham pequenos orifícios que permitiam a liberação da pressão negativa em torno de três segundos. Os resultados demonstraram, enquanto desfecho primário, que a redução da intensidade da dor foi semelhante em ambos os grupos. Quanto aos desfechos secundários, não foram confirmados benefícios para a função física, mobilidade, amplitude de movimento do tronco, qualidade de vida, ansiedade, depressão e uso de medicamentos. Estes resultados se repetiram após as sessões e após quatro e oito semanas seguintes<sup>15</sup>.

Resultados favoráveis ao uso da ventosaterapia foram encontrados em um ensaio clínico experimental, com pessoas apresentando lombalgia inespecífica, no

qual o grupo experimental composto por 18 pessoas recebeu uma sessão única, com colocação de ventosas de acrílico, fixas, sem sangria, bilateralmente nos acupontos B23, B24 e B25, utilizando duas pressões na bomba de vácuo por quinze minutos. Para o grupo controle, composto por 20 pessoas, a simulação foi realizada da mesma forma, porém, usando ventosas com um pequeno orifício, causando a liberação da pressão negativa. Os participantes não sabiam se receberam ventosas verdadeiras ou falsas. Foram feitas medições antes do tratamento, imediatamente após o tratamento com ventosas e uma semana após a intervenção. Para o grupo experimental houve diminuição significativa da dor e da incapacidade funcional. Nenhuma diferença significativa foi encontrada no grupo controle<sup>16</sup>.

No presente relato, os escores do instrumento utilizado para avaliação da qualidade do sono demonstrou presença de distúrbio do sono antes da primeira sessão e, boa qualidade do sono antes da última sessão, conforme demonstrado no quadro a seguir.

Quadro 4- Pontuação dos escores do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh-PSQI, antes da primeira e antes da última sessão de ventosaterapia.

<b>COMPONENTES</b>	<b>PONTUAÇÃO - ANTES DA 1ª SESSÃO</b>	<b>PONTUAÇÃO - ANTES DA 6ª SESSÃO</b>
Qualidade subjetiva do sono	2	0
Latência do sono	2	1
Duração do sono	3	0
Eficiência habitual do sono	0	0
Distúrbio do sono	1	1
Uso de medicação para dormir	0	0
Disfunção durante o dia	3	1
<b>Escore total</b>	<b>11</b>	<b>3</b>

FONTE: AUTORES (2023)

Na entrevista realizada antes da segunda sessão a participante verbalizou *“essa semana deitei, dormi [...] senti que foi um sono que revitalizou [...] não acordei com dor no corpo, não acordei parecendo que estava quebrada.”*

Em um estudo longitudinal controlado, 67 pacientes com insônia primária foram randomizados para tratamento com benzodiazepínicos, tratamento com ventosas ou grupo controle de lista de espera; o grupo tratamento com ventosaterapia recebeu oito sessões, sendo duas por semana. O PSQI, o volume de substância cinzenta e a conectividade funcional em estado de repouso do hipocampo foram medidos no início e no final do experimento. Os resultados demonstraram diminuição significativa das pontuações do PSQI nos grupos de tratamento com ventosas e benzodiazepínicos em comparação com o grupo de controle, sem diferenças significativas entre os dois grupos de tratamento; aumento significativo da substância cinzenta no grupo de ventosaterapia em comparação ao grupo controle no hipocampo direito após quatro semanas de tratamento; aumento significativo da conectividade funcional em estado de repouso entre o hipocampo direito e o córtex cingulado anterior rostral esquerdo e córtex pré-frontal medial nos dois grupos de tratamento, o que foi significativamente associado à diminuição do escore do PSQI. Os achados sugerem que os benzodiazepínicos e a ventosaterapia podem compartilhar um mecanismo comum para aliviar os sintomas de pacientes com insônia primária<sup>17</sup>.

Em relação às queixas de cansaço, irritabilidade e falta de energia, destacamos as falas obtidas durante as entrevistas:

*“Estou me sentindo mais equilibrada, mais confiante, tipo assim acontece coisas no cotidiano, mas não estou dando tanta importância, vou deixar mais leve.”*

*“A parte emocional, você acredita? Eu estava bem insegura, achando que todo mundo era melhor que eu, mas eu tô tranquila quanto a isso [...] eu estou vendo que eu sou capaz. Essa semana eu tô tão tranquila fui, limpei, sem falar nada.”*

Uma das falas demonstra a mudança de hábitos alimentares:

*“Estou levando mais saladinha, salada e carne [...] arroz e feijão [...] estou comendo meio dia.”*

Na última sessão não apresentou mais a tosse seca e relatou que no último ciclo menstrual, ocorrido durante o período das sessões de ventosaterapia, teve apenas leve incômodo abdominal apenas no primeiro dia do ciclo.

Estas falas são relevantes uma vez que a dor crônica é multifatorial, uma vez que, aspectos biológicos, emocionais, cognitivos e sociais contribuem para a síndrome dolorosa.

Dentre os possíveis mecanismos de ação da ventosaterapia, a partir de uma perspectiva da medicina moderna estão o aumento da circulação sanguínea para o local tratado, melhorando a nutrição e oxigenação dos tecidos e removendo catabólitos armazenados; ativação do sistema imunológico; do sistema de controle da dor no corno posterior da medula espinhal; da resposta descendente modulatória da dor, ação na zona reflexa entre nervo e pele e liberação de óxido nítrico<sup>18</sup>.

A partir de uma parceria do Ministério da Saúde brasileiro com o Centro Latino-Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (BIREME/OPAS/OMS) estão sendo produzidos Mapas de Evidências<sup>19</sup> sobre a aplicação clínica das práticas integrativas inseridas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares<sup>20</sup>, aprovada no ano de 2006, que inclui a ventosaterapia como recurso da MTC. No mapa de evidências de ventosaterapia foram incluídos 25 estudos de revisão sendo, dezesseis sistemáticas com metanálise, cinco revisões sistemáticas de estudos controlados randomizados, três revisões sistemáticas, e uma metanálise, publicados entre 2010 e 2020. A maior parte dos estudos reportou efeito positivo (n=14) ou potencialmente positivo (n=20) para as intervenções/desfechos analisados. Não houve estudos com efeitos negativos. A ventosaterapia parece ser benéfica para diversos desfechos em saúde, com destaque para o alívio das dores cervical e lombar<sup>19</sup>.

## **CONCLUSÕES**

Não obstante a limitação da produção de evidências científicas deste tipo de estudo, o presente relato demonstra o potencial desta prática integrativa em casos de dorsalgia, apontando caminhos para novas investigações.

Os resultados demonstraram remissão total da dorsalgia, queixa principal da participante. Foram observados resultados promissores também em aspectos emocionais e sociais.

Ressaltamos que a participante foi esclarecida sobre o caráter integrativo e complementar desta terapia, o que não substituiu o diagnóstico e tratamento por outras categorias profissionais.

Os autores declaram não haver conflito de interesse.

## REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. International Classification of Diseases 11th revision [Internet]. 2022 [cited 2023 Aug 19]. Available in: <https://www.who.int/standards/classifications/classification-of-diseases>
2. Vasconcelos FH, Araújo GC. Prevalência de dor crônica no Brasil: estudo descritivo. Br J Pain [Internet]. 2018 Abr-Jun [citado 2 Set 2023]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/wVVtLWT9847X8MNbGtstM8h/abstract/?lang=pt>
3. Aguiar DP, Souza CP de Q, Barbosa WJM, Santos-Júnior FFU, Oliveira AS de. Prevalence of chronic pain in Brazil: systematic review. Brazilian Journal Of Pain [Internet]. 2021 [cited 2023 Aug 28]. Available in: <https://brjp.org.br/article/doi/10.5935/2595-0118.20210041>
4. Yamamura Y. Acupuntura: tradicional: a arte de inserir. 2. ed. São Paulo: Roca; 2001.
5. Luz D. Medicina tradicional chinesa, racionalidade médica. In: Luz MT, Barros NF, organizadores. Racionalidades médicas e práticas integrativas em saúde: estudos teóricos e empíricos. Rio de Janeiro: UERJ/ IMS/LAPPIS; 2012. p. 103-152.
6. Silva Filho RC. Ventosaterapia chinesa. São Paulo: EBM; 2015.
7. Ministério da Saúde (BR). Secretaria-Executiva. Secretaria de Atenção à Saúde. Glossário temático: práticas integrativas e complementares em saúde. [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde, 2018 [citado 19 Ago 2023]. Disponível em: [https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario\\_tematico\\_praticas\\_integrativas\\_complementares.pdf](https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_tematico_praticas_integrativas_complementares.pdf)
8. Paes RPA. Eletroacupuntura aumenta a expressão de receptores canabinóides em neurônio e glia na via trigeminal periférica e central em modelo de dor inflamatória da articulação temporomandibular em ratos[dissertação]. Fortaleza (CE): Universidade Federal do Ceará; 2019.

9. Paes RPA. A aula mais esperada de todos os tempos - Parâmetros da ventosaterapia [Internet]. 2020 abr 21 [citado 9 Set 2023]. Vídeo: 26 min. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=4oiviYI1BDc>
10. Paes RPA. Visão científica da ventosaterapia Padrão Ouro [Internet]. 2022 nov 3 [citado 9 Set 2023]. Vídeo: 90 min. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=SM2Vh0J2ZO8>
11. Paes RPA. Aplicando a Ventosaterapia Padrão Ouro [Internet]. 2022 nov 17 [citado 9 Set 2023]. Vídeo: 70 min. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=LGftuwHQ-Z4&t=154s>
12. Comunidade de ventosaterapeutas padrão ouro. <https://alunos.rafaelpradopaes.com/38883-padroo-ouro-da-ventosaterapia-4-0>
13. Buysse DJ, Reynolds III CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research [Internet]. *Psychiatry Res.* 1989 [cited 2023 Aug 19]. Available in: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0165178189900474?via%3Dihub>
14. Vignola RCB, Tucci AM. Adaptation and validation of the depression, anxiety and stress scale (DASS) to Brazilian portuguese [Internet]. *J Affect Disord.* 2014 [cited 2023 Aug 19]. Available in: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032713007738?via%3Dihub>
15. Silva HJA, Barbosa GM, Scattone Silva R, Saragiotto BT, Oliveira JMP, Pinheiro YT, et al. Dry cupping therapy is not superior to sham cupping to improve clinical outcomes in people with non-specific chronic low back pain: a randomised trial. *Journal of Physiotherapy* [Internet]. 2021 Apr [cited 2023 Aug 28]. Available in: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1836955321000175?via%3Dihub>
16. Volpato MP, Breda ICA, de Carvalho RC, de Castro Moura C, Ferreira LL, Silva ML, et al. Single Cupping therapy session improves pain, sleep, and disability in patients with nonspecific chronic low back pain. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies* [Internet]. 2019 Nov 21 [cited 2023 Aug 28]. Available in: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2005290119302006>
17. Feng F, Yu S, Wang Z, Wang J, Park J, Wilson G, et al. Non-pharmacological and pharmacological interventions relieve insomnia symptoms by modulating a shared network: a controlled longitudinal study. *NeuroImage: Clinical* [Internet]. 2019 [cited 2023 Sep 9]. Available in: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30878612/>
18. Al-Bedah AMN, Elsubai IS, Qureshi NA, Aboushanab TS, Ali GIM, El-Olemy AT, Khalil AAH, Khalil MKM, Alqaed MS. The medical perspective of cupping therapy: effects and mechanisms of action. *J Tradit Complement Med* [Internet]. 2018 Apr 30 [cited 2023 Sep 19]. Available in: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2225411018300191?via%3Dihub>



19. Mapa de evidências efetividade clínica da ventosaterapia [Internet]. São Paulo: BIREME/OPAS/OMS. 2022 [citado 7 Out 2023]. Disponível em: <https://mtci.bvsalud.org/pt/mapa-de-evidencias-ventosaterapia/>

20. Ministério da Saúde (BR). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPIC-SUS. [Internet]. Brasília: Ministério da Saúde; 2006 [citado 7 Out 2023]. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf>