

Insônia

Pontos principais recomendados: Shenmen, Simpático, Sub córtex e Coração.

Outros pontos usados nos estudos: Endócrino, Rim, Fígado, Baço, Neurastenia, Supra-renal, Cérebro, Tálamo, Ponto Zero e Frontal.

Comentários: Em geral, utilizamos pontos com função específica, com ações neurofisiológicas e no território de inervação do nervo vago como o Shenmen, Simpático e Subcórtex. Pela MTC o ponto Coração pode ser utilizado em virtude de sua relação direta com o sono e com as funções cognitivas e emocionais.

Tempo de tratamento nos estudos: 8 dias a 9 semanas.

Artigos selecionados: 7 ensaios clínicos randomizados e 5 revisões sistemáticas.

