

Camila Rocha do Rio
Cristiane Matsumoto Jakabi

**ESTUDO COMPARATIVO ENTRE CRISTAIS RADIÔNICOS E
SEMENTES DE MOSTARDA NOS QUATRO NÍVEIS DE ANSIEDADE
ATRAVÉS DA AURICULOTERAPIA CHINESA**

São Paulo
2011

CBF – Centro Científico Cultural Brasileiro de Fisioterapia
Camila Rocha do Rio
Cristiane Matsumoto Jakabi

**ESTUDO COMPARATIVO ENTRE CRISTAIS RADIÔNICOS E
SEMENTES DE MOSTARDA NOS QUATRO NÍVEIS DE ANSIEDADE
ATRAVÉS DA AURICULOTERAPIA CHINESA**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado ao Centro Científico Cultural
Brasileiro de Fisioterapia CBF para
obtenção do Título de Especialista em
Acupuntura.

Orientador: Raul Breves

São Paulo
2011

Do Rio, Camila Rocha; Jakabi, Cristiane Matsumoto Jakabi
Estudo comparativo entre cristais radiônicos e sementes de
mostarda nos quatro níveis de ansiedade através da
Auriculoterapia Chinesa / Camila Rocha do Rio e Cristiane
Matsumoto Jakabi. – São Paulo, 2011.

Nº de páginas: 58 páginas

Trabalho de conclusão de curso (Especialização) – Centro
Científico Cultural Brasileiro CBF. Curso de Acupuntura.

1. Ansiedade. I. Camila Rocha do Rio e Cristiane Matsumoto
Jakabi. II. Estudo comparativo entre cristais radiônicos e sementes
de mostarda nos quatro níveis de ansiedade através da
Auriculoterapia Chinesa.

Camila Rocha do Rio
Cristiane Matsumoto Jakabi

Estudo comparativo entre cristais radiônicos e sementes de mostarda nos
quatro níveis de ansiedade através da Auriculoterapia Chinesa

Trabalho de conclusão de curso
apresentado ao Centro Científico Cultural
Brasileiro de Fisioterapia CBF para
obtenção do Título de Especialista em
Acupuntura.

Defendido e aprovado pela banca
examinadora constituída pelos
professores em: ____/____/2011.

Agradecemos primeiramente a Deus e à nossa família pelo incentivo, apoio e contribuição incondicional para nosso sucesso.

E a todos que de forma direta ou indiretamente contribuíram para a nossa formação e conclusão deste projeto.

Dessa forma, demonstrando o quanto são importantes em nossas vidas. Muito obrigada!

Camila Rocha do Rio

Cristiane Matsumoto Jakabi

Resumo

INTRODUÇÃO: A ansiedade é um estado emocional com componentes psicológicos e fisiológicos, é uma defesa natural do corpo, mas torna-se prejudicial quando limita, impede, bloqueia e quando provoca sentimentos ou sensações de difícil controle. Esta relacionada com lesões do baço e coração ou do sangue e da energia, produto do trabalho mental excessivo ou da preocupação excessiva, atividade sexual em excesso, alimentação, repressão de sentimentos e constituição. **OBJETIVO:** Investigar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda na ansiedade através da Auriculoterapia Chinesa, bem como nos quatro níveis de ansiedade. **MÉTODO:** Para este estudo foram selecionados 20 pacientes com idade média de 41 anos, divididos em dois grupos GCR (Grupo cristal radiônico) e GSM (Grupo semente de mostarda). Os critérios de inclusão foram: idade superior a 20 anos, gênero feminino. Os critérios de exclusão foram: história de transtorno psiquiátrico. O método consistia em aplicar o Inventário de ansiedade de Beck, o qual consiste de 21 itens, seguido da aplicação de semente de mostarda e cristal radiônico. A segunda fase do estudo é a reaplicação do questionário após sete dias. **ANÁLISE:** Foram realizadas análise intergrupo (GCR x GSM) e análise intragrupo (GCR e GSM), e nos quatro níveis de ansiedade. **RESULTADOS:** Na análise intragrupo (GCR) notou-se diferença significativa, sendo a redução mínima de 33% e máxima de 86%. Já no GSM não observou-se alteração significativa. Quanto à análise do grau de ansiedade, no grau mínimo notou-se redução média de 62% no GCR, enquanto no GSM não observou nenhuma alteração. No grau leve, no GCR obteve-se redução média de 64%, enquanto no GSM nenhuma alteração. Já no moderado, o GCR obteve-se redução média de 70%, enquanto no GSM 12%. E por fim no severo para o GCR redução média de 80% e no GSM redução média de 7%. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que o instrumento mais eficaz para tratar a ansiedade é o cristal radiônico em todos os níveis de ansiedade.

Palavras chave: Ansiedade. Cristais radiônicos. Sementes de mostarda. Auriculoterapia chinesa.

Abstract

INTRODUCTION: The anxiety is an emotional state with physiological and psychological components, it is a natural defense of the body, but becomes-itself harmful when limits, stops, block and when provokes feelings or sensations of difficult control. This it related with wounds of the spleen and heart or of the blood and of the energy, product of the excessive mental work or of the excessive worry, sexual activity in excess, food, repression of feelings and constitution. **OBJECTIVE:** It investigate the effect of the radionic crystals and seeds of mustard in the anxiety through the Chinese Auriculotherapy, as well like in the four levels of anxiety. **APPROACH:** For this study were selected 20 patients with medium age of 41 years, divided in two groups GCR (radionic crystal group) and GSM (mustard seed Group). The criteria of enclosure were: age over 20 years, female kind. The criteria of exclusion were: history of psychiatric perturbation. The approach consisted of apply the Inventory of anxiety of Beck, which consists of 21 articles, followed by the mustard seed and radionic crystal application. The second phase of the study is the reapplication of the questionnaire after seven days. **ANALYSIS:** They were carried out intergroup analysis (GCR x GSM) and intragroup analysis (GCR and GSM), and in the four levels of anxiety. **RESULTS:** In the intragroup analysis (GCR) noticed significant difference, being the most minimum reduction of 33% and maxim of 86%. Already in the GSM did not observe itself significant alteration. As regards the analysis of the rank of anxiety, in the most minimum rank noticed itself medium reduction of 62% in the GCR, while in the GSM did not observe no alteration. In the light rank, in the GCR noticed itself medium reduction of 64%, while in the GSM no alteration. Already in the moderate one, the GCR noticed itself medium reduction of 70%, while in the GSM 12%. And finally in the severe one for the GCR medium reduction of 80% and in the GSM medium reduction of 7%. **CONCLUSION:** It concluded that the most efficient instrument for treat the anxiety is the crystal radiônico in all of the levels of anxiety.

Keywords: Anxiety. Radionic Crystals. Seeds of mustard. Chinese Auriculotherapy.

LISTA DE FIGURAS

- Figura 1 – Cinco elementos.....
- Figura 2 – Pontos da Auriculoterapia Chinesa.....
- Figura 3 – Gráfico Mãe.....

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Cinco elementos.....	
Tabela 2 - Manifestações somáticas da ansiedade.....	
Tabela 3 – Manifestações psíquicas da ansiedade.....	
Tabela 4 – Ansiedade e os cinco elementos.....	
Tabela 5 – Caracterização dos sujeitos dos grupos (cristais radiônicos e semente de mostarda).....	
Tabela 6 – Pontuação anterior e posterior do grupo cristal radiônico.....	
Tabela 7 - Pontuação anterior e posterior do grupo semente de mostarda.....	
Tabela 8 – Tabela demonstrativa da pontuação antes e após aplicação com cristais radiônicos.....	
Tabela 9 - Tabela demonstrativa da pontuação antes e após aplicação com sementes de mostarda.....	
Tabela 10 - Tabela demonstrativa da pontuação do GCR e GSM antes e após aplicação do GCR e GSM.....	

LISTA DE GRÁFICOS

- Gráfico 1 – Gráfico representativo do GCR na análise de pontuação anterior e posterior do Inventário de Ansiedade de Beck.....
- Gráfico 2 - Gráfico representativo do GSM na análise de pontuação anterior e posterior do Inventário de Ansiedade de Beck.....
- Gráfico 3 - Gráfico representativo da comparação entre GCR e GSM na análise de pontuação anterior e posterior do Inventário de Ansiedade de Beck
- Gráfico 4 – Gráfico representativo da análise intergrupo no grau mínimo de ansiedade.....
- Gráfico 5 - Gráfico representativo da análise intergrupo no grau leve de ansiedade.....
- Gráfico 6 - Gráfico representativo da análise intergrupo no grau moderado de ansiedade.....
- Gráfico 7 - Gráfico representativo da análise intergrupo no grau severo de ansiedade.....

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

GCR: Grupo cristal radiônicos

GSM: Grupo semente de mostarda

MTC: Medicina tradicional chinesa

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	
1.1. Objetivo.....	
1.1.1. Objetivo geral.....	
1.1.2. Objetivo específico.....	
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	
2.1. Medicina Tradicional Chinesa.....	
2.1.1. Desenvolvimento.....	
2.1.2. Yin – Yang.....	
2.1.3. Cinco elementos.....	
2.2. Ansiedade.....	
2.2.1. Ansiedade na Medicina Ocidental.....	
2.2.1.1. Definição.....	
2.2.1.2. Sintomas da ansiedade.....	
2.2.1.3. Epidemiologia.....	
2.2.2. Ansiedade na Medicina Tradicional Chinesa.....	
2.2.2.1. Etiologia.....	
2.2.2.2. Órgãos internos.....	
2.3. Auriculoterapia.....	
2.3.1. Cristais radiônicos.....	
2.3.1.1. Radiônica e cristais.....	
2.3.2. Sementes de mostarda.....	
4. MÉTODO.....	
4.1. Amostra.....	
4.1.1. Critérios de inclusão.....	
4.1.2. Critérios de exclusão.....	
4.2. Materiais.....	
4.3. Coleta de dados.....	
5. RESULTADOS.....	

5.1. Análise intragrupo.....	
5.1.1. GCR.....	
5.1.2. GSM.....	
5.2. Análise intergrupo.....	
5.2.1. GCR x GSM.....	
5.2.1.1. Análise intergrupo – grau mínimo de ansiedade.....	
5.2.1.2. Análise intergrupo – grau leve de ansiedade.....	
5.2.1.3. Análise intergrupo – grau moderado de ansiedade.....	
5.2.1.4. Análise intergrupo – grau severo de ansiedade.....	
6. DISCUSSÃO.....	
7. CONCLUSÃO.....	
8. REFERÊNCIAS.....	
ANEXOS.....	

1. INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma experiência universal da espécie humana, e por isso há diferentes enfoques sobre o seu conceito, para Pessotti (1978, p. 78) "em algumas definições, a ansiedade é como um processo passageiro, em outras, como uma característica permanente da personalidade. Algumas outras, ainda, designam como ansiedade tanto processos transitórios, como predisposições ou traços duradouros da personalidade". E também implica na ocorrência de uma condição aversiva ou penosa, algum grau de incerteza ou dúvida e alguma forma de impotência do organismo em uma dada conjuntura.

A ansiedade pode assumir formas e intensidades variadas, pois é a reação básica do ser humano frente a um perigo, a uma ameaça, ou a um valor que ele identifica com sua existência (BATISTA, SISTO, 2005).

De acordo com a Anxiety Disorders Association of America a ansiedade é um dos distúrbios mentais mais comuns nos Estados Unidos, afetando em torno de 40 milhões de adultos a partir dos 18 anos. Desta forma gerando um custo alto de mais de 42 bilhões de dólares ao ano.

Uma vez que o corpo-mente forma um todo integrado e inseparável, as emoções podem não somente causar um desequilíbrio, como também serem causadas por este (MORANT, 1954/1990; MACIOCIA, 1996).

De acordo com a etiopatogenia, está relacionada com lesões do baço e coração ou do sangue e da energia, produto do trabalho mental excessivo ou da preocupação excessiva, outra causa pode ser a atividade sexual em excesso que lesiona o Yin do rim favorecendo a subida do fogo, produzindo-se uma falta de comunicação entre coração e rim. Também, a alimentação inadequada que provoca a desarmonia entre baço e estômago é outra das causas que favorece o acúmulo de umidade e por sua vez de fleuma, a fleuma acumulada se transforma em calor, fleuma e calor combinados ascendem para prejudicar o coração e o espírito. A repressão de sentimentos e a irritabilidade provocam ascensão de fogo do fígado, sendo outra das causas da enfermidade (NEVES NETO, 2005)

Sendo a ansiedade uma queixa freqüente, faz-se necessário investigar o efeito da auriculoterapia chinesa através de sementes de mostarda e cristais

radiônicos, e verificar qual desses dois instrumentos tem eficácia melhor e em qual nível de ansiedade tem melhor efeito.

A hipótese deste estudo será de que o nível de ansiedade diminuirá após a aplicação dos cristais radiônicos em comparação às sementes de mostarda através da Auriculoterapia Chinesa.

1.1. Objetivo

1.1.1 Objetivo geral

O objetivo geral deste estudo é investigar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda na ansiedade através da Auriculoterapia Chinesa.

1.1.2 Objetivo específico

- Comparar o efeito dos cristais radiônicos com sementes de mostarda na ansiedade através da Auriculoterapia Chinesa.
- Investigar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda nos quatro níveis de ansiedade com a Auriculoterapia Chinesa.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. Medicina Tradicional Chinesa

A Acupuntura é o conjunto de conhecimentos teórico-empíricos da medicina chinesa tradicional que visa à terapia e à cura das doenças através da aplicação de agulhas, moxas e de outras técnicas (WEN, 1985).

Surgiu na China em plena Idade da Pedra, isto é, há aproximadamente 4.500 anos. No entanto, apesar de sua antigüidade, continua evoluindo (WEN, 1985). O início e desenvolvimento da arte da acupuntura e moxabustão sofreram um longo processo histórico e são os resultados das experiências do povo trabalhador chinês durante muitos séculos em seus esforços contra as doenças (MAIKE, 1995).

De acordo com a medicina chinesa, o tratamento através da Acupuntura visa à normalização dos órgãos doentes por meio de um suporte funcional que exerce, assim, um efeito terapêutico (WEN, 1985).

Onde todas as estruturas do organismo se encontram originalmente em equilíbrio pela atuação das energias Yin (negativas) e Yang (positivas). Desse modo, se as energias Yin e Yang estiverem em perfeita harmonia, o organismo, certamente, estará com saúde. Por outro lado, um desequilíbrio gerará a doença, assim através de sua técnica e procedimentos, ao estimular os pontos reflexos que tenham a propriedade de restabelecer o equilíbrio, alcançando-se, assim, resultados terapêuticos (WEN, 1985).

A acupuntura se fundamenta numa estrutura conceitual que se manifesta em três pilares que são: a teoria yin – yang, a teoria dos cinco elementos ou movimento e a teoria dos Zang Fu (órgãos e vísceras) (YAMAMURA, 2001).

2.1.1. Desenvolvimento

Em várias partes da China foram encontrados Zhem Shih — agulhas de pedra — que datam da Idade da Pedra. Essas agulhas diferem das de costura e, por terem

sido encontradas juntamente com outros instrumentos de cura, presume-se que a Acupuntura já era conhecida e praticada naquela época (WEN, 1985).

Segundo o Hwang Ti Nei Jing, escrito há cerca de 700 anos a.C., os chineses da Idade da Pedra descobriram que o aquecimento do corpo com areia ou pedra quente aliviava as dores abdominais e articulares. Essa foi a origem da moxa (WEN, 1985).

A evolução da humanidade trouxe o aperfeiçoamento dessa técnica. No início, como vimos, as agulhas eram de pedra; hoje são de ligas de prata, de ouro ou de aço inoxidável. Paralelamente, houve também um desenvolvimento no uso da moxa, que da utilização de plantas passou para o infravermelho, ultra-som, corrente elétrica e raio laser (WEN, 1985).

Concomitantemente, a teoria foi evoluindo do "ponto isolado" para a "teoria dos meridianos" que liga os pontos aos órgãos. E esse processo continua atualmente com a descoberta de novos pontos. Historicamente, houve também uma expansão geográfica da Acupuntura que, da China, se difundiu por todo o Oriente (por exemplo, durante a Dinastia Tang, 400 d.C., ela chegou ao Japão) e, mais recentemente, por todo o mundo (WEN, 1985).

Com base nos estudos arqueológicos, é possível ter-se uma noção do desenvolvimento desta ciência desde seus primórdios até nossa era (WEN, 1985).

2.1.2. Yin – Yang

A teoria yin – yang defende que todo objeto ou fenômeno no universo consiste de dois aspectos opostos denominados yin e yang, que são, por princípio, conflitantes e interdependentes; além disso, a teoria defende que essa relação entre yin e yang é a lei universal do mundo material, o princípio e a fonte da existência de uma infinidade de coisas e a causa básica para o florescimento e o perecimento das coisas (MAIKE, 1995).

Segundo Maciocia (2007) e Maike (1995) os aspectos principais da relação Yin – Yang são:

- Oposição de Yin e Yang: generaliza a contradição e o esforço dos dois opostos dentro de um objeto ou fenômeno;
- Interdependência de Yin e Yang: cada um dos dois aspectos é a condição para a existência do outro e nenhum dos dois pode existir isolado;
- Consumo mútuo de Yin e Yang: o consumo significa perder ou enfraquecer e o suporte ganhar ou fortalecer. Os dois aspectos dentro de uma coisa não são fixos, mas estão em estado de constante movimento;
- Intertransformação de Yin e Yang: significa que em certas circunstâncias e em certo estágio de desenvolvimento, cada um dos dois aspectos de yin e yang dentro de uma coisa se transforma em seu oposto.

Os princípios do yin – yang estão presentes em todos os aspectos, são utilizados para explicar a estrutura do corpo humano, suas funções fisiológicas, as leis referentes à causa e a evolução das doenças e para servir de guia no diagnóstico e no tratamento clínico (AUTEROCHE, NAVAILH, 1992).

2.1.3. Cinco elementos

O organismo humano é regido pelo mesmo princípio da natureza. E a Medicina Tradicional Chinesa constatou essa realidade e, de acordo com ela, fez a correlação entre a fisiopatologia dos órgãos e tecidos e alguns fenômenos da natureza (WEN, 1985).

Assim como a teoria do yin – yang, a teoria dos cinco elementos constitui a base da teoria da MTC. A teoria dos cinco elementos apresenta muitas facetas e os cinco elementos representam cinco qualidades diferentes do fenômeno natural, cinco movimentos e cinco fases no ciclo das estações (MACIOCA, 1996).

A teoria dos cinco elementos ocupa um lugar importante na medicina chinesa, porque todos os fenômenos dos tecidos e órgãos, da fisiologia e da patologia do corpo humano, estão classificados e são interpretados pelas interações desses elementos (WEN, 1985).

A madeira, o fogo, a terra, o metal e a água são os materiais básicos que constituem o mundo material. Existe uma interdependência e um controle recíproco

entre eles que determina seu estado de constante movimento e mudança (MAIKE, 1995).

Segundo a passagem do Shang Sfu: “A Água umedece em descendência, o Fogo chameia em ascendência, a Madeira pode ser dobrada e esticada, o Metal pode ser moldado e endurecido, a Terra permite a disseminação, o crescimento e a colheita. Aquilo que absorve e descende (Água) é salgado, o que chameja em ascendência (Fogo) é amargo, o que pode ser dobrado e esticado (Madeira) é azedo, o que pode ser moldado e enrijecido (Metal) é picante e o que permite disseminar, crescer e colher (Terra) é doce (MACIOCA, 1996).

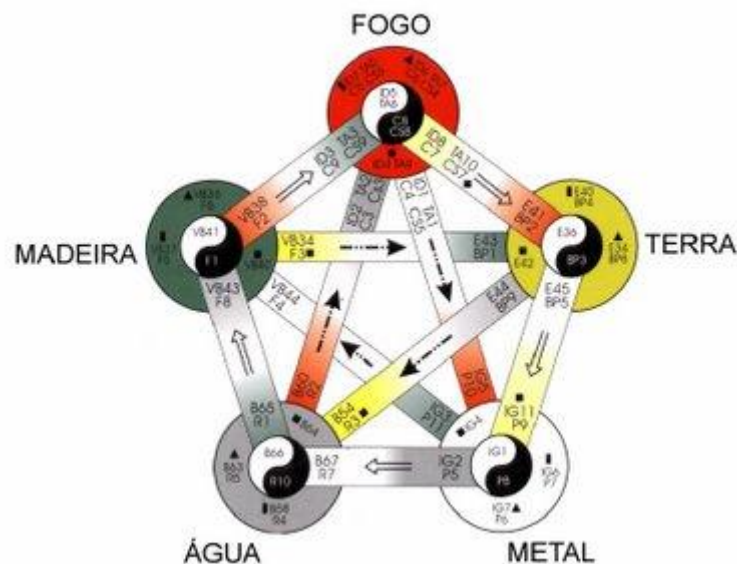


Figura 1 – Cinco elementos

Para o conceito dos cinco elementos, as várias inter-relações entre eles são essenciais (MACIOCIA, 2007):

- Sequência de geração: cada elemento é gerado por um e gera outro. Assim, a Madeira gera o Fogo, o Fogo gera a Terra, a Terra gera o Metal, o Metal gera a Água, a Água gera a Madeira.
- Sequência de controle: cada elemento controla outro e é controlado por um. Assim, a Madeira controla a Terra, a Terra controla a Água, a Água controla o Fogo, o Fogo controla o Metal e o Metal controla a Madeira.

- Sequência de superatuação: segue a mesma sequência do controle, mas, nesse caso, cada elemento controla excessivamente o outro, de maneira que provoca a sua diminuição.
- Sequência de afrontação: acontece na ordem inversa da sequência de controle. Assim, a Madeira afronta o Metal, o Metal afronta o Fogo, o Fogo afronta a Água, a Água afronta a Terra e a Terra afronta a Madeira.

A tabela 01 mostra as cinco categorias de coisas classificadas de acordo com os cinco elementos (MAIKE, 1995):

Cinco elementos	Corpo Humano					Natureza					
	Zang	Fu	Sentidos	Tecidos	Emoções	Estações	Fatores ambientais	Crescimento Desenvolvimento	Cores	Sabores	Orientações
Madeira	Fígado	Vesícula biliar	Olhos	Tendão	Raiva	Primavera	Vento	Germinação	Verde	Ácido	Leste
Fogo	Coração	Intestino delgado	Língua	Vaso	Alegria	Verão	Calor	Crescimento	Vermelho	Amargo	Sul
Terra	Baço	Estômago	Boca	Músculo	Meditação	Final do verão	Obscuridade	Transformação	Amarelo	Doce	Centro
Metal	Pulmão	Intestino grosso	Nariz	Pele e cabelo	Tristeza e melancolia	Outono	Secura	Colheita	Branco	Azedo	Oeste
Água	Rins	Bexiga	Ouvido	Osso	Medo e apreensão	Inverno	Frio	Armazenamento	Preto	Salgado	Norte

Tabela 1 – Cinco elementos

2.2. Ansiedade

2.2.1. Ansiedade na Medicina Ocidental

2.2.1.1. Definição

A ansiedade é uma experiência universal da espécie humana, e por isso há diferentes enfoques sobre o seu conceito, para Pessotti (1978, p. 78) "em algumas definições, a ansiedade é como um processo passageiro, em outras, como uma característica permanente da personalidade. Algumas outras, ainda, designam como ansiedade tanto processos transitórios, como predisposições ou traços duradouros da personalidade". E também implica na ocorrência de uma condição aversiva ou penosa, algum grau de incerteza ou dúvida e alguma forma de impotência do organismo em uma dada conjuntura.

Já para Andrade e Gorenstein (1998) a ansiedade é um estado emocional com componentes psicológicos e fisiológicos, que faz parte do espectro normal das experiências humanas, sendo propulsora do desempenho. Ela passa a ser patológica quando é desproporcional à situação que a desencadeia, ou quando não existe um objeto específico ao qual se direcione.

É uma defesa natural do corpo, mas torna-se prejudicial quando limita, impede, bloqueia e quando provoca sentimentos ou sensações de difícil controle (ZANDOMENEGHI, 2008).

Quanto à etimologia da palavra ansiedade, percebe-se também diferentes origens, como a palavra inglesa anxiety que se deriva do latim anxius definida como uma condição de agitação, e a palavra francesa anguisse se refere a uma sensação de sufocamento, é descrito seu aparecimento na Idade Média como um termo eclesiástico, significando sofrimento espiritual, alguns autores utilizam a palavra anguish (angústia) como sinônimo de anxiety enquanto outros preferem utilizar a expressão angústia para as sensações físicas que acompanham a ansiedade como fenômeno psíquico (SAVOIA, 2000).

A ansiedade pode ocorrer em maior ou menor intensidade: pode ser uma leve tensão antes do encontro com alguém importante, ou a apreensão antes de um exame em que o futuro da pessoa está em jogo. Ou pode ainda ser um profundo terror que cobre a testa de suor enquanto se espera para saber se um ente amado sofreu ou não um desastre de avião, se um filho afogou-se ou se voltou em segurança de uma tempestade. A ansiedade pode assumir formas e intensidades variadas, pois é a reação básica do ser humano frente a um perigo, a uma ameaça, ou a um valor que ele identifica com sua existência (BATISTA, SISTO, 2005).

2.2.1.2. Sintomas da ansiedade

A ansiedade é um estado emocional desagradável que em geral consiste fenomenologicamente de três condições essenciais: a) sentimento ou sensação de perigo iminente; b) atitude de expectativa em relação a esse perigo; c) sentido de desorganização, com sensação de desamparo diante do perigo (HETEM, GRAEFF, 1997).

Além dos transtornos serem muito freqüentes, os sintomas ansiosos estão entre os mais comuns, podendo ser encontrados em qualquer pessoa em determinados períodos de sua existência. Aubrey Lewis (1979), após uma longa revisão sobre a origem e o significado da palavra ansiedade, lista as seguintes características:

1. É um estado emocional, com a experiência subjetiva de medo ou outra emoção relacionada, como terror, horror, alarme, pânico;
2. A emoção é desagradável, podendo ser uma sensação de morte ou colapso iminente;
3. É direcionada em relação ao futuro. Está implícita a sensação de um perigo iminente. Não há um risco real, ou se houver, a emoção é desproporcionalmente mais intensa;
4. Há desconforto corporal subjetivo durante o estado de ansiedade. Sensação de aperto no peito, na garganta, dificuldade para respirar, fraqueza nas pernas e outras sensações subjetivas.

Além disso, Lewis (1979) salienta que existem manifestações corporais involuntárias, como secura da boca, sudorese, arrepios, tremor, vômitos, palpitação, dores abdominais e outras alterações biológicas e bioquímicas detectáveis por métodos apropriados de investigação. Esse mesmo autor lista alguns outros atributos que podem ser incluídos na descrição da ansiedade. A ansiedade pode:

1. Ser normal (por exemplo, um estudante frente a uma situação de exame) ou patológica (como nos transtornos de ansiedade);
2. Ser leve ou grave;
3. Ser prejudicial ou benéfica;
4. Ser episódica ou persistente;
5. Ter uma causa física ou psicológica;
6. Ocorrer sozinha ou junto com outro transtorno (por exemplo, depressão);
7. Afetar ou não a percepção e a memória.

Uma pessoa que tenha uma reação ansiosa inadequada e/ou extrema ou de longa duração a um determinado acontecimento pode estar sofrendo de algum tipo de ansiedade (D'EL REY, 2005).

Tabela 2 - Manifestações somáticas da ansiedade

Boca seca
Dor de cabeça
Dor ou desconforto torácico
Fraqueza
Hiperreflexia
Insônia de conciliação ou intermediária
Midríase
Parestesias (adormecimento ou formigamento)
Reação de sobressalto exagerada
Sensação de sufocamento
Sensação de instabilidade
Sinais de tensão motora (tremores, fasciculações, tensão muscular, inquietação, dor muscular, fadigabilidade fácil)
Sintomas cardiovasculares (aumento da pressão arterial e da frequência cardíaca - pulso, palpitações, extrassístoles)
Sintomas gastrointestinais (náuseas, vômitos, diarreia, alterações do apetite, dor epigástrica, sensação de "bola na garganta")
Sintomas genitourinários (aumento do número de micções, hesitação e/ou urgência miccional, diminuição da libido, impotência, ejaculação precoce, dispaurenia, frigidez)

Sintomas respiratórios (sensação de falta de ar, aumento da frequência respiratória, encurtamento dos movimentos respiratórios)

Sintomas vasomotores (extremidades frias, calafrios, ondas de calor, rubor, sudorese, palidez)

Sono entrecortado e/ou pouco repousante

Tonturas

Vertigem

Visão borrada

Zumbido no ouvido

Fonte: HETEM, L. A. B.; GRAEFF, F. G. Ansiedade e transtornos de ansiedade. Rio de Janeiro: Editora Científica Nacional, 1997.

Tabela 3 – Manifestações psíquicas da ansiedade

Agressividade

Apreensão

Desejo de escapar de certas situações

Despersonalização

Desrealização

Ideação suicida

Impulsividade

Irritabilidade

Nervosismo

Medo de ficar louco ou fora de si

Medo de perder o controle

Medo de morrer

Pânico

Prejuízo da atenção - concentração

Preocupações desnecessárias e exageradas

Sensação de desassossego, mal-estar

Sensação de "estar no limite"

Sensação de "estar sempre ligado", "estimulado"

Sensação de medo, de "estar assustado"

Sensação de perigo iminente

Fonte: HETEM, L. A. B.; GRAEFF, F. G. Ansiedade e transtornos de ansiedade. Rio de Janeiro: Editora Científica Nacional, 1997.

2.2.1.3 Epidemiologia

De acordo com a Anxiety Disorders Association of America a ansiedade é um dos distúrbios mentais mais comuns nos Estados Unidos, afetando em torno de 40

milhões de adultos a partir dos 18 anos. Desta forma gerando um custo alto de mais de 42 bilhões de dólares ao ano.

2.2.2. Ansiedade na Medicina Tradicional Chinesa

Um dos aspectos mais importantes da Medicina Tradicional Chinesa é a visão dos sistemas internos como dimensões físicas, mentais e emocionais. Uma vez que o corpo-mente forma um todo integrado e inseparável, as emoções podem não somente causar um desequilíbrio, como também serem causadas por este. Nos "Três Tesouros" a Essência (Jing) é a matéria básica do Qi e da Mente (Shen), constituindo o fundamento para um equilíbrio mental e emocional da vida (MORANT, 1954/1990; MACIOCIA, 1996).

As atividades mentais relacionadas à emoção são classificadas na medicina chinesa tradicional como alegria, raiva, melancolia, meditação, tristeza, apreensão e medo – conhecidos como os sete fatores emocionais. Eles são os principais fatores patogênicos das doenças endógenas (MAIKE, 1995).

Na teoria dos cinco movimentos (ou elementos) se podem observar a plena relação entre os fatores físicos e psíquicos, além dos órgãos - vísceras (Zang-Fu) (ROSS, 2003).

Sete emoções são consideradas na MTC: fúria, alegria, tristeza, preocupação e abstração, medo e choque (MACIOCIA, 1996). Cada emoção afeta particularmente o Qi e um determinado sistema, sendo:

Fúria faz o Qi ascender e afeta o Fígado (Gan);

Alegria faz o Qi fluir lentamente e afeta o Coração (Xin);

Tristeza dissolve o Qi e afeta o Pulmão (Fei);

Preocupação e Abstração paralisam o Qi e afetam o Baço (Pi) e o Pulmão (Fei);

Medo faz o Qi descender e afeta o Rim (Shen);

Choque dispersa o Qi, afetando o Rim (Shen) e o Coração (Xin).

As sete emoções são reflexos do estado mental do homem induzidos pelos vários estímulos em seu ambiente. Elas são fenômenos fisiológicos e não provocarão doença sob condições normais. Entretanto, se as emoções forem muito

intensas e persistentes ou o indivíduo for hipersensível aos estímulos, elas podem resultar em mudança drástica e prolongada no estado emocional, o que causa a doença. Clinicamente, os distúrbios causados pelos sete fatores emocionais são vistos principalmente no coração, fígado e baço (MAIKE, 1995).

O autor YVES REQUENA (1990, p. 66) no livro "Acupuntura e Psicologia" oferece exemplos que são de origem popular, como: "ter o coração pesado", "cantar de coração alegre", "ter coração", "ter coração mole", "ter o coração alegre", "ter o coração nas mãos", ou mesmo do provérbio "o coração tem razões que a própria razão desconhece", cujos significados apontam para a compreensão da atividade psíquica não separada da atividade orgânica, ou seja, uma falha dos órgãos produz uma modificação do comportamento psíquico correspondente, ao contrário, uma tendência psíquica excessiva ou errada, causa a perturbação orgânica correspondente, afirmando ser esta visão primordialmente holística e psicossomática.

No principal livro antigo sobre MTC "Princípios de Medicina Interna do Imperador Amarelo" (Huang Di Nei Jing) é descrito o diálogo entre duas figuras lendárias da cultura chinesa: o Imperador Amarelo (Huang Di) e o médico da corte Qibo. Neste importante cânone de Medicina Tradicional Chinesa, já se pode observar passagens que descrevem a ansiedade enquanto resposta ao desequilíbrio do homem em relação à natureza, como será descrito nos trechos a seguir (WANG, 2001).

"O imperador Amarelo perguntou: Disseram-me que nos tempos antigos, quando um médico tratava uma doença, ele apenas transformava a mente e o espírito do paciente, a fim de extirpar a fonte da doença. Nos dias de hoje, o paciente é tratado internamente com remédios e externamente com acupuntura. No entanto, algumas doenças são curadas, mas algumas delas não podem sê-lo; por quê?

Qibo respondeu: Nos tempos antigos, o povo vivia em cavernas agrestes, rodeado de pássaros e bestas; afastavam o frio pelo próprio movimento, e se evadiam do verão quente, viviam à sombra. Eles não tinham nenhuma sombra no coração por admirar a fama e o lucro, e não tinham cansaço no corpo por procurar uma posição mais elevada, por isso, dificilmente se poderia ser invadido pelo mal exógeno neste ambiente calmo e tranqüilo.

Mas, hoje em dia, a situação é diferente; as pessoas tanto são perturbadas pela ansiedade interna do coração, como feridas pelas dificuldades externas do corpo, juntamente com o descuido do paciente, violentando as regras da seqüência do clima das quatro estações, e a friagem e o calor da manhã e da noite (...)"

Neste trecho fica evidente o distanciamento do homem às leis universais da natureza, como o principal motivo para o seu próprio desequilíbrio. Tanto fatores externos (climáticos), quanto internos (emoções excessivas) são apontados como os responsáveis pelo adoecimento.

"Quando as energias refinadas dos cinco órgãos sólidos estiverem imersas em um órgão, a energia do órgão se tornará estênica e surgirá a doença (...) quando imersa no baço, a energia do baço estará abundante em parte e restringe o rim, gerando ansiedade (...). Essas são as assim chamadas penetrações".

Nesta outra passagem é descrito o resultado de desequilíbrios nos ciclos naturais de movimentação da energia Qi, referindo-se ao desequilíbrio do baço estando associado à ansiedade.

"O terror excessivo e a ponderação, fazem com que o paciente gaste a energia Yin e fique instável. O sofrimento excessivo lesa as vísceras internas, fazendo com que as atividades funcionais da energia vital se tornem exaustas, gerando a morte do paciente. A alegria excessiva causa a dispersão da energia que não pode mais ser armazenada. A melancolia excessiva causa o impedimento e a estagnação das atividades funcionais da energia vital. A fúria causa manias e a anormalidade do paciente. O terror excessivo causa o transbordamento da energia refinada devido ao desassossego do espírito".

Nesta passagem sobre "As doenças causadas pelas atividades do espírito", mais uma vez fica evidente o papel dos fatores internos (emoções) na causa do desequilíbrio da energia Qi, gerando os sinais/ sintomas clínicos que serão observados e/ou relatados.

Outro trecho que relata a importância de se tratar o psiquismo das pessoas é citado nos trechos de Huangdi Neijing:

Imperador Amarelo: Como se diferenciam os terapeutas?

Conselheiro Qibo: O pequeno terapeuta não sabe diagnosticar, só começa a tratar quando a doença já se desenvolveu e a destruição se estabeleceu. É um ignorante e incompetente.

O grande terapeuta valoriza os primeiros sintomas, diagnostica logo a desarmonia, previne a doença e afasta a destruição. É um curador de categoria superior.

Imperador Amarelo: Como aumentar os efeitos das agulhas e moxas, desejo ouvir mais a respeito!

Conselheiro Qibo: A fim de tornar as agulhas e moxas mais eficientes, deve-se curar primeiro o espírito. Em seguida, avaliar os pulsos dos cinco órgãos, palpar as várias regiões do corpo e definir a desarmonia. Então, pode-se aplicar as agulhas e moxas.

ROSS (2003) descreve na tabela 4 a relação entre a ansiedade e a teoria dos cinco elementos.

Tabela 4 – Ansiedade e os cinco elementos

Sistema	Emoção	Sinais típicos
Coração	Ansiedade	Palpitação, insônia
Baço	Preocupação	Gastrite, náusea
Pulmão	Medo das perdas	Dispneia, asma
Rim	Medo e apreensão	Enurese frequente, diarreia
Fígado	Incerteza e irritabilidade	Tensão muscular, dor de cabeça

Fonte: Ross (1994, 2003).

2.2.2.1. Etiologia

A ansiedade é uma das queixas mais frequentemente vistas na prática clínica, o começo da enfermidade, geralmente, se produz durante a juventude, chegando a instalar-se com certa cronicidade. A mesma é causada com maior frequência pela atividade mental excessiva, o trabalho intelectual por tempo prolongado ou por trauma psicológico, o que leva à debilidade da mente e à superexcitação do córtex cerebral, produzindo sintomas como: insônia, dificuldade para entrar no sono, sono leve com fácil despertar e poucas horas de sono; em casos graves, o paciente passa toda a noite sem dormir, apresenta pesadelos, palpitações, sudorese, irritabilidade, astenia geral e perda da memória (NEVES NETO, 2005).

Para a Medicina Tradicional Chinesa, esta patologia é denominada Bu Mei que pode ser traduzida como perda do sono. De acordo com a etiopatogenia, esta relacionada com lesões do baço e coração ou do sangue e da energia, produto do trabalho mental excessivo ou da preocupação excessiva, outra causa pode ser a atividade sexual em excesso que lesiona o Yin do rim favorecendo a subida do fogo, produzindo-se uma falta de comunicação entre coração e rim. Também, a alimentação inadequada que provoca a desarmonia entre baço e estômago é outra das causas que favorece o acúmulo de umidade e por sua vez de fleuma, a fleuma

acumulada se transforma em calor, fleuma e calor combinados ascendem para prejudicar o coração e o espírito. A repressão de sentimentos e a irritabilidade provocam ascensão de fogo do fígado, sendo outra das causas da enfermidade (NEVES NETO, 2005).

O principal fator etiológico na ansiedade é obviamente o estresse emocional. No entanto, outros fatores apresentam também papel importante; constituição e dieta são importantes fatores etiológicos (MACIOCIA, 2009).

1. Estresse emocional

“Ansiedade” é um termo geral que indica um estado crônico de medo e intranqüilidade. No entanto, isto não significa que, entre as emoções, apenas o medo gere ansiedade. O estado crônico de ansiedade pode advir de muitas emoções, em especial, preocupação, medo, alegria excessiva, choque, culpa, vergonha ou excesso de pensamentos.

Qualquer das emoções anteriormente citadas pode gerar inicialmente alguma estagnação do Qi; o Qi estagnado, depois de algum tempo, gera Calor e, com o passar do tempo, essa situação lesa Sangue e Yin, causando deficiência de Sangue e/ou Yin. Portanto, o Calor pode agitar a Mente, provocando ansiedade; por outro lado, a deficiência de Sangue e de Yin privam a Mente de sua residência e também geram ansiedade.

Estagnação do Qi e deficiência do Qi resultantes de estresse emocional podem também gerar formação de Fleuma, que pode obstruir a Mente e causar ansiedade ou ataques de pânico mais graves (MACIOCIA, 2009).

2. Constituição

A tendência constitucional é fator etiológico importante e freqüente na ansiedade crônica. Há muitas pessoas que simplesmente têm propensão constitucional a se preocupar e a ter ansiedade sem razão externa aparente.

Um sinal importante indicando tendência constitucional ao estresse emocional e ansiedade é a fissura de Coração na língua.

De acordo com o National Institute of Mental Health, o risco de desenvolver distúrbio do pânico parece ser herdado, pois isso da importância da constituição na etiologia da ansiedade crônica e dos distúrbios do pânico (MACIOCIA, 2009).

3. Dieta irregular

Alimentação irregular causa deficiência do Qi e do Yin do Estômago; com o passar do tempo, isso pode afetar o Coração e gerar deficiência de Yin do Coração e ansiedade.

A alimentação irregular e o consumo excessivo de alimentos produtores de umidade geram formação de Fleuma. Isso pode obstruir a Mente e agravar a ansiedade e os distúrbios do pânico (MACIOCIA, 2009).

4. Perda de Sangue

Uma perda grande de Sangue, como ocorre durante o parto, causa deficiência de Sangue. O Coração governa o Sangue, e essa deficiência pode, portanto, gerar deficiência do Sangue do Coração e ansiedade (MACIOCIA, 2009).

5. Sobrecarga de Trabalho

A sobrecarga de trabalho no sentido de trabalhar muitas horas sem descanso adequado por muitos anos esgota seriamente o Yin do Rim. Depois de algum tempo, a deficiência do Yin do Rim afeta o Coração e pode causar ansiedade crônica. A deficiência de Yin do Rim pode também causar ansiedade crônica por si só, sem afetar o Coração (MACIOCIA, 2009).

2.2.2.2. Órgãos internos

Além dos padrões com os quais a ansiedade pode se apresentar é proveitoso diferenciar patologia e sintomas da ansiedade do ponto de vista dos órgãos internos (MACIOCIA, 2009).

1. Coração

O sintoma cardinal de um padrão do Coração são palpitações. O paciente que sofre de ansiedade proveniente de desarmonia do Coração sofrerá de palpitações, e a ansiedade será sentida no tórax. Este sintoma pode ser de sensação de aperto, desconforto ou opressão no tórax. Nas condições de excesso, pode haver sensação de aperto no peito; ao passo que nas condições de deficiência, sensação do coração estar “suspenso”.

O indivíduo portador de ansiedade com desarmonia do Coração vai parecer perturbado e um pouco “assombrado”. Será agitado, inquieto e propenso a se mover com movimentos rápidos.

Haverá insônia, e outros sintomas dependerão da condição ser decorrente de excesso ou deficiência do Coração. A deficiência do Sangue do Coração é mais comum em mulheres que, além de ser ansiosas, tenderão a se sentir tristes e a chorar (MACIOCIA, 2009).

2. Pulmão

O Pulmão é afetado por tristeza e aflição geralmente provenientes de perdas. O paciente, portanto, vai ser triste e propenso a chorar. Suspirar também é sintoma característico de padrões mentais e emocionais do Pulmão. O indivíduo também tenderá a ser pálido e a falar com voz fraca.

Tristeza e aflição esgotam o Qi e, portanto, geram deficiência de Qi, especialmente de Pulmão e Coração. Esse fato faz o pulso ficar Fraco ou Vazio. No entanto, depois de algum tempo, a deficiência do Qi no tórax pode também gerar

estagnação do Qi nessa região, afetando Coração e Pulmão. Isso poderá fazer o pulso do Pulmão ficar levemente tenso. Quando o Pulmão for afetado por estagnação do Qi, após a tristeza inicial, pode ocorrer leve ansiedade.

A ansiedade do Pulmão frequentemente é proveniente de razões espirituais, do sentido da vida e do padecimento existencial (MACIOCIA, 2009).

3. Rim

A emoção do Rim é o medo; esta emoção, combinada com preocupação, é a mais próxima da ansiedade o paciente se mostra esquelético e com medo, com olhar de quase pânico. Pode ter complexão escura. Em qualquer situação, esse indivíduo vai sempre ter medo do pior.

O medo do Rim tem qualidade “obscura”, sendo diferente da ansiedade relativa aos outros órgãos. A ansiedade do Rim é geralmente sobre situações da vida; o indivíduo fica profundamente pessimista, e a ansiedade vem de tal pessimismo. A ansiedade relativa ao Rim é frequentemente proveniente de culpa.

Apesar de ser dito que o medo faz o Qi descender, o medo crônico e a ansiedade do Rim fazem o Qi ascender à cabeça, de tal forma que o indivíduo apresenta a face quente e se sente levemente aturdido e ansioso (MACIOCIA, 2009).

4. Baço

A emoção relativa ao Baço é o excesso de pensamentos, isto é muito similar à preocupação. O excesso de pensamento é encontrado em indivíduos que dão “voltas em círculos” ou tem “discussões mentais”; em casos graves, o excesso de pensamentos pode se tornar obsessivo. Em casos crônicos, excesso de pensamentos pode causar ansiedade, pois o indivíduo está constantemente ansioso a respeito de suas próprias discussões mentais.

A ansiedade do Baço pode também estar relacionada a questões acerca da consolidação do elemento Terra, tais como ser superprotetora em relação aos

próprios filhos, ignorar as próprias necessidades e colocar as necessidades dos outros em primeiro lugar ou ainda sofrer de falta de cuidados (MACIOCIA, 2009).

5. Fígado

A ansiedade relativa ao Fígado é próxima à preocupação. As pessoas do tipo Madeira tendem à se preocupar facilmente, são frequentemente tensas e, às vezes, perfeccionistas. Sua ansiedade vem dos altos padrões que se impõem, sendo, portanto, relacionada à sensação de não conseguir aquilo a que se propôs.

O Fígado abriga a Alma Etérea, que é responsável por nossas idéias, planos, projetos, sonhos de vida e visão. A ansiedade do Fígado é, portanto, também relacionada à insatisfação com as nossas próprias conquistas (MACIOCIA, 2009).

2.3. Auriculoterapia

A auriculoterapia é um ramo da acupuntura destinado ao tratamento das enfermidades físicas e mentais através de estímulos de pontos situados no pavilhão auricular. Cada orelha tem pontos reflexos que correspondem a todos os órgãos e funções do corpo (SOUZA, 1996).

Na parte do livro Os Onze Canais Yin e Yang na Moxabustão declara-se: “os membros, os olhos, a face e a garganta, todos se reúnem, através dos canais e vasos, na orelha”. Nesta frase podem-se perceber de maneira clara os fundamentos da teoria básica quanto à relação da orelha com o resto da fisiologia (GARCIA, 1999).

O povo chinês foi provavelmente o primeiro a esboçar a estreita relação existente entre o pavilhão auricular, os canais e colaterais, os Zang Fu e o resto do organismo, além de legar bases teóricas para o diagnóstico e tratamento, através do pavilhão auricular (GARCIA, 1999).

Os antigos expressavam: “O interno se reflete através da forma externa”. Desta forma fica claro, que o estado dos órgãos internos e o estado da superfície do corpo têm uma estreita relação. Desde a antiguidade era bem conhecido que

através das mudanças observadas no pavilhão auricular, se poderiam estabelecer as variações patológicas dos Zang Fu (GARCIA, 1999).

A auriculoterapia pode ser usada em todos os tipos de problemas físicos e psíquicos, abrangendo uma vasta relação de tratamentos. Tendo como fundamento o reflexo direto sobre o cérebro e, através deste, sobre todo o organismo, é um método completo de terapia.

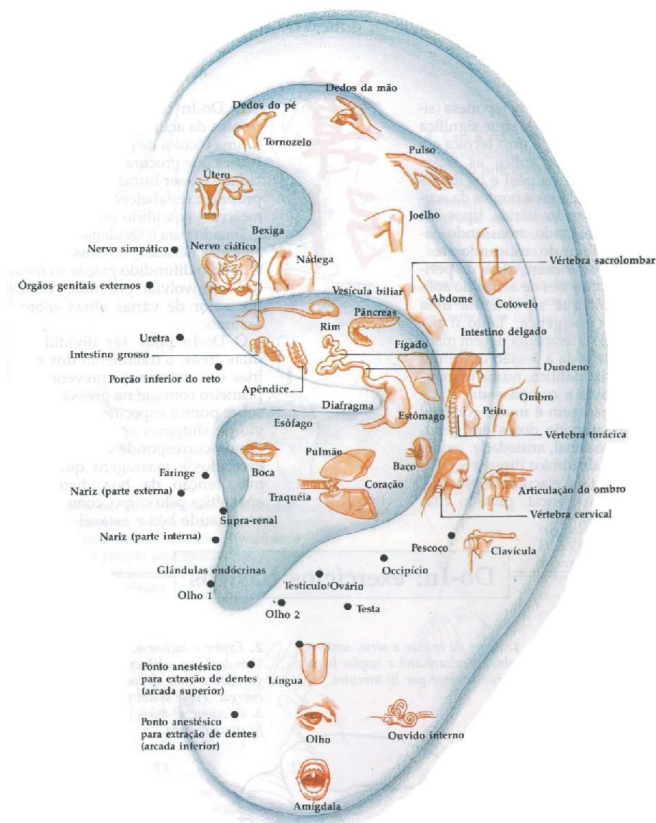


Figura 2 – Pontos da Auriculoterapia Chinesa

2.3.1. Cristais radiônicos

Os cristais radiônicos compreendem minúsculas esferas de vidro cristal com 1mm de diâmetro especificamente programados (via radiônica), capazes de transmitir uma forte intenção (involuntária, ou seja, além daquela exercida pelo terapeuta e presumida pelo paciente) de harmonização nos pontos a serem utilizados tanto quando submetido tratamento na acupuntura sistêmica quanto nos microsistemas, como neste caso auriculoterapia (BREVES, 2007).

A programação via radiônica possibilita a organização das partículas atômicas dos cristais de vidro com fins terapêuticos. Todavia é necessária uma melhor explanação quanto ao assunto “radiônico” para entendimento e desmistificação do procedimento (BREVES, 2007).

2.3.1.1. Radiônica e cristais

Atualmente existem muitos relatos quanto a descoberta da radiônica. Existem indícios que ela fora desenvolvida e amplamente divulgada por Albert Abrams, Thomas Colossa, MacNannus e Ruth Drown no início do século XX (BREVES, 2007).

Alguns estudiosos do assunto conferem a ação da radiônica em duas dimensões distintas: uma dimensão de área predominantemente lógica, responsável pela execução de todas as atividades físicas propriamente ditas, e outra dimensão mais sutil, dominada pela intuição, uma forma mais holística, a própria consciência. Nesta segunda dimensão, tempo e espaço a habitam, e é praticamente neste campo, tanto do paciente quanto do terapeuta onde ocorrerá o processo de equilíbrios energéticos (BREVES, 2007).

O processo de programação radiônica tem como base conceitos da física quântica, o que de certo modo, confere credibilidade quanto as frequências e ondas emanadas dos aparelhos utilizados para este fim, haja vista que ambas descrevem o comportamento das partículas em nível subatômico (BREVES, 2007).

Pode-se dizer que a programação de cristais radiônicos, utilizando os preceitos básicos da Medicina Tradicional Chinesa (neste caso o gráfico-mãe e todas as frequências energéticas pertinentes a atuação e emanação de ondas suficientes a “cura” do indivíduo, no ponto de acupuntura específico) é uma forma de otimização da acupuntura propriamente dita (BREVES, 2007).

A especificidade é tamanha que a programação via radiônica de qualquer sistema dá-se numa dimensão menor de nanopartículas, sofrendo influências externas constantemente, por isso caracteriza-se um procedimento dinâmico e mutante, necessitando, no caso de um gráfico-mãe, para garantir sua estabilidade e organização das partículas (BREVES, 2007).

Esta técnica permite a utilização de máquinas específicas, que por meio de programações de ondas infravermelhas (Princípios da Física Quântica), através destes equipamentos pode-se concentrar e potencializar várias formas de ondas canalizadas na forma de “pensamentos” terapêuticos (BREVES, 2007).

Os cristais radiônicos que possuem interiorizados uma programação mental induzida por meio de instrumentos radiônicos, a programação encontra-se codificada e estabilizada pelo que se denomina gráfico-mãe (BREVES, 2007).

Uma maneira de mensuração da freqüência vibracional e estabilidade da programação dos cristais radiônicos é através de um aparato radiestésico denominado Biometro de Bovis (BREVES, 2007).

Este instrumento radiestésico fora elaborado no intuito de mensurar qualquer freqüência de energia tomando como unidade o angstrom. Assim, conforme demonstrado no biometro um individuo saudável encontra-se na faixa superior a 6500 angstroms, enquanto que na instauração de um quadro patológico esse valor vai decrescendo. Para avaliar a freqüência energética, tem-se a instauração por meio do terapeuta do estado denominado alfa. O estado alfa encontra-se na faixa de 8 a 13 HZ no tange a freqüência mental, ele é atingido por meio de concentração e técnica de meditação onde se desenvolve um sono leve, ou hipnose. Neste estado as freqüências cerebrais encontra-se focadas sem interferências de pensamentos externos o que não induz (auto-sugestão) uma resposta falsa junto ao pendulo no biometro (BREVES, 2007).

Após, atingido o estado alfa o terapeuta busca focalizar sua atenção ao paciente e em sua freqüência de onda, através do pendulo disposto sobre o biometro é possível visualizar a direção do mesmo conforme a freqüência energética e assim interpretar o estado do individuo.

Deste modo fica evidente a múltipla gama de atribuições e emprego que os cristais radiônicos possuem, de modo simplista, mas essencial, pode-se dizer que os cristais atuam realizando estímulos fisiológicos, bem como, os gerados por sementes, agulhas, esferas, entre outros instrumentos, no ponto do microssistema auricular, além de transmitir nele uma freqüência igual ou superior à 8000 ângstroms, faixa energética de equilíbrio e determinante de organismo saudável (BREVES, 2007).

Este inovador instrumento terapêutico, busca a harmonização e equilíbrio energético do ponto propriamente dito além dos meridianos que se encontram

ligados e acoplados à ele, e conseqüentemente irradiando tal benefício aos órgãos e vísceras, ZANG-FU relacionados. Assim o equilíbrio desempenhado é realizado por meio da programação já contida no cristal, não sendo exigida a manipulação nos sentidos de sedação ou tonificação segundo necessidade vigente, a simples aplicação do cristal em estado único já desempenha sua funcionalidade harmonizadora (BREVES, 2010).

Quando eles são colocados nos pontos auriculares que representam os órgãos dos 5 elementos, com o paciente focalizado no problema que deseja se livrar, instantaneamente eles corrigem a energia desses órgãos para padrões que somente se encontram em lugares santos. Nesse padrão, a essência volta a brilhar, e é por conta dela que as emoções desagradáveis se humanizam (BREVES, 2010).

Quando não houver sucesso, é necessário um tratamento de choque colocando cristais ao longo das regiões dos braços, das pernas, da coluna, da cabeça. E nas duas orelhas (BREVES, 2010).



Figura 3 – Gráfico Mãe

2.3.2. Sementes de mostarda

A fitoestimulação é uma técnica inovadora que associa a acupuntura com a fitoterapia, tendo como finalidade estimular determinados pontos de acupuntura com sementes medicinais (FRANCESCHINI, 1998).

A semente de mostarda (*Brassica Juncea*) é muito usada em desequilíbrios do pulmão, estômago e fígado, astenia de qi e frio. E também é muito usada em bronquites, congestão, dor de cabeça, faringite, frieiras, gripe, paralisia, pneumonia,

resfriados, reumatismo, tosse. E suas propriedades são: analgésica, anti-séptica, carminativa, desinfetante, diurética, emética, estimulante, expectorante (FRANCESCHINI, 1998).

4. MÉTODO

4.1. Amostra

A amostra deste estudo foi composta por 20 (vinte) pacientes mediante aplicação do Inventário de Ansiedade de Beck (Beck Anxiety Inventory).

A amostra foi dividida em dois grupos denominados de GCR (Grupo Cristal Radiônico) e GSM (Grupo Semente de Mostarda). Cada grupo foi subdividido em quatro grupos de acordo com o nível de ansiedade: (1) grau mínimo de ansiedade, (2) ansiedade leve, (3) ansiedade moderada, (4) ansiedade severa conforme tabela 5:

Tabela 5 – Caracterização dos sujeitos dos grupos (cristais radiônicos e semente de mostarda)

Grupo	Sujeito	Idade	Beck		Beck	
			Pontuação anterior		Pontuação posterior	
GCR	1	26	6	Mínimo	2	Mínimo
GCR	2	28	7	Mínimo	3	Mínimo
GCR	3	25	8	Leve	3	Mínimo
GCR	4	41	9	Leve	6	Mínimo
GCR	5	43	14	Leve	3	Mínimo
GCR	6	24	14	Leve	3	Mínimo
GCR	7	49	16	Moderado	4	Mínimo
GCR	8	63	17	Moderado	6	Mínimo
GCR	9	41	26	Severo	7	Mínimo
GCR	10	43	28	Severo	4	Mínimo
GSM	1	23	7	Mínimo	7	Mínimo
GSM	2	55	15	Leve	15	Leve
GSM	3	66	20	Moderado	20	Moderado
GSM	4	38	21	Moderado	14	Leve
GSM	5	39	22	Moderado	21	Moderado
GSM	6	43	23	Moderado	22	Moderado
GSM	7	52	24	Moderado	23	Moderado
GSM	8	44	24	Moderado	24	Moderado
GSM	9	34	27	Severo	28	Severo
GSM	10	42	34	Severo	28	Severo

GCR: Grupo cristais radiônicos; GSM: Grupo semente de mostarda.

Os critérios de seleção dos sujeitos foram baseados nas descrições de inclusão e exclusão a seguir:

4.1.1. Critérios de inclusão

Os critérios de inclusão são:

- Idade superior a 20 anos;
- Gênero feminino.

4.1.2. Critérios de exclusão

Os critérios de exclusão são:

- História de transtorno psiquiátrico.

4.2. Materiais

Para este estudo foi usado o Inventário de Ansiedade de Beck (Beck Anxiety Inventory).

A escala consiste de 21(vinte e um) itens descrevendo sintomas comuns em quadros de ansiedade. Ao respondente foi perguntado o quanto ela foi incomodada por cada sintoma dentro de uma escala de 4 (quatro) pontos, variando de 0 (zero) (não a todas) a 3 (três) (severamente). Os itens somados resultam em escore total que pode variar de 0 (zero) a 63 (sessenta e três).

A escala de ansiedade mede vários aspectos que podem ser agrupados de acordo com os seguintes tópicos: humor, cognição, comportamento, estado de hiperalerta, sintomas somáticos e outros e recomenda os pontos de corte como:

- a) 0 – 7: grau mínimo de ansiedade;
- b) 8 – 15: ansiedade leve;
- c) 16 – 25: ansiedade moderada;
- d) 26 – 63: ansiedade severa.

4.3. Coleta de dados

Após a seleção dos sujeitos em função dos critérios de inclusão e exclusão, apresentou-se o termo de Consentimento Livre e Esclarecido que, devidamente lido e explicado, foi assinado pelos sujeitos.

O delineamento do estudo consistiu na aplicação do questionário para avaliar o nível de ansiedade dos participantes, seguido da aplicação da Auriculoterapia Chinesa com os cristais radiônicos nos sujeitos do grupo GCR e sementes de mostarda nos sujeitos do grupo GSM nos seguintes pontos: rim, fígado, baço-pâncreas, coração, pulmão e hipotálamo.

Quando não houver sucesso, é necessário um tratamento de choque: pontos ao longo das regiões dos braços, das pernas, da coluna, da cabeça. E nas duas orelhas. Após 7 (sete) dias foi aplicado novamente o Inventário para avaliar o efeito na parte emocional, principalmente para avaliar o nível de ansiedade dos participantes após a aplicação de acupuntura.

Segue abaixo a tabela 6 e 7 referente às pontuações anteriores e posteriores de cada questão para ambos os grupos.

Tabela 6 – Pontuação anterior e posterior do grupo cristal radiônico

GRUPO CRISTAL RADIÔNICO																					
		SUJ. 1		SUJ. 2		SUJ. 3		SUJ. 4		SUJ. 5		SUJ. 6		SUJ. 7		SUJ. 8		SUJ. 9		SUJ. 10	
Perguntas		A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D
1	Dormência ou formigamento	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0
2	Sensações de calor	0	0	1	0	2	1	0	0	1	0	1	0	0	0	2	1	2	1	2	0
3	Tremor nas pernas	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Incapaz de relaxar	2	1	1	1	1	0	2	1	2	0	2	0	2	2	3	1	3	0	2	1
5	Medo de acontecimentos ruins	0	0	1	0	0	0	1	1	2	1	1	1	1	1	2	0	2	1	1	1
6	Confuso ou delirante	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	1
7	Coração batendo forte e rápido	1	0	1	0	1	0	0	0	2	0	2	1	2	0	2	1	2	0	2	0
8	Inseguro(a)	0	0	0	0	1	1	3	2	1	0	1	0	2	0	1	0	2	1	2	0
9	Apavorado(a)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	3	0	0	0	1	0	0	0
0	Nervoso(a)	2	1	1	1	0	0	2	1	1	0	1	0	2	1	2	1	2	0	3	0
1	Sensação de sufocamento	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	1	0	0
2	Tremor nas mãos	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Trêmulo(a)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0
4	Medo de perder o controle	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	2	1	2	1
5	Dificuldade de respirar	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	2	0
6	Medo de morrer	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7	Assustado(a)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0
8	Indigestão ou desconforto abdominal	0	0	0	0	1	1	0	0	2	1	0	0	0	0	0	0	1	0	3	0
9	Desmaios	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	Rubor facial	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	2	1	2	0
1	Sudorese (não devido ao calor)	1	0	1	0	0	0	0	0	2	1	1	1	0	0	2	1	3	1	2	0
TOTAL		6	2	7	3	8	3	9	6	14	3	14	3	16	4	17	6	26	7	28	4

Tabela 7 - Pontuação anterior e posterior do grupo semente de mostarda

GRUPO SEMENTE DE MOSTARDA																					
		SUJ. 1		SUJ. 2		SUJ. 3		SUJ. 4		SUJ. 5		SUJ. 6		SUJ. 7		SUJ. 8		SUJ. 9		SUJ. 10	
Perguntas		A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D	A	D
1	Dormência ou formigamento	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Sensações de calor	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	3	3	3	3	2	3	0	0
3	Tremor nas pernas	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	2	2	1	1	2	2
4	Incapaz de relaxar	1	1	3	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	3	1	1	3	3	3	2
5	Medo de acontecimentos ruins	1	1	3	3	2	2	2	1	0	0	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2
6	Confuso ou delirante	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	3	2
7	Coração batendo forte e rápido	0	0	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	0
8	Inseguro(a)	0	0	1	1	1	1	3	2	1	1	3	3	0	0	1	1	3	3	2	3
9	Apavorado(a)	0	0	0	0	0	0	1	1	3	2	2	2	0	0	1	1	0	0	3	3
10	Nervoso(a)	0	0	1	1	1	1	0	0	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	3	0
11	Sensação de sufocamento	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	3	3	2	2	0	0
12	Tremor nas mãos	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	2	2
13	Trêmulo(a)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	Medo de perder o controle	0	0	3	3	3	3	3	2	1	1	3	3	3	3	2	2	2	2	1	1
15	Dificuldade de respirar	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	3	3
16	Medo de morrer	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2	0	0	1	1	2	2
17	Assustado(a)	0	0	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	0	2	2	1	1	0	1
18	Indigestão ou desconforto abdominal	0	0	0	0	2	2	3	3	2	2	1	1	2	2	0	0	0	0	2	3
19	Desmaios	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0
20	Rubor facial	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1
21	Sudorese (não devido ao calor)	1	1	0	0	3	3	0	0	1	1	1	1	2	2	1	1	3	3	2	1
TOTAL		7	7	15	15	20	20	21	14	22	21	23	22	24	23	24	24	27	28	34	28

5. RESULTADOS

Os dados (pontuação anterior e posterior do Inventário de Ansiedade de Beck) foram analisados considerando a análise intragrupo (GCR e GSM), bem como a análise intergrupo (GCR x GSM), em relação ao nível de ansiedade.

5.1. Análise intragrupo

5.1.1. GCR

Para análise do GCR na variável da pontuação do Inventário de Ansiedade de Beck foram comparados a pontuação antes e após a aplicação dos cristais radiônicos através da Auriculoterapia Chinesa para detectar o efeito deste instrumento, conforme tabela 8.

Nota-se diferença significativa em todos os sujeitos de todos os níveis de ansiedade para o grau mínimo de ansiedade após a aplicação com os cristais radiônicos, sendo a redução mínima da ansiedade em 33% e máxima em 86%.

Tabela 8 – Tabela demonstrativa da pontuação antes e após aplicação com cristais radiônicos

Grupo	Sujeito	Beck		Beck	Beck	Redução %
		Pontuação anterior	Pontuação posterior			
GCR	1	6	Mínimo	2	Mínimo	-67%
GCR	2	7	Mínimo	3	Mínimo	-57%
GCR	3	8	Leve	3	Mínimo	-63%
GCR	4	9	Leve	6	Mínimo	-33%
GCR	5	14	Leve	3	Mínimo	-79%
GCR	6	14	Leve	3	Mínimo	-79%
GCR	7	16	Moderado	4	Mínimo	-75%
GCR	8	17	Moderado	6	Mínimo	-65%
GCR	9	26	Severo	7	Mínimo	-73%
GCR	10	28	Severo	4	Mínimo	-86%

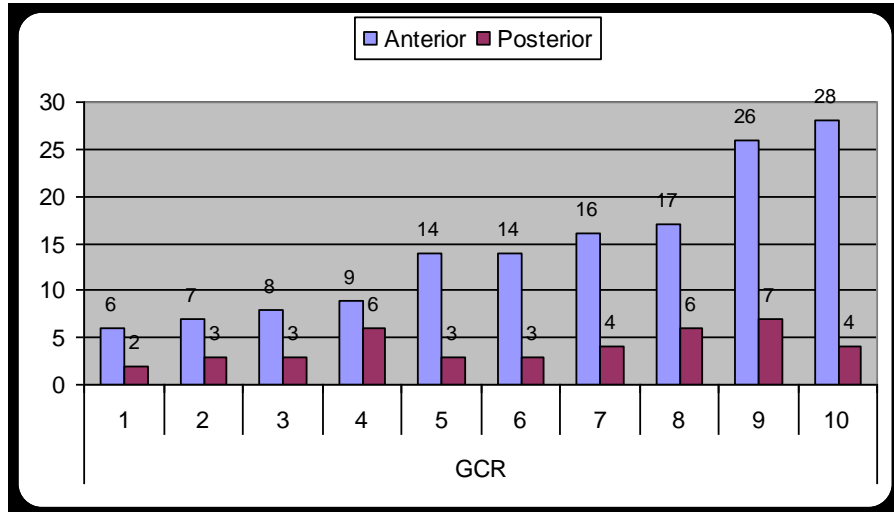


Gráfico 1 – Gráfico representativo do GCR na análise de pontuação anterior e posterior do Inventário de Ansiedade de Beck.

GCR: Grupo cristal radiônico

5.1.2. GSM

Para análise do GSM na variável da pontuação do Inventário de Ansiedade de Beck foram comparados a pontuação antes e após a aplicação com sementes de mostarda através da Auriculoterapia Chinesa para detectar o efeito deste instrumento, conforme tabela 9.

Nota-se que quatro sujeitos mantiveram a mesma pontuação, enquanto três sujeitos diminuíram um ponto, um sujeito aumentou um ponto e dois sujeitos diminuíram seis pontos e sete pontos (o qual alterou do nível moderado para o nível leve de ansiedade).

Tabela 9 - Tabela demonstrativa da pontuação antes e após aplicação com sementes de mostarda

Grupo	Sujeito	Beck		Redução %		
		Pontuação anterior	Pontuação posterior			
GSM	1	7	Mínimo	7	Mínimo	0%
GSM	2	15	Leve	15	Leve	0%
GSM	3	20	Moderado	20	Moderado	0%
GSM	4	21	Moderado	14	Leve	-33%
GSM	5	22	Moderado	21	Moderado	-5%
GSM	6	23	Moderado	22	Moderado	-4%
GSM	7	24	Moderado	23	Moderado	-4%
GSM	8	24	Moderado	24	Moderado	0%
GSM	9	27	Severo	28	Severo	4%
GSM	10	34	Severo	28	Severo	-18%

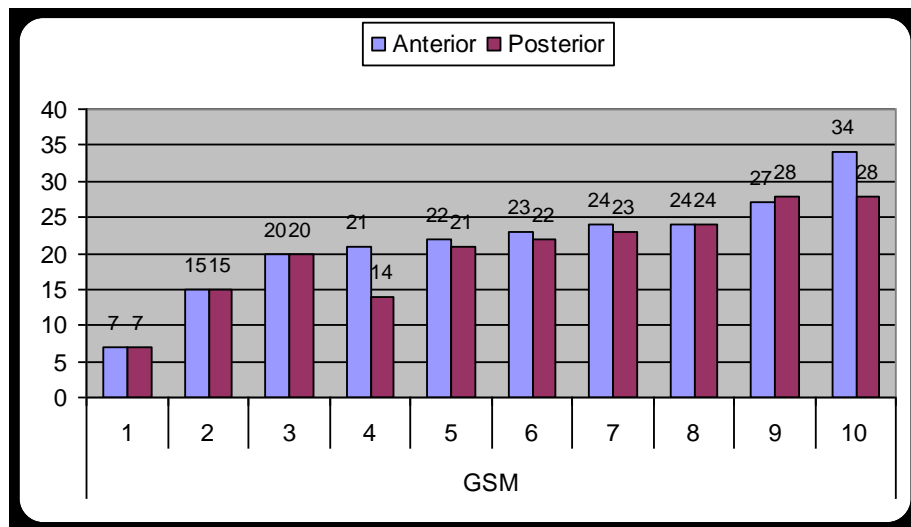


Gráfico 2 - Gráfico representativo do GSM na análise de pontuação anterior e posterior do Inventário de Ansiedade de Beck.
GSM: Grupo semente de mostarda

5.2. Análise intergrupo

5.2.1. GCR x GSM

A análise intergrupo na variável de pontuação foi realizada para detectar diferenças na pontuação geral entre os grupos conforme tabela 10:

A partir dos resultados obtidos observa-se que o GCR apresentou melhora no nível de ansiedade em comparação com GSM, já que o mesmo obteve média de redução de 68% enquanto o GSM de 6%.

Tabela 10 - Tabela demonstrativa da pontuação do GCR e GSM antes e após aplicação do GCR e GSM

	GCR	GSM
Antes	145	217
Depois	41	202

GCR: Grupo cristal radiônico
GSM: Grupo semente de mostarda

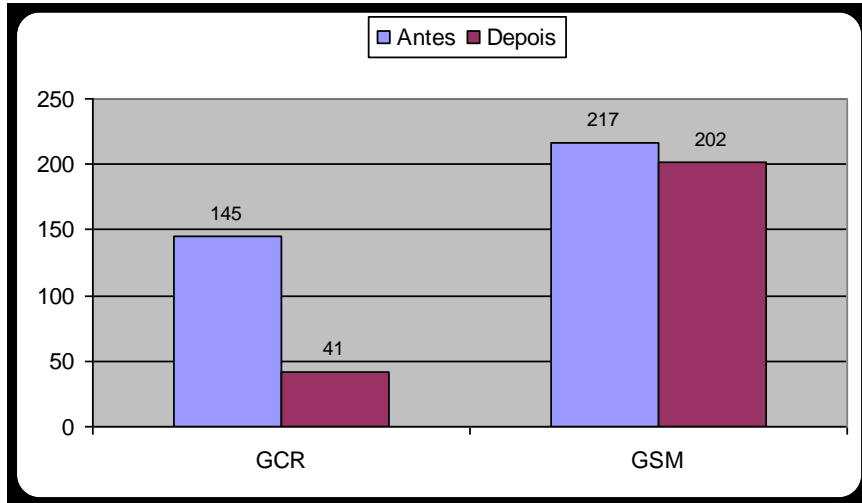


Gráfico 3 - Gráfico representativo da comparação entre GCR e GSM na análise de pontuação anterior e posterior do Inventário de Ansiedade de Beck.

GCR: Grupo cristal radiônico
GSM: Grupo semente de mostarda

5.2.1.1. Análise intergrupo – grau mínimo de ansiedade

A análise intergrupo foi realizada para detectar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda no grau mínimo de ansiedade.

Quanto a pontuação, notou redução de 67% (GCR 1) e 57% (GCR 2) no GCR, enquanto no GSM não observou-se nenhuma alteração (0%).

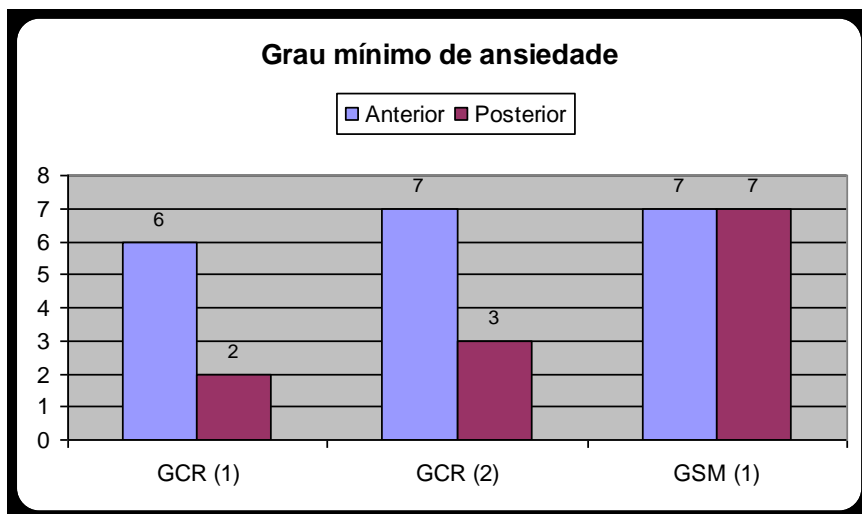


Gráfico 4 – Gráfico representativo da análise intergrupo no grau mínimo de ansiedade

GCR (1): 1º sujeito do grupo cristal radiônico; GCR (2): 2º sujeito do grupo cristal radiônicos; GSM (1): 1º sujeito do grupo semente de mostarda.

5.2.1.2. Análise intergrupo – grau leve de ansiedade

A análise intergrupo foi realizada para detectar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda no grau leve de ansiedade.

Quanto a pontuação, notou-se redução de 63% (GCR 3), 33% (GCR 4), 79% (GCR 5), 79% (GCR 6) no GCR, enquanto no GSM não observou-se nenhuma alteração (GSM 2).

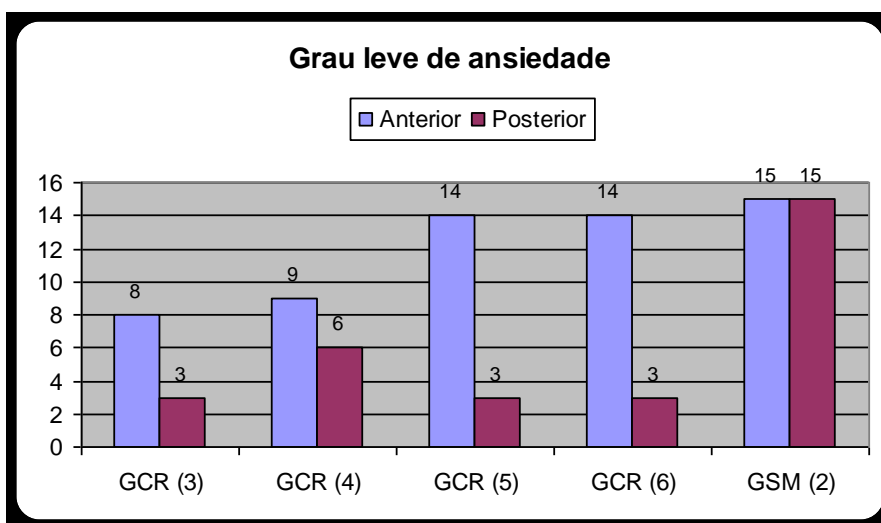


Gráfico 5 - Gráfico representativo da análise intergrupo no grau leve de ansiedade
GCR (3): 3º sujeito do GCR; GCR (4): 4º sujeito do GCR; GCR (5): 5º sujeito do GCR; GCR (6): 6º sujeito do GCR; GSM (2): 2º sujeito do GSM.

5.2.1.3. Análise intergrupo – grau moderado de ansiedade

A análise intergrupo foi realizada para detectar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda no grau moderado de ansiedade.

Quanto a pontuação, notou redução de 75% (GCR 7) e 65% (GCR 8) no GCR, enquanto no GSM não observou-se nenhuma alteração em dois sujeitos (GSM 3 e 8) e redução de 33% (GSM 4), 5% (GSM 5), 4% nos demais (GSM 6 e 7).

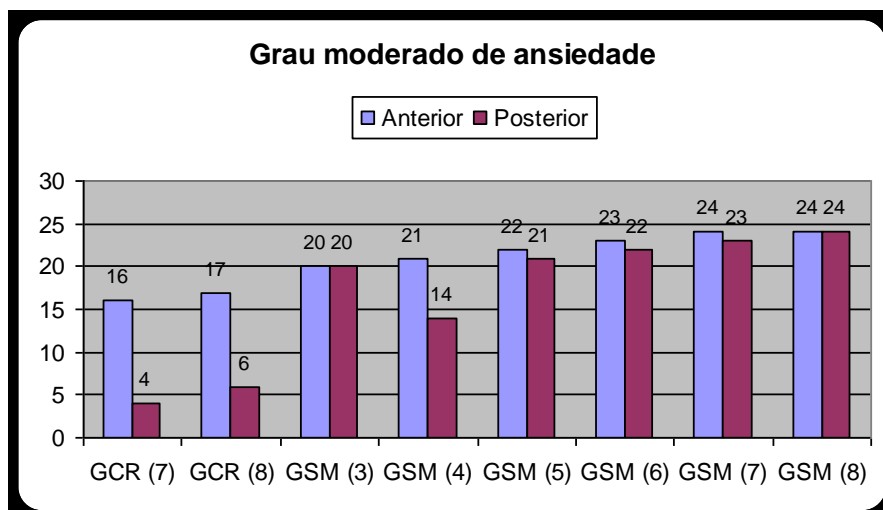


Gráfico 6 - Gráfico representativo da análise intergrupo no grau moderado de ansiedade
 GCR (7): 7º sujeito do GCR; GCR (8): 8º sujeito do GCR; GSM (3): 3º sujeito do GSM; GSM (4): 4º sujeito do GSM; GSM (5): 5º sujeito do GSM; GSM (6): 6º sujeito do GSM; GSM (7): 7º sujeito do GSM; GSM (8): 8º sujeito do GSM.

5.2.1.4. Análise intergrupo – grau severo de ansiedade

A análise intergrupo foi realizada para detectar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda no grau severo de ansiedade.

Quanto a pontuação, notou redução de 73% (GCR 9) e 86% (GCR 10) no GCR, enquanto no GSM observou-se redução de 18% (GSM 10) e aumento de 4% (GSM 9).

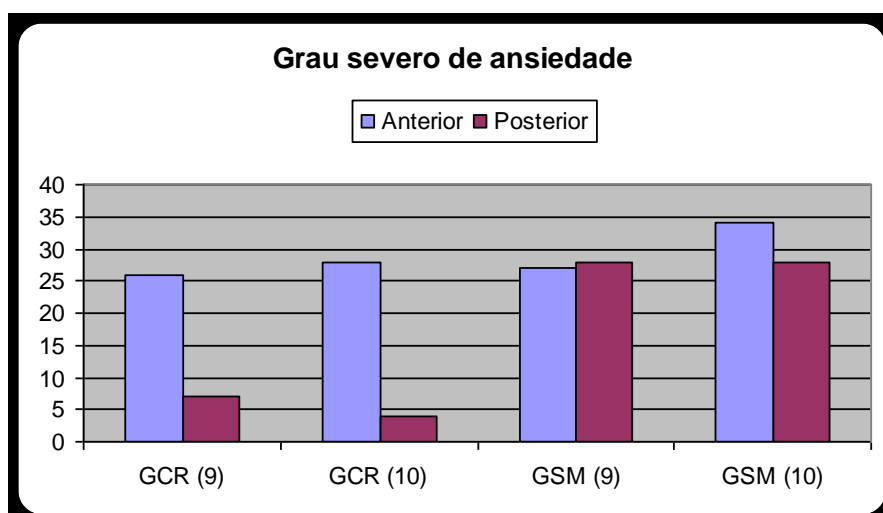


Gráfico 7 - Gráfico representativo da análise intergrupo no grau severo de ansiedade
 GCR (9): 9º sujeito do GCR; GCR (10): 10º sujeito do GCR; GSM (9): 9º sujeito do GSM; GSM (10): 10º sujeito do GSM.

6. DISCUSSÃO

Neste estudo foi aplicado um questionário para avaliar o nível de ansiedade utilizando o Inventário de Ansiedade de Beck, seguido da aplicação de cristais radiônicos e sementes de mostarda para depois reaplicar o questionário após 7 (sete) dias. O objetivo foi investigar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda na ansiedade através da Auriculoterapia Chinesa, bem como avaliar nos quatro níveis de ansiedade.

Pôde-se observar diferença significativa na pontuação do GCR em todos os níveis de ansiedade, diferentemente do GSM que apresentou redução mínima em apenas quatro sujeitos, um sujeito apresentou aumento da pontuação e os demais não apresentaram alteração.

Em relação aos níveis de ansiedade, no GCR observou redução da pontuação de todos os sujeitos, os quais passaram para o grau mínimo de ansiedade. Já no GSM, no grau mínimo e leve não ocorreram alteração, nos demais níveis apresentou reduções menores comparando-se ao GCR.

Em uma pesquisa realizada, pacientes foram tratados com acupuntura através de pontos específicos para os sintomas de ansiedade, e na avaliação final, a melhora encontrada foi similar aos pacientes que utilizavam benzodiazepínicos (medicamentos ansiolíticos). Outros trabalhos também demonstraram diminuição da tensão muscular, controle da perda de peso e diminuição de cefaléias tensionais associadas à ansiedade (FUZISAWA et al, 2004).

Segundo Carvalho (2009) a estimulação dos pontos auriculares provoca a liberação de serotonina, promovendo a sensação de bem-estar, melhorando a ansiedade do paciente, e conseqüentemente, reduzindo os sintomas físicos causados pelo transtorno de ansiedade.

Os achados do presente estudo confirmam os estudos citados, porém nota-se que o instrumento cristais radiônicos tem um efeito melhor em comparação às sementes de mostarda. Pelo fato de ser instrumento recente, há escassez de pesquisas sobre a intervenção do mesmo.

7. CONCLUSÃO

Conclui-se que o instrumento mais eficaz para tratar a ansiedade é o cristal radiônico em todos os níveis de ansiedade.

8. REFERENCIAS

ANDRADE, L.H.S.G; GORENSTEIN, C. Aspectos gerais das escalas de avaliação de ansiedade. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v.25, n.6, p. 285-290, 1998.

ANXIETY DISORDERS ASSOCIATION OF AMERICA. The Economic Burden of Anxiety Disorders. **The Journal of Clinical Psychiatry**, V. 60, N.7, 1999.

AUTEROCHE, B; NAVAILH, P. **O diagnóstico na Medicina Chinesa**. São Paulo: Andrei, 1992.

BATISTA, M.A.; SISTO, F.F. Estudo para a construção de uma escala de ansiedade para adolescentes. **Estudos de Psicologia**, v. 22, n. 4, p. 347-354, 2005.

BREVES. Raul. **Acupuntura Tradicional via Radiônica**. São Paulo: Ed. Armazém Gráfico, 2007.

BREVES, Raul. **Terapia do bem**. São Paulo: Edelbra gráfica, 2010.

CARVALHO, F. **Auriculoterapia**. Foz do Iguaçu, 2009. (Apostila do curso de aprimoramento profissional da Faculdade União das Américas – UNIAMÉRICA).

D'EL REY, G.J.F. Quando a ansiedade torna-se uma doença? **Integração**, ano XI, n. 43, p. 379-382, 2005.

FUZISAWA et al. **Redução do perfil ansiogênico de pacientes do projeto acupuntura solidária no IMES/IPES franca após atendimento ambulatorial**. Sociedade brasileira de fisioterapeutas acupunturistas, v.1, n.3, 2004.

GARCIA, E.G. **Auriculoterapia**. São Paulo: Roca, 1999.

HETEM, L.A.B; GRAEFF, F.G. **Ansiedade e transtornos de ansiedade**. Rio de Janeiro: Editora Científica Nacional, 1997.

LEWIS, A. **Problems Presented by the Ambiguous Word "Anxiety" as Used in Psychopathology**. In: The Later Papers of Sir Aubrey Lewis. Oxford University Press, 1979.

MACIOCIA, G. **Os fundamentos da Medicina Chinesa: Um texto abrangente para Acupunturistas e Fitoterapeutas**. São Paulo: Roca, 1996.

MAIKE, S. R. L. **Fundamentos Essenciais da Acupuntura Chinesa**. Rio de Janeiro: Ícone, 1995.

MORANT, G.S. **Acupuntura**. Buenos Aires: Ed. Médica Panamericana, 1990/1957.

NEVES NETO, A. R. **Acupuntura auricular e o tratamento da ansiedade: da Medicina Tradicional Chinesa à Psicologia**. - Monografia apresentada ao Instituto de Psicologia e Acupuntura. São Paulo, 2005.

PESSOTTI, I. **Ansiedade**. São Paulo: Ed. Pedagógica e Universitária, 1978.

REQUENA, Y. **Acupuntura e Psicologia**. São Paulo: Andrei, 1990, p.66.

ROSS, J. **Combinações dos pontos de acupuntura**: a chave para o êxito clínico. São Paulo: Roca, 2003.

SAVOIA, M.G. **Transtorno de pânico**: desencadeantes psicossociais. Santo André: Esetec, 2000.

SOUZA, Marcelo Pereira. **Tratado de Auriculoterapia**. Brasília: Instituto yang, 1996.

WANG, B. **Princípios de Medicina Interna do Imperador Amarelo**. São Paulo: Ícone, 2001.

WEN, T. S. **Acupuntura clássica chinesa**. São Paulo: Ed. Cultrix, 1985.

YAMAMURA, Y. **Acupuntura Tradicional**: A arte de inserir. 2. Ed. São Paulo: Roca, 2001.

ZANDOMENEGHI, D.C. Ansiedade e insegurança. **Jornal Mundo Jovem**, p. 19, 2008.

ANEXOS

ANEXO 1 – Beck Anxiety Inventory

Beck Anxiety Inventory

Below is a list of common symptoms of anxiety. Please carefully read each item in the list. Indicate how much you have been bothered by that symptom during the past month, including today, by circling the number in the corresponding space in the column next to each symptom.

	Not At All	Mildly but it didn't bother me much.	Moderately - it wasn't pleasant at times	Severely – it bothered me a lot
Numbness or tingling	0	1	2	3
Feeling hot	0	1	2	3
Wobbliness in legs	0	1	2	3
Unable to relax	0	1	2	3
Fear of worst happening	0	1	2	3
Dizzy or lightheaded	0	1	2	3
Heart pounding/racing	0	1	2	3
Unsteady	0	1	2	3
Terrified or afraid	0	1	2	3
Nervous	0	1	2	3
Feeling of choking	0	1	2	3
Hands trembling	0	1	2	3
Shaky / unsteady	0	1	2	3
Fear of losing control	0	1	2	3
Difficulty in breathing	0	1	2	3
Fear of dying	0	1	2	3
Scared	0	1	2	3
Indigestion	0	1	2	3
Faint / lightheaded	0	1	2	3
Face flushed	0	1	2	3
Hot/cold sweats	0	1	2	3
Column Sum				

Scoring - Sum each column. Then sum the column totals to achieve a grand score. Write that score here _____

ANEXO B – Inventário de Ansiedade de Beck

Inventário de Ansiedade de Beck

	0	1	2	3
	Ausente	Suave, não me incomoda muito	Moderado, é desagradável mas consigo suportar	Severo, quase não consigo suportar
1. Dormência ou formigamento				
2. Sensações de calor				
3. Tremor nas pernas				
4. Incapaz de relaxar				
5. Medo de acontecimentos ruins				
6. Confuso ou delirante				
7. Coração batendo forte e rápido				
8. Inseguro(a)				
9. Apavorado(a)				
10. Nervoso(a)				
11. Sensação de sufocamento				
12. Tremos nas mãos				
13. Trêmulo(a)				
14. Medo de perder o controle				
15. Dificuldade de respirar				
16. Medo de morrer				
17. Assustado(a)				
18. Indigestão ou desconforto abdominal				
19. Desmaios				
20. Rubor facial				
21. Sudorese (não devido ao calor)				

ANEXO C – Termo de consentimento livre e esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Pesquisadores: Camila Rocha do Rio e Cristiane Matsumoto Jakabi

Título da pesquisa: Estudo comparativo entre cristais radiônicos e sementes de mostarda nos quatro níveis de ansiedade através da Auriculoterapia Chinesa

Nome do participante: _____

Caro participante,

Gostaríamos de convidá-lo a participar como voluntário da pesquisa do trabalho de Especialização em Acupuntura do Centro Científico Cultural Brasileiro de Fisioterapia (CBF). O objetivo deste estudo é comparar o efeito dos cristais radiônicos e sementes de mostarda nos quatro níveis de ansiedade através de Auriculoterapia Chinesa.

Sua participação consiste em responder à um questionário para avaliar o nível de ansiedade, seguido da aplicação da Auriculoterapia Chinesa e finalizando a pesquisa respondendo novamente o questionário.

Seu nome não será utilizado em qualquer fase da pesquisa o que garante seu anonimato.

Não será cobrado nada; não haverá gastos nem riscos na sua participação neste estudo.

Gostaríamos de deixar claro que sua participação é voluntária e que poderá recusar-se a participar ou retirar seu consentimento, ou ainda descontinuar sua participação se assim, o preferir.

Desde já agradecemos sua atenção e participação e colocamo-nos à disposição para maiores informações.

Eu li e compreendi este termo de consentimento, portanto, eu concordo em dar meu consentimento para participar como voluntário desta pesquisa.

São Paulo, ____ de _____ de _____.

Assinatura do participante

Assinatura do pesquisador 1

Assinatura do pesquisador 2