

ACUPUNTURA COMO RECURSO NO TRATAMENTO DA OBESIDADE

Marley Jezine Viana¹
Email: mah_jezine@hotmail.com
Dayana Priscila Maia Mejia, MSc.²
Pós-graduação em Acupuntura – Faculdade Ávila

RESUMO

A obesidade tornou-se um dos piores problemas de saúde e uma das maiores epidemias no cenário atual. Pode ser conceituada como um aumento de massa de gordura no corpo, em forma de triglicérides, devido a um balanço energético positivo ou, ainda como consequência do abuso de alimentos sem propósitos nutricionais ficando assim, o corpo com um excesso de peso que difere dos padrões médios para idade, altura e sexo. Está associada às condições de alta mortalidade, como doença arterial coronariana, acidente vascular cerebral e diabetes, além da saúde do músculo esquelético do obeso, que se encontra prejudicada devido ao peso em excesso. A acupuntura é um método que vem sendo utilizado para a redução de peso de indivíduos obesos e como consequência diminuição das co-morbidades acarretadas pelo excesso de peso, assim como beneficiar os pacientes com mais qualidade de vida e equilibrar o organismo de uma forma natural, favorecendo também o equilíbrio psíquico. Porém, o paciente deve conscientizar-se da importância de uma dieta equilibrada, da prática de exercícios físicos e dos tratamentos complementares como as técnicas de acupuntura, para obter um organismo em harmonia. O presente trabalho foi elaborado através de uma revisão de literatura científica que ressalta os efeitos benéficos da acupuntura como recurso no tratamento da obesidade, porém é necessário incentivar e investir em estudos, para ampliar o número de pesquisas científicas da área.

Palavras-chave: Acupuntura; Saúde; Tratamento.

¹ Graduada em Fisioterapia. Especializada em Dermato-Funcional.

² Graduada em Fisioterapia. Especialista do Ensino Superior, Mestre em Bioética e Direito em Saúde, Doutoranda em Saúde Pública.

1. INTRODUÇÃO

A humanidade enfrenta atualmente diversos problemas ambientais, culturais, sociais e de saúde. Dentre os problemas mais preocupantes temos o surgimento de novas doenças e/ou ainda, doenças que passaram a ter aspectos mais severos na história da vida do homem, como a obesidade¹. A obesidade é, atualmente, um dos mais graves problemas de saúde pública. Sua prevalência vem crescendo acentuadamente nas últimas décadas, inclusive nos países em desenvolvimento, o que levou a doença à condição de epidemia global¹

A obesidade pode ser definida como o acúmulo de tecido gorduroso regionalizado, ou em todo corpo, resultante da diferença entre consumo e gasto energético, podendo ser causado por doenças genéticas, endócrino-metabólicas, sedentarismo ou por alterações nutricionais².

A acupuntura é um antigo método terapêutico chinês que se baseia na estimulação de determinados pontos do corpo, chamados de acupontos ou tsubô, com agulhas, moxa, laser, esferas, cristais, apong, sementes ou digito-pressão, a fim de restaurar e manter a saúde³. Este método visa restabelecer a circulação da energia nos canais de órgãos e vísceras, levando o corpo a atingir o equilíbrio de matéria e energia³.

Estudos populacionais realizados no Brasil, nos últimos 25 anos, têm demonstrado significativos aumentos nas prevalências de sobrepeso e obesidade em todas as regiões do País, tanto em homens como em mulheres. O aumento da prevalência de obesidade observado na região das Américas nas últimas décadas tem sido atribuído principalmente, às mudanças nos hábitos alimentares da população, com maior consumo de alimentos de alta densidade energética, alto consumo de carboidratos refinados, gorduras saturadas, colesterol, ácidos graxos *trans*, bebidas alcoólicas e alimentos tipo *fast-food*; redução da atividade física, devido aos avanços tecnológicos no trabalho, ao uso de veículos automotores, elevadores, escadas rolantes e aumento do tempo gasto em atividades sedentárias (jogos eletrônicos, televisão, computador); e a outros fatores de caráter sociocultural, como a valorização do excesso de peso como sinônimo de saúde e prosperidade^{4,5}.

Devido à alta taxa de incidência de obesos em todo o mundo e como consequência o aumento de outras morbidades causadas pelo excesso de peso, como, diabetes, hipertensão, riscos cardiovasculares e etc., métodos eficazes estão sendo estudados e adotados no controle de peso. A acupuntura é um método eficaz, não invasivo e que não provoca efeitos colaterais, presentes no uso de

medicamentos, por exemplo, por isso está sendo utilizada como um método complementar no tratamento da obesidade.

Assim sendo, o objetivo deste trabalho é realizar através de levantamento bibliográfico uma revisão da literatura científica sobre a obesidade e demonstrar a eficiência do tratamento de acupuntura na redução de peso e melhora da qualidade de vida de pacientes obesos.

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A obesidade, um dos distúrbios mais remotos que acomete a humanidade, é uma doença crônica que atinge todas as faixas etárias e grupos socioeconômicos e que, segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), vem crescendo muito. O número de obesos entre 1995 e 2000 passou de 200 para 300 milhões, perfazendo quase 15% da população mundial. Estimativas mostram que, em 2025, o Brasil será o quinto país no mundo a ter problemas de obesidade em sua população. Assim, a obesidade é considerada, em países desenvolvidos e em desenvolvimento, um importante problema de saúde pública, e para a OMS, uma epidemia global¹

A obesidade vista de uma forma ampla, seria causada pela ingestão de alimentos em maior quantidade do que a utilizada pelo organismo para obtenção de energia. Este excesso de alimento seja na forma de gorduras, carboidratos ou até mesmo proteínas, seria então armazenado quase que na sua totalidade, como gordura para ser usado posteriormente como fonte de energia⁶.

A obesidade pode levar o indivíduo a inúmeras morbidades decorrentes do excesso de peso. As três principais causas de morte no Brasil são infarto do miocárdio, insuficiência cardíaca e acidente vascular cerebral (AVC), números que representam 300 mil mortes por ano, uma média de 820 por dia, sabe-se que para cada 10% de aumento no peso corporal, aumenta em 20% a chance de uma doença coronariana existir, havendo uma estreita relação com a circunferência abdominal, medindo a razão entre a cintura e o quadril, para os homens esta relação não deve ultrapassar 1,0 metro e para mulheres 0,80 centímetros. Muitos estudos demonstram que a redução da quantidade de massa corporal, em especial de gordura, melhora a qualidade de vida e diminui a morbidade e a mortalidade de pacientes obesos. A literatura é extensa quanto aos diferentes tratamentos para a obesidade, porém ainda não foi possível alcançar uma conclusão definitiva⁷.

Segundo Peretti (2005), mesmo que sendo considerada como causa imediata da Obesidade a ingestão excessiva de energia, devemos considerar que sobre este fato existam outras causas que podemos de uma forma generalizada dividir em:

endógenas (genéticas, neurológicas, metabólicas e endócrinas) e exógenas (psicológicas, sociais, e culturais).

De acordo com Cruz (2009), há evidências sugerindo forte influência genética no desenvolvimento da Obesidade, mas que seus mecanismos ainda não estão esclarecidos, e que o controle do apetite e o comportamento alimentar também sofrem influências genéticas.

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) tem uma visão holística do corpo, onde nada se separa, tudo está interligado, integrado a todas as partes do organismo. Por isso a obesidade não é só um fator corporal, estético, é também mental. Na acupuntura o paciente que sofre de obesidade é tratado da sua ansiedade e compulsividade de comer. Além de equilibrar seu metabolismo para uma melhor digestão e eliminação dos alimentos. Em paralelo à acupuntura, o ideal é fazer uma dieta, reeducação alimentar e exercícios físicos¹.

2.2 Acupuntura

A palavra Acupuntura vem de “acus” (agulha) e “punctura” (punção), e seu equivalente chinês é a palavra *Chen Chui (Zhen Jiu)* onde *Chen (Zhen)* significa agulha e *Chui (Jiu)* significa *Moxa*, ou seja, um bastão de ervas da planta *Artemisia vulgaris* é utilizado para aquecer o ponto de Acupuntura (WHITE et al., 2004). É um antigo método terapêutico chinês que se fundamenta em estimular determinados pontos do corpo com agulha ou com calor, com a intenção de recuperar e preservar a saúde (NAKANO et al., 2005)

Acupuntura é um ramo da medicina tradicional chinesa e um método de tratamento chamado complementar de acordo com a nova terminologia da (OMS) - Organização Mundial da Saúde. Sendo uma das especialidades fisioterapêutica desde 1985, e tornou-se especialidade médica em 1995, bem como de diversas áreas da saúde (BANNERMAN, 1979).

De acordo com Dias & Souza (2003) é o recurso da Medicina Tradicional Chinesa mais conhecida no Ocidente. É uma técnica onde é feita a introdução, circulação, mobilização de agulhas, promovendo o equilíbrio do organismo, 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.

A acupuntura é o recurso terapêutico mais conhecido da MTC no ocidente e é feita pela inserção de agulhas, promovendo a circulação e o desbloqueio da energia, além de retirar as energias perversas do corpo. A técnica de inserção de agulhas promove a mobilização, circulação e fortalecimento das energias humanas. Consiste na aplicação de agulhas, em pontos definidos do corpo, chamados de "Pontos de Acupuntura", com objetivo de efeito terapêutico em diversas condições de desarmonias ou desequilíbrio orgânico. A tradução do termo em chinês é *Chen-Chui*, sendo *Chen* (agulha) e *Chui* (fogo) respectivamente³.

As agulhas utilizadas na prática da Acupuntura diferem daquelas utilizadas em injeções e vacinas, pois são mais finas e flexíveis e variam de comprimento conforme a técnica e local a serem aplicadas. São confeccionadas em aço inoxidável e esterilizadas; o preço é bastante acessível, permitindo o seu descarte após a utilização, evitando assim risco de contaminação e lesões causadas por pontas cegas⁹.

Os pontos de acupuntura são meios de comunicação entre o exterior e o interior do corpo, estando sujeito às influências das 17 energias a que o indivíduo está exposto. Esses pontos comunicam-se com os canais de energia e fazem circular Qi (energia) e Xue (sangue), direcionando-os para todo o corpo³.

Apesar de parecer novidade, a acupuntura estética nasceu na década de 70 e tem, basicamente, o mesmo princípio que a versão tradicional. Agulhas são colocadas em determinados pontos do corpo para harmonizar a energia. A medicina chinesa tem uma visão global do paciente, por isso, uma simples ruga pode ser um indicativo de que algo no organismo não vai bem. O tratamento de uma marca de expressão acaba sendo um programa de saúde completo¹⁰.

A Acupuntura utiliza materiais simples, não necessitando de aparatos complicados e caros, e é uma prática extremamente segura, exigindo apenas uma eficiente esterilização das agulhas e um bom grau de conhecimento do terapeuta. Em algumas patologias, a Acupuntura isolada ou associada a drogas obtém melhores resultados, complementando uma lacuna que possa haver na medicina moderna¹¹.

As reações químicas que desencadeiam após a agulha penetrar a pele até o seu objetivo final de ação ainda não foram totalmente esclarecidas. O conhecimento que se tem até o presente momento é que a acupuntura trata não apenas o local comprometido, mas também age no sistema nervoso com a finalidade de alcançar o equilíbrio do corpo, eliminando os agentes causadores das doenças¹².

Esse processo se dá pelo realinhamento e redirecionamento da energia, estimulando-se pontos de Acupuntura através de uso de agulhas metálicas finas, laser, pressão e outras formas de abordagem¹³.

2.3 Tratamento da Obesidade com Acupuntura

A obesidade, segundo a MTC é um desequilíbrio energético que é caracterizado pelo mau funcionamento dos órgãos internos, provocando um acúmulo de energia patogênica e uma diminuição do fluxo energético correto.

Os fatores internos como as emoções em desequilíbrio, tais como a tristeza, medo, alegria, raiva e ansiedade, tanto em excesso como em falta, podem acarretar em desequilíbrio energético que poderá se manifestar nos órgãos ou vísceras¹⁴.

O desequilíbrio energético que causa a obesidade é interpretado como sendo uma deficiência de Qi e do Yang do Baço/Pâncreas onde os sinais e sintomas são: excesso de peso, secreção no trato respiratório demora ou lentidão para fazer qualquer coisa, sensação de peso nos membros, além de apresentar o pulso vazio e escorregadio e a língua pálida, com saburra gordurosa e branca. E Deficiência do Qi e do Yang Rim os sinais e sintomas são de excesso de peso, retenção de líquidos, sensação de frio nas costas, pernas e baixo abdome, o pulso é vazio, lento, escorregadio e profundo e a língua pálida, úmida, com presença de saburra branca¹.

O efeito da acupuntura para emagrecimento em um grupo de 80 pacientes divididos aleatoriamente em 2 grupos, sendo que um grupo recebia administração oral de Sibutramina e o outro grupo foi realizada sessões de acupuntura no corpo, eletroacupuntura e auriculoterapia. Alguns dos pontos selecionados para acupuntura no corpo foram: Tianshu (ST 25), Guanyuan (CV 4), Sanyinjiao (SP 6); para a auriculoterapia: Shenmen, Neifenmi (endócrino), Pi (Baço). A taxa efetiva total no grupo que recebeu acupuntura foi de 87,5%, semelhante ao grupo medicação de 82,5%. Após o tratamento, o peso corporal, índice de massa corpórea, circunferência da cintura e quadril e relação cintura-quadril diminuiu significativamente nos dois grupos, mas a melhoria da circunferência da cintura e relação cintura-quadril no grupo acupuntura foi melhor do que no grupo medicação¹⁵.

O efeito da acupuntura no emagrecimento de mulheres com diferentes tipos de obesidade, onde foram estudados 83 casos divididos em dois grupos, um grupo de obesidade abdominal (IMC <25) e outro de obesidade simples (IMC >25). Com este estudo os autores chegaram à conclusão que o uso da acupuntura é indicado para o emagrecimento de diversos tipos de obesidade¹⁴.

Além do propósito da perda de peso, há também que se preocupar com a saúde, isto é, os níveis de colesterol LDL (Low Density Lipoprotein), triglicérides e colesterol HDL (High Density Lipoprotein) foi feito acupuntura sistêmica e auricular, com sessões uma vez a cada três ou cinco dias, usando agulhas sistêmicas e sementes de mostarda. No corpo foi utilizado os seguintes pontos: St 25, St 36, Sp 6, P 6 e St 40, pontos referentes ao Estômago, Baço-Pâncreas e Pulmão, estes acupontos tem como função eliminar o alimento retido no Estômago, fazer o Qi circular pelo organismo fazendo os líquidos fluírem, eliminar a retenção de líquido que causa o inchaço abdominal e nos membros inferiores principalmente. Na orelha os pontos usados são: Boca, Esôfago, Estômago, ShenMen, Endócrino e Pulmão, alternando as orelhas a cada sessão. A conclusão é de que a perda de peso correspondeu com as diminuições dos níveis de colesterol totais e de triglicérides e o mais importante pode diminuir o risco de problemas associados à obesidade¹⁶.

3. METODOLOGIA

A metodologia está diretamente relacionada com o problema a ser estudado; a escolha dependerá dos vários fatores relacionados com a pesquisa, a natureza dos fenômenos, o objeto da pesquisa, os recursos financeiros, a equipe humana e outros elementos que possam surgir no campo da investigação¹⁷.

Foi realizada uma revisão de literatura, com levantamento em artigos indexados nas bases de Yamamura, Peretti e outros. Para a busca foram utilizadas as seguintes palavras-chaves: Acupuntura, Saúde e Tratamento.

Foram encontrados vários artigos referentes ao tema, durante o período de 2000 a 2009.

Delineamento da Pesquisa

Em conformidade com o tipo de pesquisa a ser realizado neste estudo, torna-se pertinente a utilização da pesquisa qualitativa, considerando o objeto de estudo a ser investigado.

“[...] a pesquisa qualitativa tem muito a oferecer no entendimento do universo organizacional e da prática administrativa. Embora tenha grande valia para a administração, a pesquisa de natureza quantitativa pode não ser mais suficiente, em muitos casos, para entender organizações complexas, seus processos, estruturas, contexto e inter-relações¹⁸.”

A pesquisa qualitativa tem um processo de reflexão e análise da realidade através da utilização de métodos e técnicas para compreensão detalhada do objeto de estudo em seu contexto histórico e/ou segundo sua estruturação.¹⁸

Tipo de Pesquisa

Os tipos de pesquisa podem ser definidos por dois critérios básicos: quanto aos fins e quanto aos meios. Quanto aos fins, esta pesquisa será exploratória, pois, segundo a autora supracitada: “proporciona maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito, havendo o aprimoramento de ideias”. Ainda quanto aos fins, a pesquisa atende ao caráter descritivo, pois “expõe características claras e bem delineadas de determinada população ou fenômeno, para isso envolve técnicas padronizadas e bem estruturadas de coletas de seus dados”¹⁹.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Um dos métodos naturais para emagrecimento é a Acupuntura Sistêmica, Auricular ou Eletroacupuntura, que não prevê o uso de medicamento e é de eficácia comprovada. A acupuntura é a inserção de agulhas em vários locais do corpo, com propósitos terapêuticos, dentre eles a redução do peso. Sugere-se que o estímulo do ramo auricular do nervo vagal aumente o tônus do músculo liso do estômago, suprimindo o apetite. Uma variante do uso de agulhas é a estimulação elétrica transcutânea dos mesmos pontos²⁰.

A aplicação da acupuntura no tratamento da obesidade é eficaz na perda de peso. Afeta o apetite, a mobilidade intestinal, o metabolismo e fatores emocionais. A Acupuntura está entre os tratamentos complementares mais utilizados. Para tratar obesidade a Acupuntura é bastante eficaz, principalmente a Auri--culoterapia, pois além de auxiliar na perda de peso, vai suprimir o apetite¹⁶.

Estudos revelam o efeito da acupuntura sobre o apetite, principalmente se adicionarmos a auriculoterapia, pois agem sobre o núcleo ventromedial, porque estimulam o hipotálamo, que é o centro da saciedade, sugerindo que uma sensação de satisfação por mais tempo²¹.

Um trabalho realizado em Shangai, China, onde tratou 130 pessoas apresentando casos de Obesidade Simples, usando as terapias de Acupuntura e Auriculoterapia. Todos os casos eram de pacientes que não eram da clínica para

redução de peso, contando com 104 mulheres e 26 homens, na faixa de idade que variava de 17 a 60 anos, com uma média de idade de 32.7 anos²¹.

Em seu estudo, Shan (2006) credita o problema da Obesidade simples como um Padrão de Obstrução da Umidade devido à Deficiência do Qi, disfunção do Baço-Pâncreas e Estômago em transportar e transformar, ou o Padrão de Acúmulo Interno de Umidade Calor devido ao Estômago forte e Baço-Pâncreas fraco. Foram utilizados pontos dos Meridianos do Estômago (Yangming do Pé), do Baço-Pâncreas (Taiyin do Pé) e Vaso-Concepção, além de pontos de auriculoacupuntura relacionados para a drenagem dos meridianos principais e colaterais, para regular os órgãos Zang-Fu. Os principais pontos utilizados foram: Zhongwan (VC12), Xiawan (VC10), Llangmen (E21), Taiyi (E23), Tianshu (E25), Daheng (BP15), Qihai (VC6), Guanyuan (VC4), Wailing (E26), Shuidao (E28), Liangqiu (E34), Gongsun (BP4) e Neiguan (CS 6)¹⁵.

Estudos anteriores demonstraram que a Acupuntura pode ser utilizada de forma segura e eficaz para tratar obesidade. Ao tratar pacientes obesos, os médicos devem diferenciar entre síndromes de excesso e de deficiência. Na síndrome de excesso, o tratamento é destinado a eliminar a estagnação de alimentos e fogo do Aquecedor Médio. Pontos de escolha são sobre os meridianos Yang Ming (E28, E40, E 44, IG4, IG11), e VC12, que aliviam Fogo e deprimem a função excessiva do Estômago e Intestino. Na obesidade o tratamento da deficiência visa o reforço da energia de Qi e resolução de umidade e fleuma. Para este efeito, a Acupuntura com agulhas de ouro mais moxabustão é usada nos pontos de Baço/Pâncreas (BP6, BP9), Rins (R3), Estômago (E36), e Vaso Concepção (VC4, VC6), bem como Bexiga (B20, B21, B23). A estimulação dos pontos diferentes incluem pontos auriculares Fome e Sede, pontos associado com Pulmão, Estômago, Intestinos, Glândulas Endócrinas, e pontos de ovário, que dão um efeito pronunciado²².

Em relação ao paradigma obesidade e/ou excesso de apetite foi concebido uma variedade de padrões tais como Calor no Estômago e Intestino, Deficiência de Qi do Baço-Pâncreas e Estômago ou uma Deficiência de Qi primário. Baseando-se neste paradigma, uma variedade de pontos foram direcionados no tratamento da obesidade como, por exemplo: P6, E40, E21, R4, E36, E25 e IG11²³.

5. CONCLUSÃO

A acupuntura apresenta grande eficácia comprovada em vários estudos, para auxiliar na perda de peso e tratamento da obesidade, no entanto, também foi

mostrada a importância da conscientização de que a saúde depende bastante de cada pessoa, de cada biótipo, de cada estrutura corporal, além de dieta equilibrada e exercícios físicos, a acupuntura sistêmica, auricular e a eletroacupuntura agem como forma complementar de tratamento.

É essencial que o profissional da saúde tenha conhecimento de várias técnicas e formas de tratar seu paciente, pois a Medicina Tradicional Chinesa tem como filosofia tratar o ser como um todo e não apenas parte dele, não vai focar nos sintomas, mas sim as causas do problema, verificando a maneira mais eficaz de combatê-lo.

A acupuntura traz vários benefícios físicos, como a digestão e a eliminação dos resíduos, mas também trabalha o emocional, que com o equilíbrio energético vai ser tratado a ansiedade, a compulsividade em comer, além de reduzir o estresse, melhorar o sono e a autoestima, como consequência a diminuição das comorbidades associadas. Contudo, existe ainda uma carência de estudos com maior número de pacientes, principalmente no Brasil, especificando as avaliações e as técnicas de tratamento.

A pesquisa revelou o grande interesse pelo assunto e a necessidade de novas pesquisas a respeito, contribuindo para a evolução dos estudos, que colaborem com os avanços da Medicina Oriental no Brasil, tendo em vista mais qualidade de vida e bem-estar para a humanidade.

6. Referências

1. SEBOLD, LF; RADUNZ, V; ROCHA, PK. **Acupuntura e enfermagem no cuidado à pessoa obesa**. Cogitare Enferm., 11(3):234-8; set/dez 2006.
2. MILANI, G. B.; JOÃO, S. M. A.; FARAH, E. A. **Fundamentos da fisioterapia dermatofuncional: revisão da literatura. Fisioterapia e Pesquisa: Revista de Fisioterapia da Universidade de São Paulo**, São Paulo, v. 13, n. 1, p. 37-43, 2006.
3. YAMAMURA, Y. **Acupuntura tradicional**. A arte de inserir. São Paulo: Ed. Roca, 2004.
4. OLIVEIRA, E. O; VELASQUEZ-MELENDZ, G; KAC, G. **Fatores demográficos e comportamentais associados à obesidade abdominal em usuárias de centro de saúde de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil**. Rev Nutr., Campinas, v. 20, n. 4, 2007.

5. SOUSA, R. M. R. P. et al. Overweight and obesity prevalence in employees of healthcare units in Teresina, Piauí, Brazil, **Rev. Nutr.**, Campinas, v. 20, n. 5, 2007.
6. HE, L. Effects of acupuncture on body mass index and waist-hip ratio in the patient of simple obesity. **Zhongguo Zhen Jiu**, 28(2):95-7; Feb 2008.
7. FRANCISCHI, R.P.P. et al. **Obesidade**: Atualização sobre sua Etiologia, Morbidade e Tratamento. **Rev Nutr.**, Campinas; v.13, n.1, Jan./Abr. 2000.
8. PERETTI, Silvana Maria. **A acupuntura e o tratamento da obesidade: uma abordagem sistêmica.** Disponível em: <http://www.evoe.com.br/evoe_na_midia.htm> Acesso em 07/07/2015.
9. HADDAD, M L. **Acupuntura como Recurso para o Controle da Ansiedade e Apetite em Trabalhadores Obesos de um Hospital Universitário.** 2009. 143f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Estadual de Maringá. 2009. Disponível em: www.pse.uem.br/documentos/marianahaddad.pdf Acesso em: 02/08/2015.
10. DIÁRIO DE SÃO PAULO. **Agulhas que curam e também embelezam.** São Paulo, 2006. Disponível em: <http://www.evoe.com.br/evoe_na_midia.htm> Acesso em 07/07/2015.
11. BANNERMAN, R H. **Acupuntura**: A opinião da OMS. *Revista saúde do mundo (OMS)*, dezembro, p.23-28, 2009.
12. NAKANO, M. A. Y. , YAMAMURA Y. , **Acupuntura em Dermatologia e Medicina Estética.** 1. Ed. São Paulo: LMP Editora, 2005.
13. KUREBAYASHI, L., FREITAS G F; OGUISSO T. **Enfermidades tratadas e tratáveis pela acupuntura segundo percepção de enfermeiras.** *Rev. esc. enferm. USP* vol.43 no. 4 São Paulo Dec. 2009.
14. BAO, F.; WANG, F. Q. **Effects of acupuncture on waist circumference and body mass index in females of obesity of different types.** *Zhongguo Zhen Jiu*, 26(8):551-3; Aug 2006.
15. HE, L. Effects of acupuncture on body mass index and waist-hip ratio in the patient of simple obesity. **Zhongguo Zhen Jiu**, 28(2):95-7; Feb 2008.
16. CABÝOGLU, M.T; ERGENE, N. **Electroacupuncture therapy for weight loss reduces serum total cholesterol, triglycerides, and LDL cholesterol levels in obese women.** *The American J Chin Med*, 33 (4), 525-533, 2005.
17. MARCONI, Marina de Andrade e LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de Metodologia Científica.** 6 ed. São Paulo: Atlas, 2007.
18. GOULART, Sueli; CARVALHO, Cristina Amélia. **O pesquisador e o design da pesquisa qualitativa em Administração.** In: VIEIRA, Marcelo M.F; ZOUAIN,

Deborah M. (org.). Pesquisa qualitativa em administração Pesquisa qualitativa em administração: teoria e prática. Rio de Janeiro: FGV, 2005.

19. OLIVEIRA, Maria Marly de. **Como fazer pesquisa qualitativa**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2007.

20. VERGARA, Sylvia Constant. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2005.

21. SHAN, Q. **Acupuncture Therapy for 130 Cases of Simple Obesity**. Journal of Acupuncture and Tuina Science, v.4, n.2, Abr.2006.

22. NAKANO, M. A. Y. , YAMAMURA Y. , **Acupuntura em Dermatologia e Medicina Estética**. 1. Ed. São Paulo: LMP Editora, 2005.

23. LACEY, J. M.; TERSHAKOVES, A. M.; FOSTER, G. D. **Acupuncture for the treatment of obesity**: a review of the evidence. International Journal of Obesity. v.27, p.419-427, 2003.