

ARTIGO CIENTÍFICO

Acupuntura Estética e Moxaterapia no Tratamento e Prevenção do Envelhecimento Facial

Ana Paula Morastoni¹ – Acadêmica do Curso de Cosmetologia e Estética da Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI, Balneário Camboriú, Santa Catarina.

Gabriela Moreira² – Acadêmica do Curso de Cosmetologia e Estética da Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI, Balneário Camboriú, Santa Catarina.

Melissa Costa dos Santos³ – Farmacêutica; Professora do Curso de Cosmetologia e Estética da Universidade do Vale do Itajaí – UNIVALI, Balneário Camboriú, Santa Catarina.

Contatos

¹anamorastoni@tpa.com.br

²gabriela.moreira_@hotmail.com

³melissacostasantos@yahoo.com.br

RESUMO

O envelhecimento cutâneo facial é um processo no qual todos passam, alguns de maneira mais rápida e severa, e outros de maneira mais lenta e não tão expressiva. Isso dependerá, entre outros fatores, da qualidade de vida de cada um, que se relaciona com o equilíbrio energético, ou seja, as mudanças internas trazem resultados externos, e, portanto, não basta tratar a consequência do envelhecimento sem tratar a causa. Assim, o objetivo geral deste estudo é apresentar e descrever, através da revisão bibliográfica, o uso da acupuntura estética e moxaterapia no tratamento e prevenção do envelhecimento facial. Contudo, também pretende mostrar como ocorre o processo de envelhecimento dentro da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e o envelhecimento fisiológico convencional, além de sugerir um protocolo de tratamento. Como destaque, pode-se observar a acupuntura e a moxaterapia, técnicas milenares da MTC, trazendo excelentes resultados para a pele, deixando-a naturalmente mais jovem, não sendo agressivas e a um custo relativamente inferior às técnicas convencionais. Porém, mais estudos se fazem necessários para confirmar os dados apresentados e assegurar a eficácia das técnicas estudadas na prevenção e tratamento do envelhecimento facial.

Palavras chaves: envelhecimento, acupuntura, moxaterapia.

INTRODUÇÃO

A ação que todos estão sujeitos e que compreende o ciclo vital do organismo é o envelhecimento. Envelhecer nada mais é que a diminuição geral das funções do organismo e é um processo esperado, previsível, inevitável e progressivo (GABRIEL E GOMES, 2006; GILCHREST E KRUTMANN, 2007; GUIRRO E GUIRRO, 2004; HARRIS, 2005; E KEDE, 2004). Pode ser tanto intrínseco, desgaste natural do organismo, quanto extrínseco, ocasionado pela ação dos raios ultravioletas. E outro fator muito importante é a qualidade do envelhecimento que está diretamente relacionada com a qualidade de vida à qual o organismo foi submetido.

Um dos fatores demográficos mais importantes da atualidade, segundo Kede (2004), é o enorme aumento da população de idosos. Este grupo populacional busca por modalidades de intervenção que melhorem sua aparência e revertam os sinais do envelhecimento, já que todos querem permanecer jovens, com uma aparência bonita e assim com a auto-estima elevada, principalmente quando se referencia a face por ser seu “cartão de visita”.

Paralelo a isso, percebe-se de forma crescente a procura por tratamentos alternativos, tal qual a Medicina Tradicional Chinesa (MTC), com um enfoque mais natural e menos agressivo ao organismo humano, ao contrário de muitos tratamentos convencionais, como cirurgias plásticas, peelings, preenchedores, que envolvem certo risco e são de custo elevado.

Segundo a MTC o indivíduo deve ser visto como um todo, ou seja, ele tem que estar com seu organismo equilibrado para assim refletir no seu exterior saúde e beleza, buscando sempre focar o tratamento nas queixas propriamente ditas, mas também na origem desses desequilíbrios. Sendo assim, na busca por estar bem consigo mesmo e por meios mais naturais, a MTC utiliza para o tratamento e prevenção do envelhecimento facial, entre outros recursos terapêuticos, a acupuntura estética e a moxaterapia, que são técnicas milenares, simples, de custo baixo e que trazem resultados satisfatórios.

A acupuntura estética é uma técnica que consiste na aplicação de agulhas extremamente finas nos pontos faciais de acupuntura, promovendo desbloqueio, tonificação ou sedação dos pontos, uma vez que as rugas e as linhas de expressão, segundo a MTC, são consideradas sobrecargas de energia vital em um determinado ponto, causado, por exemplo, por sofrimento, tristeza, preocupação e por isso a relação das rugas com as emoções vividas na vida. Por outro lado, a moxaterapia emprega a utilização de moxas, nos mesmos pontos faciais da acupuntura estética facial. A moxibustão, também assim chamada, serve para aquecer os canais de energia, para expelir o frio, induzir o fluxo homogêneo do Qi (Energia) e

do Xue (Sangue), prevenir as doenças e manter a saúde, favorecendo o tratamento e prevenção do envelhecimento facial.

Neste contexto, o presente artigo objetiva apresentar e descrever, através de uma revisão bibliográfica, o uso da acupuntura estética e moxaterapia no tratamento e prevenção do envelhecimento facial.

METODOLOGIA

A metodologia utilizada baseia-se em pesquisas bibliográficas do tipo qualitativo, descritiva, a qual tem por objetivo apresentar a utilização da acupuntura estética e moxaterapia no tratamento e prevenção do envelhecimento facial. Para Andrade (1999), todos os conceitos de pesquisa, de uma ou de outra maneira, apontam seu caráter racional predominante.

ANÁLISE DOS DADOS

Envelhecimento Cutâneo Facial

A ação que todos estão sujeitos e que compreende o ciclo vital do organismo é o envelhecimento. De acordo com os autores Gabriel e Gomes (2006); Gilcrest e Krutmann (2007); Guirro e Guirro (2004); Harris (2005); e Kede (2004), o envelhecimento é um processo esperado, previsível, inevitável e progressivo. Mas, a qualidade do envelhecimento depende da intercessão de vários fatores, ou seja, como cada um conduz seu estilo de vida.

Conforme Kede (2004) há dois tipos de envelhecimento: o intrínseco ou cronológico e o extrínseco ou fotoenvelhecimento. O envelhecimento intrínseco é o desgaste natural do organismo causado pela idade. Já o envelhecimento extrínseco é devido ao efeito repetitivo da ação dos raios ultravioletas nas áreas expostas a radiação solar. As modificações na pele ocorrem de forma cumulativa e surgem em longo prazo. Também, o fotoenvelhecimento superpõe-se ao envelhecimento cronológico.

Nakano e Yamamura (2005) ainda dizem que existem outros fatores que podem interferir acelerando o processo de envelhecimento, como características individuais herdadas, estilo de vida, alimentação, bebidas alcoólicas, cigarro, meio ambiente e, principalmente, as

condições emocionais. Alguns destes fatores podem ser melhorados e assim retardar o processo de envelhecimento.

Segundo Guirro e Guirro (2004), não se sabe a exata natureza das alterações do envelhecimento, sabe suas consequências, mas não a causa. Por isso, há várias teorias sobre o envelhecimento, como a do relógio biológico, a da multiplicação celular, a das reações cruzadas de macromoléculas, a dos radicais livres, a do desgaste e a auto-imune. Mas, nenhuma dessas teorias ganhou aceitação total pela comunidade científica como sendo única e definitiva. A mais aceita é a teoria dos radicais livres, que consiste numa molécula reativa com um elétron desemparelhado na última camada de sua órbita. Para se estabilizar, captura outro elétron pertencente de outra molécula, mas que danifica essa estrutura ocasionando o envelhecimento. Para evitar isso, há os antioxidantes que doam um elétron, neutralizando a ação dos radicais livres. Os antioxidantes são encontrados nas vitaminas E, A e C, nos minerais como selênio, magnésio e manganês e em alimentos como cebola e alho.

De acordo com Gilchrest e Krutmann (2007); Guirro e Guirro (2004); e Kede (2004), as alterações cutâneas no envelhecimento ocorrem em nível de epiderme, derme e hipoderme. Na epiderme há redução da camada córnea em grande parte, mas em certas áreas espessamento hiperkeratótico, também ocorrem descamações, diminuição da secreção sebácea, ressecamento, fissuras, achatamento das papilas dérmicas e junção dermoepidermica, e diminuição das células de Langerhans. Na derme, ocorrem alterações nas fibras de colágeno e elastina, redução na quantidade de material protéico, água e polissacarídios, queda na produção das glândulas apócrinas e sebáceas, diminuição dos corpúsculos de Meissner e de Vatter-Paccini. E na hipoderme, com a diminuição da camada adiposa torna-se mais fina e vulnerável, favorece o enrugamento, aumenta o risco de lesões e reduz a capacidade de manter a temperatura corporal.

Conforme esses mesmos autores, devido às modificações histológicas, fisiológicas e clínicas ocorridas no envelhecimento cutâneo facial, resultam em algumas alterações inestéticas na face como as rugas – que podem ser: transversais, glabulares e periorais; as linhas de expressão; as ptoses – do nariz, do mento, das pálpebras inferiores e superiores e das bochechas; o sulco naso-geniano e as manchas. Fornazieri (2007) diz que esses sinais acentuam-se com o passar do tempo e são causas da procura por esteticistas para fim de retardar ou dissimulá-los.

Medicina Tradicional Chinesa e o processo de envelhecimento

Segundo Vacchiano (2000), a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) foi desenvolvida no Oriente há mais de 5.000 anos, utilizando estimulações em pontos reflexos para promover a circulação do Qi, que é a energia vital, que está presente em tudo, e nas pessoas circula através dos 12 meridianos. A MTC baseia-se na regularização do Qi, promovendo o equilíbrio da bipolaridade Yin Yang, através da harmonização dos cinco movimentos: fogo, terra, água, metal e madeira.

Existem três teorias fundamentais na Medicina Tradicional Chinesa: a Teoria do Yin Yang, Teoria dos Cinco Elementos e a Teoria dos Meridianos.

Conforme Vacchiano (2000), Wong (1995) e Maciocia (1996), o Yin e o Yang se completam, um não existe sem o outro, e em toda parte encontraremos estes extremos. “O homem não está separado do Universo. Deve ele viver de acordo com seu ambiente. Toda perturbação energética suscita desordens no corpo” (WONG, 1995, p. 342). De acordo com Maciocia (1996) a Teoria Yin Yang é provavelmente a mais importante da MTC. É a alternância de dois estágios opostos no tempo, uma dualidade. Cada fenômeno se alterna no universo por movimentos cíclicos de altos e baixos, e Yin Yang é a força motriz desta mudança e desenvolvimento.

Vacchiano (2000) também fala que os Cinco Elementos, juntamente ao Yin Yang, constituem o mundo material para embasar a MTC. Cada um dos Cinco Elementos relaciona-se a uma estação do ano, a um órgão, a uma víscera do corpo, etc. Caso haja uma disfunção em um determinado órgão, com o tempo, e sem o devido tratamento, passará a fazer mal a outro órgão, pois um gera o outro. O ciclo de geração dos Cinco Elementos: a MADEIRA por sua combustão gera o FOGO, o FOGO gera as cinzas que penetram na TERRA. Ao longo dos anos a cinza gera o METAL. Dos metais e rochas brotam as ÁGUAS que alimentam as plantas, gerando a MADEIRA.

Os meridianos são onde circulam a energia vital, são 12 em todo o corpo, e estão relacionados com órgãos e vísceras. Através da manipulação dos pontos energéticos, é efetuado o desbloqueio, a tonificação, a sedação, o equilíbrio da energia circulante nos meridianos, promovendo uma regularização geral do organismo, conforme Vacchiano (2000).

Segundo Nakano e Yamamura (2005), na visão da Medicina Tradicional Chinesa o processo de envelhecimento segue a sequência dos números celestiais, que determinam a duração das diferentes fases evolutivas da transformação corporal que corresponde nas mulheres a cada sete anos e nos homens a cada oito anos. E ocorre pela falta de equilíbrio

energético do sangue, da defesa do organismo e da nutrição adequada, também, pela desarmonia entre seu estado físico, espiritual e emocional. Busca-se uma longevidade moderando na alimentação, acordando e descansando de forma regular e trabalhando sem excessos, isso, mantém o corpo unificado ao espírito.

Neste sentido, de acordo com os mesmos autores, tudo é uma questão de equilíbrio, inclusive o preceito de que saúde e beleza são inseparáveis. Complementarmente, Psendziuk (2006) diz que saúde é sinônimo de equilíbrio energético e de homeostase do organismo. Sendo assim o tratamento em MTC visa aumentar estas energias na região da face, através de estímulos no Sistema Nervoso Autônomo. Entende-se então que as mudanças internas trazem resultados externos, ou seja, o bem-estar total das funções internas e externas do corpo resulta em saúde, e é claro por consequência em beleza.

O foco principal de um tratamento em MTC é manter as forças yin e yang equilibradas no organismo, já que, como Fernandes (2008), as doenças são desarmonias energéticas, pois o homem não deve ser analisado como um ser isolado e sim como pertencente ao meio ambiente, e nesta mesma linha de pensamento o corpo não está separado da mente. No entanto, a ocorrência de qualquer doença, segundo Xinnong (1999), é fundamentada devido ao desequilíbrio relativo de Yin e Yang, incluindo os distúrbios estéticos, portanto o enfoque sempre será a harmonia energética.

Quando equilibramos energeticamente órgãos internos e restituímos saúde para o corpo, cada célula responde a este estímulo. A pele é a representação externa do corpo e responde imediatamente a esse equilíbrio, tornando-se mais lisa, sedosa, brilhante e mais bonita. A pele é um tecido com grande poder de regeneração e é constantemente submetida a agressões internas (mau funcionamento dos órgãos e vísceras) e externas (ações mecânicas, químicas e climáticas). Por isso a importância dos tratamentos da MTC cujo enfoque é sempre tratar o organismo como um todo.

Acupuntura estética no tratamento e prevenção do envelhecimento facial

A acupuntura é o recurso da Medicina Tradicional Chinesa mais conhecida no Ocidente, descreve Silva et al. (2009). Segundo Xinnong (1999), a acupuntura originou-se na costa oriental da China e, para Fernandes (2008), a prática da acupuntura data de mais de cinco mil anos. É uma técnica onde é feita a introdução, mobilização de agulhas, promovendo o equilíbrio do organismo e o fortalecimento dos órgãos e das vísceras do corpo. A

acupuntura trabalha nos canais de energia do corpo favorecendo a prevenção e interrupção de um processo de adoecimento (SILVA et al., 2009.).

Fernandes (2008) e Xinnong (1999) tratam os pontos de acupuntura como locais específicos pelos quais o Qi dos Zang Fu (órgãos e vísceras) e canais de energia são transportados à superfície do corpo e também locais das respostas das doenças. Os pontos de acupuntura possuem grande potencial de ação energética, seja ela local ou sistêmica, uma vez que eles estão ligados a redes de meridianos.

Três mecanismos para explicar a ação da acupuntura são apresentados por Nakano e Yamamura (2005) a ação energética, a humoral e a neural, ou a associação dos três mecanismos. Psendziuk (2006) aponta duas escolas no oriente que explicam os mecanismos de ação da acupuntura. A primeira é a escola tradicional que considera que as técnicas de acupuntura servem para regular a corrente energética, dentro de um sistema circulatório próprio, sendo que, através disto, acaba por influir no estado dos meridianos. E a segunda é a escola científica que procura uma explicação para os fenômenos terapêuticos com base nos conhecimentos anatomo-fisiológicos, em que os efeitos da acupuntura são obtidos através de vias reflexas cutâneo-viscerais.

Da acupuntura tradicional originou-se a acupuntura estética. Fernandes (2008) relata que as imperatrizes das diversas dinastias na Antiga China já usavam a acupuntura para promover a longevidade. Alguns autores mencionam que a acupuntura estética foi desenvolvida por acidente, sendo que os resultados de rejuvenescimento foram observados a partir de tratamentos com pacientes em outras condições. Para o Brasil veio na década de 70, segundo o Diário de São Paulo (2006).

Partindo do mesmo princípio da versão tradicional, as agulhas são colocadas em determinados pontos da face para harmonizar a energia e liberar os fluxos de energia interrompidos. Distúrbios inestéticos como acne, olheiras, manchas, e no caso, rugas e linhas de expressão são tratados pela acupuntura estética. A acupuntura estética facial é um método que auxilia na redução de rugas, além de prevenir o envelhecimento, melhorando a estrutura da pele, renovando o estrato córneo e estimulando a circulação local (ZUCCO, 2004).

Morris (2009) apresentou um artigo de 1996 do *International Journal of Clinical Acupuncture* relatando que foram tratadas 300 pessoas com acupuntura facial, e destas, 90% da amostra tiveram efeitos benéficos como o aumento da elasticidade nos músculos faciais, pele mais macia e diminuição das rugas. Morris ainda afirma que acupuntura pode rejuvenescer de cinco a quinze anos.

Para Medicina Tradicional Chinesa, as rugas e as linhas de expressão são consideradas sobrecargas de energia vital em um determinado ponto, um bloqueio, causado por sofrimento, tristeza, preocupação, por exemplo. Então, um desequilíbrio nos músculos faciais pode gerar problemas emocionais nos Zang Fu ou somente a manifestação das emoções. Esses fatores associados ao excesso ou à diminuição na utilização de determinados grupos musculares irão determinar o local e o tipo de ruga de expressão (NAKANO E YAMAMURA, 2005). No tratamento das rugas da face deve-se primeiramente respeitar a anatomia dos músculos da face, sabendo quais são os músculos agonistas e os antagonistas, para assim manter o equilíbrio dos músculos. Segundo Vamrell; Paulete e Oliveira (1986), existe uma regra que deve ser sempre seguida: nunca tonificar um músculo sem antes sedar o seu antagonista para que os resultados sejam satisfatórios.

Fernandes (2008); Fornazieri (2007); Yarborough (2009) apontam os objetivos da acupuntura no envelhecimento facial, que são a melhora do tônus da pele através da ação sobre o Baço-Pâncreas (Pi), a ativação da circulação sanguínea, linfática e energética da pele através da ação sobre órgãos e vísceras, a atenuação das rugas e das marcas de expressão através da tonificação de músculos flácidos e da sedação dos músculos tensos, aliado à estimulação da produção de colágeno, o favorecimento do rejuvenescimento e o aumento da viçosidade da pele através do estímulo dos pontos de acupuntura que ocorre grande melhora da nutrição tecidual, trazendo como conseqüência uma pele mais macia, brilhante e viva.

Os mesmos autores concordam e se complementam no que diz respeito às inúmeras vantagens do uso da acupuntura estética em relação a outras técnicas convencionais. Para começar, é um método menos agressivo à pele e aos tecidos. Não necessita de anestesia, é uma técnica quase indolor, não envolve nenhuma incisão, suturas ou ácidos descamantes, não há cicatriz, não apresenta efeitos colaterais e não necessita de tempo de recuperação. Traz o bem estar físico e mental e promove homeostase orgânica, pois além dos procedimentos estéticos, a acupuntura restabelece o equilíbrio energético, cuidando de queixas secundárias ligadas à saúde do paciente, mantendo assim os ganhos da estética. Os resultados são mais duradouros, porque respeita as leis da MTC, ou seja, até quando o organismo estiver equilibrado os resultados irão permanecer. Além disso, promove lifting natural, não altera a expressão facial, ou seja, não perde suas feições, pois as mudanças não são repentinas e drásticas, e sim, progressivas. Com essa técnica natural ao rejuvenescer os efeitos são percebidos rapidamente e não há restrições quanto à idade e o custo é financeiramente mais acessível.

Xinnong (1999) apresenta as precauções e contra-indicações no tratamento com acupuntura. Para pacientes que estejam famintos ou comeram demais, intoxicados, excessivamente fatigados ou muito fracos é aconselhável adiar o tratamento. Evitar a inserção de agulhas nos vasos sanguíneos, e os pontos do tórax e das costas devem ser cuidadosamente inseridos para evitar lesão dos órgãos vitais. Em mulheres grávidas com menos de três meses é contra-indicado inserir agulhas em pontos na região abdominal inferior e região lombossacra e, depois dos terceiro mês de gravidez, é contra-indicado inserir agulhas nos pontos do abdome superior e região lombossacra.

Moxaterapia no tratamento e prevenção do envelhecimento facial

A moxaterapia, também conhecida como moxibustão, é uma técnica milenar pertencente à Medicina Tradicional Chinesa. De acordo com os registros do capítulo 12 do Plain Questions (Xinnong, 1999), a moxibustão originou-se no norte da China, como era uma região fria e ventava muito, as pessoas se aqueciam por intermédio de fogueira. Observando os benefícios do calor para espantar o frio e algumas dores, foram criadas as terapias de moxibustão e compressão quente.

Fernandes (2008) e Xinnong (1999) descrevem que essa terapia consiste na utilização da moxa a fim de produzir calor em pontos específicos do corpo, pontos de acupuntura, para tratar e prevenir doenças. “As moxas permitem, pela combustão de diferentes materiais, excitar os pontos de acupuntura, a fim de regularizar a atividade fisiológica do corpo” (AUTEROUCHE, 1996, p. 158). Auteroche (1996), Fernandes (2008) e Xinnong (1999) afirmam que a principal matéria prima da moxa é a Artemísia, que é uma planta vivaz e de cheiro penetrante.

A moxaterapia previne e trata doenças provocadas pelo frio e umidade pelo fato de dar calor, ou seja, promover yang e tratar yin. As funções da moxaterapia segundo Xinnong (1999) são de aquecer os canais de energia para expelir o frio, induzir o fluxo homogêneo do Qi e do Sangue, prevenir as doenças e manter a saúde. Já as contra-indicações são doenças febris, lesões na pele, se o paciente está muito alimentado, nas regiões abdominal e lombossacra da mulher grávida, entre outros desequilíbrios de caráter yang.

Em relação à aplicação da moxaterapia, conforme Xinnong (1999, apud. The Precious Prescriptions), geralmente inicia-se na porção yang e depois na porção yin; clinicamente, é aplicado primeiro na parte superior e depois na parte inferior. Após o tratamento, de acordo

com Auteroche (1996), o paciente deve beber com moderação, evitar os legumes e frutas crus, os alimentos gordurosos e o álcool, ou seja, manter o espírito calmo e não tomar frio.

Além dos benefícios de prevenção, tratamento e manutenção da saúde, a moxaterapia na estética previne e trata sinais provocados pelo processo de envelhecimento. Segundo Fernandes (2008), a moxaterapia possui excelentes resultados no tratamento de rugas, podendo ser observado com apenas uma aplicação. No organismo tem a ação de estimular a produção de colágeno e com o aumento da circulação do Qi e do Sangue, proporciona uma maior viçosidade na pele.

Para o retardo do envelhecimento emprega-se moxaterapia nos pontos do triângulo da juventude (ilustrado no anexo 1), que são compostos pelos pontos E36 e VC4. Focks (2005) explica que o ponto E-36 está localizado a 3 tsun (um tsun é igual a uma polegada) abaixo do E35 (olho lateral do joelho) e a 1 tsun da lateral a margem anterior da tibia, já o ponto VC4 está situado linha mediana a 3 tsun abaixo do umbigo. É dito freqüentemente: “se alguém quer ser saudável, deveria aplicar freqüentemente moxibustão no ponto Zusanli (E-36)” (XINNONG, 1999, p. 260).

Fernandes (2008) relata que os tipos de moxas utilizados para a estética são a moxa de palito e a moxa de bastão. E as matérias primas usadas são a de Artemísia e a de carvão, pois são as que produzem pouca ou nenhuma fumaça e cheiro durante a queima. Em relação à aplicação, o bastão deve ser mantido a uma distância da pele até aonde o paciente sinta uma sensação de calor suportável, normalmente o máximo é de um centímetro próximo a pele. E o tempo, como diz Fornazieri (2007), geralmente é de aproximadamente três minutos em cada ponto, ou até se observar a hiperemia. O mesmo autor adverte que, como se trata da face, deve manter certa prudência com as pessoas portadoras de pele sensível, frágil e com telangiectasias ou com dificuldades de cicatrização. Por isso, ainda recomenda ao término do procedimento realizar uma massagem com cremes de pó de pérola ou com calmantes como azuleno para acalmar a pele.

No caso, a moxaterapia no tratamento e prevenção do envelhecimento facial, seria a aplicação no triângulo da juventude e nas rugas conforme os pontos de acupuntura. “Os pontos utilizados para a moxibustão são os mesmos que servem para a acupuntura, mas a moxibustão tem vantagem de provocar no doente uma sensação de descanso e de bem-estar” (AUTEROCHÉ, 1996, p. 193).

Sugestão de protocolo de atendimento para acupuntura estética e moxaterapia

Em geral, tanto para acupuntura estética quanto para moxaterapia no início do tratamento é indicado fazer um total de 10 sessões duas vezes por semana. A sessão tem duração em média de 30 minutos, mas o tempo dependerá também da quantidade de pontos a serem trabalhados. A melhora da aparência varia de indivíduo para indivíduo, pois é uma melhora gradual, mas já na primeira sessão nota-se uma significativa diferença. Ao término das 10 sessões e se o paciente tiver alcançado o seu objetivo, segue com uma sessão quinzenalmente para a manutenção. Podem ser realizadas técnicas complementares como esfoliação, massagens e máscaras para aperfeiçoar o resultado final.

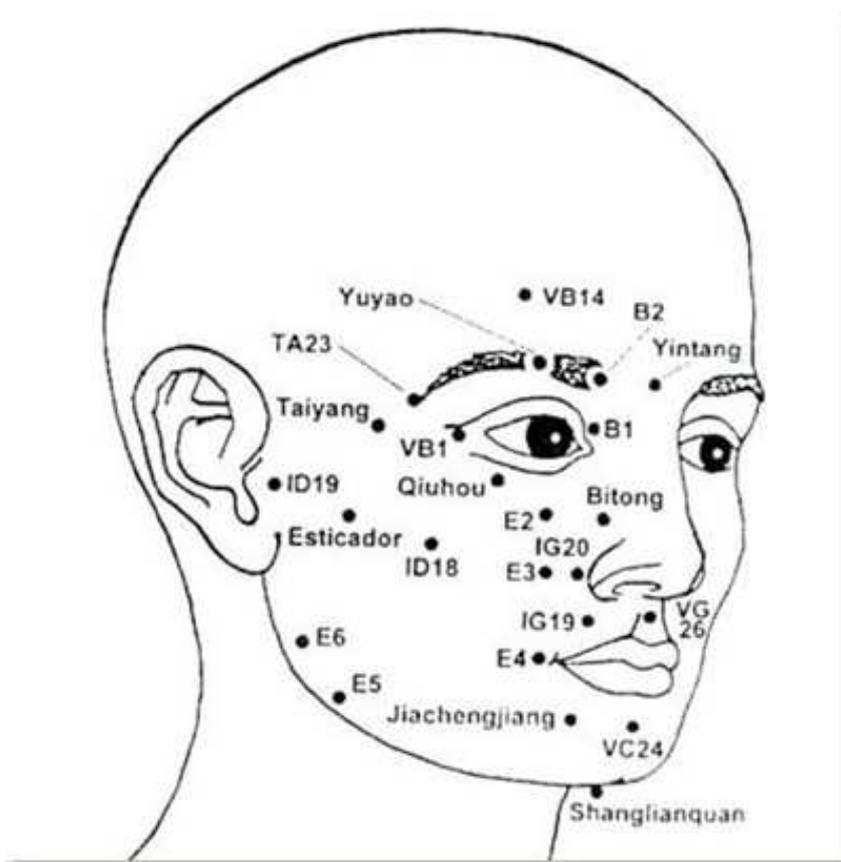


Figura 1 – Pontos faciais de acupuntura.
Fonte: Fernandes, 2008.

A figura 1 (FERNANDES, 2008, p. 59) representa, para uma melhor visualização e entendimento, os pontos faciais de acupuntura que são os mesmos de moxaterapia. O quadro 1 a seguir, conforme o mesmo autor, apresenta os distúrbios estéticos e os pontos a serem tratados em cada caso com acupuntura e moxaterapia.

Quadro 1 – Distúrbios estéticos e os pontos faciais de acupuntura e moxaterapia.
 Fonte: Fernandes, 2008.

Distúrbio Estético	Acupuntura	Moxaterapia*
Rugas horizontais frontais	Tonificar: Yintang, VB-1 e TA-23 Sedar: Yuyao e VB-14	Yintang, VB-1 e TA-23
Rugas verticais frontais	Tonificar: VB-14 e Yuyao Sedar: Yintang	Yintang, VB-14 e Yuyao
Rugas paraoculares	Tonificar: Yuyao e TA-23 Sedar: B-2, E-3, E-4 e VB-21	Yuyao e TA-23
Rugas paranasais	Tonificar: E-4, IG-19, VG-26 Sedar: E-2 e IG-20	E-4, IG-19 e VG-26
Rugas de dentadura	Tonificar: E-4, E-3 e IG-20 Sedar: VG-26 e IG-19	E-4, E-3 e IG-20
Rugas supramentonianas	Tonificar: E-4 e VC-23 Sedar: VC-24	E-4 e VC-23
Rugas parabuciais proximais	Tonificar: E-3 e IG-20 Sedar: E-4	E-3 e IG-20
Rugas parabuciais intermediárias	Tonificar: VG-26, VC-24, IG-19 Sedar: E-4, E-3 e IG-20	VG-26, VC-24 e IG-19
Rugas parabuciais distais	Tonificar: VC-24 e IG-19 Sedar: E-4	VC-24 e IG-19
Rugas remotas	Tonificar: VG-26, VC-24 e IG-19 Sedar: E-4	VG-26, VC-24 e IG-19
Flacidez	Tonificar em todos os pontos da face	Todos os pontos da face, até fazer hiperemia

* Na moxaterapia é feito 10 incursões em cada ponto citado e depois se percorre o sulco ou a ruga para estimular a produção de colágeno.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Medicina Tradicional Chinesa trata-se de outra filosofia de vida e para que seja compreendida é necessário mudar nossos paradigmas, uma vez que, estamos embutidos na cultura ocidental. A acupuntura estética e a moxaterapia fazem parte da MTC, que visam, além de melhorar a aparência externa do indivíduo e conseqüentemente elevar a auto-estima, tratar a pessoa internamente, já que, estando com o organismo em equilíbrio, facilmente se obterá saúde e beleza. Especificamente para o tratamento e prevenção do envelhecimento facial, estas duas técnicas milenares são consideradas simples, atraentes, eficazes, com resultados satisfatórios e de custo baixo, promovendo alguns anos a menos na face e de forma natural.

Contudo, sugerem-se estudos científicos mais aprofundados, estudos de caso e de grupos populacionais, para corroborar os dados apresentados neste trabalho e poder assegurar a eficácia do uso de acupuntura estética e moxaterapia no tratamento e prevenção do envelhecimento facial.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, M. M. de. **Introdução à metodologia do trabalho científico**. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 1999.

AUTEROCHE, B.; AUTEROCHE, M. **Guia prático de acupuntura e moxibustão**. São Paulo: Andrei, 1996.

DIÁRIO DE SÃO PAULO. **Agulhas que curam e também embelezam**. São Paulo, 2006. Disponível em: <<http://www.evoe.com.br/evoenamidia.htm>>. Acesso em: 23 abr. 2009.

FERNANDES, A. C. **Acupuntura estética: e no pós operatório de cirurgia plástica**. São Paulo: Ícone, 2008.

FOCKS, C. **Atlas de Acupuntura: com seqüência de fotos e ilustrações, textos didáticos e indicações clínicas**. Barueri, São Paulo: Manole, 2005.

FORNAZIERI, L. C. **Tratado de acupuntura estética**. 2. ed., rev. e ampl. São Paulo: Ícone, 2007.

GILCHREST, B. A.; KRUTMANN, J. **Envelhecimento cutâneo**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2007.

GOMES, R. K.; GABRIEL, M. **Cosmetologia: descomplicando os princípios ativos**. 2. ed. rev. e ampl. São Paulo: Livraria Médica Paulista, 2006.

GUIRRO, E.; GUIRRO, R. **Fisioterapia dermato-funcional: fundamentos, recursos, patologias**. 3. ed. rev. e ampl. São Paulo: Manole, 2004.

HARRIS, M.; HOFFMANN, M.; CRUVINEL, A. **Pele: estrutura, propriedades e envelhecimento**. 2. ed. rev. e ampl. São Paulo: Senac, 2005.

KEDE, M.; SABATOVICH, O. **Dermatologia estética**. São Paulo: Atheneu, 2004.

MACIOCIA, G. **Os fundamentos da medicina chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fitoterapeutas**. São Paulo: Roca, 1996.

MORRIS, C. **Acupuncture facelift**. Disponível em: <<http://www.elementhealing.com/articles/acufacelift.htm>>. Acesso em: 15 fev. 2009.

NAKANO, M. A. Y.; YAMAMURA, Y. **Acupuntura em dermatologia e medicina estética: a pele sob o ponto de vista energético, espiritual, funcional e orgânico**. São Paulo: Livraria Médica Paulista, 2005.

PÉREZ, A. V.; GONZÁLEZ, A. R.; ROIG, I. D.; MARTÍNEZ, G. S. **Enfoque de la medicina natural y tradicional en la leucorrea**. Revista Cubana Med Gen Integr, 14(6):560-4, 1998. Disponível em: <http://www.bvs.sld.cu/revistas/mgi/vol14_6_98/f0109698.gif>. Acesso em: 30 jun. 2009.

PSENDZIUK, C. B. **Acupuntura estética corporal**. Revista Personalité, Ed. 45, 2006.

SILVA, J. de O.; SOUZA, J. L. de.; PEREIRA, A. M. S. **Estética facial: a eficácia da acupuntura no tratamento de rugas**. Disponível em: <http://www.portalunisaude.com.br/downloads/A_EFICACIA_DA_ACUPUNTURA_NO_TRATAMENTO_DE_RUGAS%20.pdf>. Acesso em: 04 mar., 2009.

VACCHIANO, A. **Shiatsu facial: a arte do rejuvenescimento**. 5. ed. Rio de Janeiro: Ground, 2000.

VAMRELL, J.; PAULETE, S.; OLIVEIRA, J. **Acupuntura aplicada à estética**. São Paulo: Belezeterna, 1986.

WONG, M.; BORSARELLO, J. F. **Ling-Shu: base da acupuntura tradicional chinesa**. São Paulo: Andrei, 1995.

XINNONG, C. **Acupuntura e moxibustão chinesa**. São Paulo, Roca, 1999.

YARBOROUGH, C. **The acupuncture facelift: fact or fiction?** Disponível em: <<http://www.americancosmeticacupuncture.com>>. Acesso em: 02 abr. 2009.

ZUCCO, F. **Acupuntura Estética Facial no Tratamento de Rugas**. World Gate Brasil Ltda., 2004. Disponível em: <http://www.wgate.com.br/conteudo/medicinaesaudefisioterapia/variedades/acupuntura_rugas.htm>. Acesso em: 29 mar. 2009.

ANEXO

Anexo 1 – Triângulo da Juventude.
Fonte: Pérez et al., 1998.

