

Por Áthila Campos.

**Efeitos da acupuntura e de *mindfulness* em usuárias da Atenção Primária em Saúde com cefaleia primária crônica no município de Fortaleza-CE: estudo controlado e randomizado.**

A cefaleia primária crônica é um problema de saúde frequentemente relatado por pacientes na Atenção Primária à Saúde (APS), sendo uma das 12 queixas mais comuns entre usuários desses serviços, e responsável por 1 % das internações hospitalares no Sistema Único de Saúde (SUS). O tratamento das cefaleias se classifica em farmacológicos e não farmacológicos, incluindo estes as práticas integrativas e complementares de saúde (PICS) como a acupuntura e a meditação *mindfulness*. O objetivo geral do estudo é verificar e comparar os efeitos da acupuntura e de *mindfulness* em usuários com cefaleia primária crônica na APS de Fortaleza-CE. Trata-se de um estudo controlado e randomizado cujos participantes selecionados configurarão três grupos (acupuntura, *mindfulness* e controle), sendo coletados dados na linha de base, após 8 semanas e no seguimento de 6 meses. Os resultados esperados são níveis diminuídos de incapacidade em realizar as atividades diárias, níveis aumentados de bem-estar psicológico e a reinterpretação da experiência dolorosa numa relação salutar com a dor crônica. Acupuntura e *mindfulness* têm se consolidado na literatura internacional como abordagens terapêuticas eficazes e de baixo custo relativo para a promoção da saúde em pessoas portadoras de dor crônica, incluindo as cefaleias, com incentivo à interdisciplinaridade, e de factível inserção em serviços de diferentes complexidades. No Brasil, ainda existe uma lacuna de estudos clínicos sobre acupuntura e *mindfulness* no âmbito da APS e do SUS e, por isso, a compreensão dos efeitos dessas PICS em usuários da APS portadores de cefaleia crônica, permitirá o aprimoramento das intervenções existentes para essa condição clínica, e o desenvolvimento de novas abordagens integrativas e custo-efetivas, voltadas às necessidades específicas dessa população.

**PALAVRAS-CHAVES:** Cefaleia Crônica, Acupuntura, Mindfulness, Promoção da Saúde, Atenção Primária à Saúde.

