



Cientistas analisaram várias pesquisas conduzidas nos últimos anos.

Tratamento começa a deixar de ser taxado de "alternativo".

Para dor de cabeça crônica, o melhor tratamento pode ser um dos mais antigos: a acupuntura.

Em 1998, o Instituto Nacional de Saúde dos Estados Unidos reconheceu a acupuntura como um bom tratamento alternativo para dores de cabeça, mas avisou que não havia experiências clínicas suficientes para chegar a uma conclusão definitiva sobre sua eficácia.

Agora uma revisão sistemática de estudos ao longo de 2007 conclui que a acupuntura oferece um alívio maior que medicamentos ou placebos.

O relato, que aparece na edição de dezembro da publicação "Anesthesia and Analgesia",

revisou aleatoriamente 25 experimentos controlados em adultos que duraram mais de quatro semanas. Em sete deles, comparando acupuntura com medicamentos, os pesquisadores descobriram que 62% de 479 pacientes apresentaram reação significativa à acupuntura, e apenas 45% à medicina.

Quatorze dos estudos, com um total de 961 pacientes, comparavam acupuntura a um placebo, um tratamento no qual os pacientes eram levados a acreditar que estavam recebendo acupuntura. Desses, 53% tiveram algum alívio da dor com a acupuntura, contra os 45% que se sentiram melhor com o placebo. Em quatro estudos comparando acupuntura a massagem, esta última funcionou melhor que a acupuntura, mas esses estudos eram pequenos demais para traçar conclusões estatisticamente significativas.

“Pessoas que fazem acupuntura preferem esse tratamento ao medicamento, devido aos potenciais efeitos colaterais das drogas,” disse Tong J. Gan, co-autor da revisão e professor de anestesia na Duke University. “Esse é um tratamento que começa a deixar de ser alternativo.”