

# CEFALEIA TENSIONAL

Aluna: Claudia Zippin Ferri

Orientador: Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

Curso de Acupuntura Sistemica

## CEFALEIA TENSIONAL

**Conceito:** cefaleia ou cefalgia são os termos médicos para dor de cabeça e é um dos sintomas mais comuns na medicina. Quando constitui, por si só uma doença, é considerada primária. Cefaleia tensional é primária e mais frequente na forma episódica.

**Causas:** a cefaleia tensional é causada por estresse e tensão muscular, por isso, costuma apresentar melhoras com relaxamento e atividade física. São fatores desencadeantes: ansiedade, tensão, alteração emocional, estresse psicossocial.

**Características e sintomas:** é descrita como dor em capacete (não pulsátil), ou seja, dor e pressão que envolve toda a cabeça, bilateral, em geral com predominância na região occipital. Não há sintomas associados com náuseas, fotofobia ou osmofobia.

**Diagnóstico:** deve levar em conta as características e sintomas e o histórico do paciente, analisando-se a frequência, intensidade, localização, duração e periodicidade da dor, além das técnicas de diagnóstico na MTC (pulso, língua).

**Formas clínicas:** ocorre em sua forma episódica ou crônica, sendo a primeira, a mais comum.

**Tratamento:** em se tratando de patologia que tem como causa principal a tensão e ansiedade, a cefaleia tensional deve ser tratada com técnicas de acupuntura, aliadas à quiropraxia, massoterapia e atividades físicas.

**Contribuição da MTC:** a cefaleia tensional está relacionada aos aspectos emocionais, raiva, medo e preocupação, os quais, direta ou indiretamente provocam ascensão do yang do fígado. Assim, há que se promover o reequilíbrio energético do paciente, pela acupuntura sistêmica, podendo-se aliar o tratamento pelos pontos trigger e pela técnica de Yamamoto.

A Auriculoterapia pode ser aplicada como reforço do tratamento ou coadjuvante.

Acupontos sugeridos: VG20, VG21, VG22, VG23, VG24, Yintang, TA23, VB9, VB13, VB14, VB18, IG4, F2, F3.

Pontos auriculares sugeridos: shenmen, rim, sistema neurovegetativo, fígado, ansiedade, tensão e pontos cervicais.

Ponto YNSA sugerido: Ponto básico A.



O tipo tensional tem duas origens: a parte de trás e a frente ou ao redor de toda a cabeça, dando uma forte sensação de aperto



Centro de Educação Profissional

**SÃO CARLOS**

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site [www.SAOCARLOSCURSOS.com.br](http://www.SAOCARLOSCURSOS.com.br)