

**EFICÁCIA DO TRATAMENTO DA DOR  
EM IDOSOS POR ACUPUNTURA**

*Paulo José Botteon Roman*  
*Mestre em Ciências da atividade física*

**RESUMO**

Este trabalho teve por objetivo verificar a eficácia do tratamento por acupuntura na dor em idosos. A dor quando presente na vida do idoso consome e enfraquece o que ele tem de mais precioso, a vida. A dor confronta o idoso com sua fragilidade e ameaça sua segurança, autonomia e independência. A dor em idosos é um sério problema de saúde pública, que necessita ser diagnosticada, avaliada e devidamente tratada. A acupuntura se refere à inserção de agulhas, através da pele e em pontos estratégicos objetivando um determinado efeito terapêutico. O tratamento do idoso com dor, por acupuntura tem como objetivo amenizar este sintoma, de forma a melhorar a capacidade funcional, viabilizando assim a prática de atividades físicas. Participaram desse estudo 40 pacientes, com idade maior ou igual a 60 anos, que interromperam a prática de atividades físicas em função de alguma limitação funcional ocasionada pela dor. A amostra foi dividida em 2 grupos, a saber: Grupo controle (A), composto por 20 pacientes que fizeram o tratamento através da cinesioterapia, Grupo acupuntura (B), composto por 20 pacientes que fizeram o tratamento por acupuntura. A dor foi mensurada por uma escala visual analógica. Os resultados apontam para melhora nas variáveis nos dois grupos, porém com uma melhora acentuada no grupo, que se submeteu ao tratamento por acupuntura e foi verificado que 90% dos idosos submetidos ao tratamento por acupuntura tiveram melhora significativa da dor e puderam retornar as atividades físicas.

**Palavras-chave:** Acupuntura. Atividade Física. Cinesioterapia. Dor. Idoso.