

## Síndrome Pré-Menstrual na Medicina Chinesa

### Premenstrual Syndrome in Chinese Medicine

### Del Síndrome Premenstrual en la Medicina China

Vagner Ferreira do Nascimento<sup>1</sup>

Herberlane Ferreira Juliani<sup>2</sup>

Sonia Nunes dos Santos<sup>3</sup>

#### Resumo

A síndrome pré-menstrual se tornou um desafio para a ciência a partir do momento que entrou para os meios sociais com o advento da mulher no mercado de trabalho. De forma complexa e de difícil controle devido a instabilidade, variedade e intensidade dos sintomas, a síndrome pode comprometer a qualidade de vida da mulher. Portanto, o estudo objetivou descrever os principais conceitos, formas e tratamento da síndrome pré-menstrual sob a visão da medicina tradicional chinesa por meio de um levantamento bibliográfico. Constituíram fontes de pesquisa, livros, artigos, dissertações e teses indexados na base de dados LILACS. Assim, utilizando os descritores: tensão menstrual e medicina chinesa, foram encontrados 17 documentos, dentre eles, 05 artigos, 01 dissertação e 02 teses. Na medicina chinesa, a praticidade e eficiência no tratamento da

---

<sup>1</sup> Enfermeiro pela Universidade Federal de Mato Grosso - UFMT. Especialista em Saúde da Família, Urgência/Emergência e Enfermagem do Trabalho. Mestrando em Terapia Intensiva pela Sociedade Brasileira de Terapia Intensiva. Atua como coordenador de USF do município de Barra do Garças MT. Professor do curso Técnico de Enfermagem e Técnico de Nutrição do SENAC. Enfermeiro do trabalho da empresa A. F. Santos - Cimento. E-mail: [vagnerschon@hotmail.com](mailto:vagnerschon@hotmail.com)

<sup>2</sup> Enfermeira e Terapeuta Floral. Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba – UFPB. Especialista em Administração dos Serviços de Saúde – UNAERP; Saúde da Família – Escola de Saúde Pública do Estado de Mato Grosso; Acupuntura – UNISAÚDE; Terapias Holísticas – Instituto Escola em Terapia Holística. Enfermeira da Secretaria Municipal de Saúde de Barra do Garças, MT. E-mail: [lanejuliani@hotmail.com](mailto:lanejuliani@hotmail.com)

<sup>3</sup> Enfermeira. Graduada em Enfermagem pela Universidade Federal de Goiás – UFG. Especialista em Acupuntura – UNISAÚDE. Enfermeira de USF do município de Barra do Garças, MT. E-mail: [sonianuness@hotmail.com](mailto:sonianuness@hotmail.com)

síndrome pré-menstrual por meio da acupuntura e fitoterapia se dá, quando, desenvolvida por profissionais competentes e habilitados, não oferecendo riscos ou adversidades.

**Descritores:** Síndrome Pré-Menstrual, Terapêutica, Medicina Tradicional Chinesa.

### **Abstract**

The premenstrual syndrome has become a challenge for science from the time that went into social media with the advent of women in the labor market. So complex and difficult to control due to instability, variety and intensity of symptoms, the syndrome can compromise the quality of life of women. Therefore, the study aimed to describe the main concepts, forms and treatment of premenstrual syndrome in the view of traditional Chinese medicine through a literature survey. Constituted research sources, books, articles, dissertations and theses indexed in the LILACS database. Thus, using the keywords: menstrual tension and Chinese medicine, found 17 documents, among them, 05 articles, 01 dissertation and 02 theses. In Chinese medicine, the practicality and effectiveness in the treatment of premenstrual syndrome by acupuncture and herbal medicine occurs when, developed by skilled and qualified, offering no risk or adversity.

**Descriptors:** Premenstrual Syndrome, Therapy, Traditional Chinese Medicine.

### **Resumen**

El síndrome premenstrual se ha convertido en un reto para la ciencia desde el momento en que entró en medios de comunicación social con el advenimiento de la mujer en el mercado laboral. Tan complejo y difícil de controlar debido a la inestabilidad, la variedad y la intensidad de los síntomas, el síndrome puede comprometer la calidad de vida de las mujeres. Por lo tanto, el estudio tuvo como objetivo describir los principales conceptos, las formas y el tratamiento del síndrome premenstrual en el punto de vista de la medicina tradicional china a través de un estudio de la literatura. Constituidas las fuentes de investigación, libros, artículos, disertaciones y tesis indexadas en la base de datos LILACS. Por lo tanto, utilizando las palabras clave: la tensión menstrual y la

medicina china, que se encuentra 17 documentos, entre ellos, 05 artículos, 01 disertación y 02 tesis. En la medicina china, la practicidad y la eficacia en el tratamiento del síndrome premenstrual por la acupuntura y la medicina herbal se produce cuando, desarrollado por un experto y cualificado, que ofrece ningún riesgo o adversidad.

**Descriptor:** Síndrome premenstrual, Terapia, Medicina Tradicional China.

### Introdução

A síndrome pré-menstrual se caracteriza por um complexo de sintomas que pode aparecer de 10 a 14 dias antes da menstruação e já estão catalogados em aproximadamente 150 sintomas, atingindo o organismo feminino em seu aspecto físico, psíquico e emocional, sempre com prejuízos nas atividades rotineiras da mulher, no trabalho, nos estudos ou no convívio social<sup>(1)</sup>.

O termo síndrome da tensão pré-menstrual (SPM) foi introduzido pela primeira vez na IXª versão do código internacional das doenças (CID) de 1978, capítulo das doenças do aparelho geniturinário, mas nas catalogações bibliográficas e artigos científicos predomina Síndrome Pré-Menstrual, segundo alguns estudos que questionaram a valorização apenas de aspectos tensionais do problema<sup>(2)</sup>.

Apesar das publicações e atuais pesquisas sobre a síndrome pré-menstrual, os fatores de risco, as condições que levam a síndrome e o perfil das mulheres atingidas ainda não estão totalmente esclarecidos pela classe científica<sup>(2)</sup>.

Com o objetivo de determinar alguns fatores causais da síndrome pré-menstrual alguns pesquisadores, realizaram uma pesquisa descritiva de corte transversal com 254 mulheres sobre a presença e intensidade de sintomas no período pré-menstrual e foram identificadas 43,8% mulheres com formas graves da síndrome associadas a condição de não trabalhar fora, terem sido submetidas a ligadura tubária e viver com companheiro<sup>(3)</sup>.

Em outra pesquisa qualitativa com abordagem fenomenológica com mulheres de 18 a 44 anos, permitiu identificar o sofrimento das mulheres frente ao quadro de síndrome pré-menstrual, uma vez que, os bloqueios causados pela síndrome interferem

no desenvolvimento das atividades diárias, propiciando a mulher um sofrimento existencial, por limitá-las físico-emocional e socialmente<sup>(4)</sup>.

Analisando as condições afetivo-emocionais de mulheres com síndrome pré-menstrual na faixa etária de 18 a 35 anos em comparação com outras mulheres sem a síndrome, chegaram à conclusão de que as mulheres com esse distúrbio reagem emocionalmente de forma mais intensa e com maior possibilidade de perda de controle emocional do que as outras sem o distúrbio<sup>(5)</sup>.

No Brasil, investigações mostram que a prevalência da síndrome pré-menstrual varia entre 8% a 86% dependendo da intensidade dos sintomas<sup>(6)</sup>. De acordo com pesquisa realizada em ambulatório de ginecologia, os sintomas da forma grave da síndrome pré-menstrual variaram de acordo com os seguintes números: irritabilidade (86%), cansaço (71%), depressão e cefaléia (62%), sendo que 95% das mulheres apresentaram mais de um sintoma e 76% associação de sintomas físicos e psíquicos<sup>(2)</sup>.

Na cidade de Recife, durante a década de 70, estudos mostraram indiscutível tendência de acidentes e violência todos envolvendo mulheres no período pré-menstrual, chegando a números como 94% dos homicídios registrados, 88% das agressões, 94% dos acidentes de trânsito e em 100% das tentativas de suicídio<sup>(7)</sup>.

Desde que a mulher ganhou significativo espaço no mercado de trabalho, a síndrome pré-menstrual entrou em foco por ser responsável por um elevado número de absenteísmo com consequentes quedas produtivas<sup>(2)</sup>.

De acordo com estudo norte-americano, estimou-se nos anos 80 um prejuízo de cinco milhões de dólares à indústria, com a diminuição da produtividade, associada ao período pré-menstrual feminino<sup>(8)</sup>.

Dentro da medicina tradicional chinesa, a acupuntura é um método terapêutico milenar que se baseia na inserção de agulhas em determinados pontos específicos do corpo, com a finalidade de estimular o sistema nervoso central e periférico a liberar neurotransmissores que favoreçam o processo de restauração e manutenção de saúde do corpo<sup>(9)</sup>.

Com esse embasamento, a acupuntura mostra-se como um tratamento eficaz em direção à promoção da saúde da mulher, uma vez que visa através de instrumentos como agulha, moxa e ervas, dissipar os fatores etiológicos causadores da síndrome pré-

menstrual, harmonizar os sistemas energéticos do corpo e promover uma mudança no estilo de vida da mulher, através de orientações básicas, porém com caráter científico já comprovado, através de seus conceitos milenares.

E, partindo do conhecimento desse princípio, objetivou-se com esse estudo descrever os principais conceitos, formas e tratamento da síndrome pré-menstrual sob a visão da medicina tradicional chinesa, já que as terapias alternativas, chamadas atualmente como, práticas complementares e integrativas contribuem favoravelmente no padrão de saúde da mulher, em sua vida particular e no desenvolvimento de suas atividades cotidianas.

### **Métodos**

Trata-se de uma pesquisa de natureza exploratória, com o delineamento através da pesquisa bibliográfica. Este tipo de metodologia permite aprofundar um determinado assunto, mostrando lacunas ou reflexões para novos estudos. Além disso, permite a cobertura de fenômenos de uma forma mais ampliada e crítica.

A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos<sup>(10)</sup>. É o estudo sistemático e organizado, de um determinado tema, desenvolvido com base em material publicado em livros, revistas, jornais, redes eletrônicas, isto é, material acessível ao público em geral<sup>(11)</sup>.

Os critérios para a seleção dos materiais encontrados deu-se em função do objetivo da pesquisa. Preocupando-se também, com o rigor e uniformização na escolha de tais critérios.

Sendo assim os critérios estabelecidos foram:

- Publicações com abordagem sobre síndrome pré-menstrual;
- Publicações indexadas no banco de dados LILACS;
- Publicações nacionais a partir de 1982.

A pesquisa por documentos com a temática a ser investigada, realizou-se entre fevereiro e março de 2011.

Após a busca, foram encontrados 17 documentos, dentre eles livros, artigos, dissertações e teses. Utilizando os descritores: tensão menstrual e medicina tradicional chinesa, na base de dados da LILACS, tivemos 05 artigos, 01 dissertação e 02 teses.

A análise dos dados iniciou-se com a leitura atenta e minuciosa dos documentos, identificando e apresentando os princípios e conceitos da medicina tradicional chinesa aplicados na síndrome pré-menstrual, de maneira a responder os objetivos.

### **Síndrome Pré-Menstrual na Visão da Medicina Tradicional Chinesa**

O termo “Tensão pré-menstrual” descreve de forma ampla alguns sintomas emocionais e físicos que ocorrem antes dos períodos menstruais. Tais sintomas incluem depressão, tristeza, irritabilidade, choro, propensão a crise de raiva, inabilidade, distensão do abdômen e mamas e insônia. Esses sintomas podem variar na intensidade, desde os mais moderados até os extremamente sérios, quando a mulher pode prejudicar um membro da própria família ou qualquer outra pessoa. Os sintomas podem variar também na duração, de um dia até duas semanas anteriores ao período menstrual. Raramente tais sintomas são experimentados após o período menstrual<sup>(12)</sup>.

De acordo com Yamamura<sup>(9)</sup>, 40% das mulheres podem sofrer de tensão pré-menstrual, sendo mais freqüente, a síndrome nas adolescentes. O autor ainda considera que o quadro clínico de tensão pré-menstrual é caracterizado quando existem sintomas relacionados ao ciclo menstrual que interferem no trabalho profissional, nas atividades cotidianas e no relacionamento e não caracterizados como exacerbação de patologias psiquiátricas.

Para abismar o diagnóstico de Tensão pré-menstrual deve-se ter segundo a American Psychiatric Association, cinco dos seguintes sintomas:

1. Inabilidade afetiva;
2. Irritabilidade acentuada e persistente;
3. Tensão ou ansiedade acentuada;
4. Humor marcante deprimido ou sensação de desespero;
5. Interesse diminuído nas atividades diárias;

6. Fadigabilidade fácil ou diminuição de energia;
7. Sensação subjetiva de perda de concentração;
8. Alteração acentuada de apetite, superalimentação ou ânsia por alimentos;
9. Insônia;
10. Sintomas físicos: mastodínea, cefaléia, edema, dores articulares e musculares, aumento de peso.

Os fatores etiológicos mais importantes no desencadear da síndrome de tensão pré-menstrual estão relacionados com o nível de tensão emocional, alimentação, excesso de esforço e de atividade sexual<sup>(12)</sup> conforme descritos abaixo:

1. Tensão emocional: sentimentos como a raiva, a frustração e o ressentimento podem, a longo prazo, causar Estagnação de Qi do Fígado, que se constitui na maior causa de tensão pré-menstrual.

2. Alimentação: o consumo de alimentos gordurosos e laticínios em excesso, podem gerar a formação de Mucosidade. Se a Estagnação de Qi do Fígado gerar Fogo e este se combinar com a Mucosidade-Fogo, acumula-se no Tórax e nas mamas e obstrui os orifícios da mente, resultando em distensão das mamas, sensação de opressão no tórax e alterações mentais severas.

3. Excesso de esforço físico e atividade sexual: esses dois fatores, quando em excesso, enfraquecem o Yin do Rim e do Fígado, que quando são deficientes podem causar a Estagnação de Qi do Fígado, um dos fatores determinantes da síndrome pré-menstrual.

### **Classificação das Formas de Síndrome Pré-Menstrual Segundo a Medicina Oriental**

Dentro da medicina tradicional chinesa, classificam a Tensão pré-menstrual em duas formas existentes: Plenitude e Vazio<sup>(13)</sup>.

Na síndrome pré-menstrual do tipo Plenitude temos a estagnação de Qi e de Xue (Sangue) do Gau (Fígado). Os fatores que lesam o Fígado e promovem o Fígado – Yang, são as maiores causas dessa TPM. Dentre eles podemos relacionar as emoções reprimidas como a raiva, frustração e ressentimento. Outros fatores já podem iniciar-se

na vida intra-uterina como fatores estressores sentidos ou sofridos pela mãe e que são transmitidos para o feto.

Na síndrome pré-menstrual do tipo Vazio, conforme a medicina chinesa, a forma vazio da Tensão Pré-Menstrual pode ocorrer pela deficiência do Shen (Rins) e do Gan (Fígado), deficiência do Pi (Baço-Pâncreas) e do Shen (Rins) ou da associação das deficiências desses três Zang (Órgãos) que leva ao quadro de deficiência de Xue (Sangue) do Gan (Fígado)<sup>(9)</sup>.

Na tensão pré-menstrual forma vazio por Vazio do Shen (Rins) e do Gan (Fígado), as manifestações clínicas frequentes são: irritabilidade, indecisão-medo, lombalgia, gonalgia, visão turva, insônia agitada, olhos e gargantas secos. Tanto por mecanismo de dominância do Shen (Rins) sobre o Xin (Coração), como de geração do Gan (Fígado) sobre o Xin (Coração) este entra em desarmonia energética com ansiedade, por aumento do Xin-Yang (Coração-Yang)<sup>(9)</sup>.

Os pontos de acupuntura empregados no tratamento da síndrome pré-menstrual podem ter relações neuroanatômicas e neurofisiológicas com as estruturas orgânicas envolvidas na patologia onde, o emprego de técnicas chinesas e a utilização de pontos de acupuntura a distância podem ser compreendidos por meio da ligação desses procedimentos, respectivamente, com o arco reflexo somatovisceral e projeções dos estímulos nervosos, desencadeados pela acupuntura, para estruturas encefálicas, hipotálamo e córtex cerebral com resposta neuroendócrina sistêmicas<sup>(14)</sup>.

### **Tratamento da Síndrome Pré-Menstrual Segundo a Medicina Chinesa**

A terapia mais utilizada e de primeira escolha no tratamento dessa síndrome é a acupuntura. Entendida, como um conjunto de conhecimento teórico-empírico da medicina tradicional chinesa que visa à terapia e à cura das doenças através da aplicação de agulhas e outras técnicas para manipular a energia vital do organismo humano, que pode ser de característica Yin (fria) ou Yang (quente)<sup>(15)</sup>.

A Inserção de agulha nos pontos de acupuntura, denominados de acupontos, distribuídos no corpo humano, promovem a liberação de substâncias químicas e neuroendocrinológicas que promovem a cura de determinadas doenças já



cientificamente aceitas pela Organização Mundial de Saúde. De acordo com a Medicina Oriental, o Qi (energia vital), percorre os diferentes canais de energia do corpo, chamados de meridianos, onde estão localizados os 361 principais acupontos que, ao serem combinados e estimulados por agulhas, restabelecem o equilíbrio energético do corpo humano curando as enfermidades<sup>(15)</sup>.

Todo acuponto se relaciona com um meridiano e este a um determinado órgão vital. Dessa forma cada meridiano energético possui uma distribuição de pontos pelo organismo. São eles os principais: Meridiano do Pulmão (P) 09 pontos; Meridiano do Intestino Grosso (IG) 11 pontos; Meridiano do Estômago (E) 45 pontos; Meridiano do Baço-Pâncreas (BP) 21 pontos; Meridiano do Coração (C) 09 pontos; Meridiano do Intestino Delgado (ID) 19 pontos; Meridiano da Bexiga (B) 67 pontos; Meridiano do Rim (R) 27 pontos; Meridiano da Circulação-Sexualidade (CS) 09 pontos; Meridiano do Triplo Aquecedor (TA) 23 pontos; Meridiano da Vesícula Biliar (VB) 44 pontos; Meridiano do Fígado (F) 14 pontos; Meridiano Vaso Governador (VG) 28 pontos e Meridiano Vaso da Concepção (VC) 24 pontos<sup>(14,15,16)</sup>.

Com essa proposta de equilíbrio das energias Yin e Yang que circulam o organismo humano, vários autores defendem o tratamento da síndrome pré-menstrual com embasamento teórico-científico, elegendo uma combinação específica de acupontos que devem ser manipulados, através da inserção de agulhas, de forma terapêutica e fundamentada na medicina tradicional chinesa.

Com esse embasamento da medicina chinesa, preconiza-se que o Yang do Fígado precisa de Yin, de sangue e de Qi do Baço e do Rim suficientes para se manter na parte inferior do Corpo e de forma estável, para então ser capaz de realizar adequadamente sua função de manter o fluxo livre do Qi do Fígado, tão necessário na menstruação. Se um dos quatro fatores de controle se tornar Hiperativo e pode subir pelo corpo, manifestando-se em forma de dor de cabeça, tontura, irritabilidade e alterações de humor<sup>(16)</sup>.

No período após a ovulação, o Yang está crescendo para dar início e manter o fluxo do sangue da menstruação. Se não houver movimento suficiente, como na Estagnação do Qi do Fígado, pode haver depressão, sensação de distensão nas mamas, abdome e menstruação dolorosa. Se houver excesso de movimento perturbado, na

Hiperatividade do Yang do fígado, então pode haver dores de cabeça, com sensação de movimento na cabeça e tontura<sup>(16)</sup>.

A fase pré-menstrual pode exacerbar tendências já existentes nas mulheres com Fogo no Fígado, exaltando as manifestações de raiva, gritos e às vezes, violência física. Se o Fogo do fígado se combinar com a Deficiência do Yin do Fígado, pode haver insônia, inquietação e dificuldade de concentração. Se o Fogo do Fígado estiver associado com a Estagnação do Qi do Fígado, pode haver depressão alternando com explosões de raiva<sup>(16)</sup>.

As causas da síndrome pré-menstrual são:

- Estagnação do Qi do Fígado e Hiperatividade do Yang do Fígado;
- Fogo no Fígado e Deficiência do Yin do Fígado;
- Hiperatividade do Yang do Fígado e Deficiência de Sangue no Fígado;
- Hiperatividade do Yang do Fígado e Deficiência do Qi do Baço;
- Hiperatividade do Yang do Fígado e Deficiência do Qi do R.

Para realizar as combinações de pontos destinadas a regular a Hiperatividade do Yang, a Estagnação do Qi e o Fogo do Fígado, recomenda duas épocas em especial para fazer o tratamento:

a) Período pós-ovulação: os pontos de acupuntura podem ser usados com Método de Harmonização alguns dias antes de surgirem os sinais pré-menstruais, ou assim que tiverem começando, para impedir que a síndrome pré-menstrual se instale completamente.

b) Período pré-menstrual: os pontos escolhidos no tratamento podem ser usados com Método de Dispersão, quando os sintomas estão na pior fase. Se eles estiverem intensos, ou a fase pré-menstrual se estender por muito tempo, pode ser necessário fazer duas ou mais sessões de tratamentos durante esta fase.

Com referência para tratar a Deficiência de Qi, Sangue ou Jing, afirma-se que as combinações de pontos são mais eficazes na fase pós-menstrual, quando o Yin e o Sangue estão crescendo, mas podem ser incorporados nos tratamentos em qualquer período no ciclo<sup>(16,17)</sup>.

Segundo a visão energética oriental, para gerar um filho forte e saudável é necessário que haja a saúde da mãe e do pai e o desejo de ambos. E, a falta de uma ou mais dessas condições acarreta em desequilíbrio energético e/ou físico no filho gerado, que na mulher, posteriormente, poderá resultar esses distúrbios como síndrome pré-menstrual<sup>(17)</sup>.

### **Considerações finais**

Ao término do estudo conclui-se que a síndrome pré-menstrual interfere consideravelmente na vida sócio-familiar e afetiva da mulher, e que pelo complexo sistema hormonal feminino, a ciência ainda tem um vasto campo de estudo para determinar as causas conclusivas.

Dentro da filosofia da medicina tradicional chinesa, os autores mostraram praticidade e eficiência no tratamento da síndrome pré-menstrual através da acupuntura e fitoterapia que, quando desenvolvida por profissionais competentes, não oferece riscos ou adversidades à mulher.

No Brasil, o próprio Ministério da Saúde no uso de suas atribuições legais, promoveu um grande avanço nas políticas de saúde do Sistema Único de Saúde, quando abriu espaço para as práticas da medicina alternativa dentro da atenção básica. Entretanto não se vê o empenho das equipes de saúde em aderir a este processo evolutivo natural.

Com lembranças do passado, onde vigorava o modelo de atenção biomédico, vê-se a necessidade de investir nesses conhecimentos milenares-modernos como métodos de superação dos sinais negativos dos serviços de saúde com a comunidade, como, exclusão, negligência, preconceito e soberania nos tratamentos.

Observa-se que ainda são poucos os estudos que destacam a eficácia da medicina chinesa no tratamento da síndrome pré-menstrual, mesmo reconhecendo seu sucesso através de relatos. Dessa forma, busca-se despertar os profissionais para essa temática, na perspectiva de ampliar a qualidade de vida das mulheres que sofrem com este mal.

### **Referências**

1. Almeida AMM. Transtorno distrófico pré-menstrual: entidade distinta ou comorbidade: Rev. Psiqui. Clínica. 1996; (23):59-68.
2. Nogueira CWM. Determinantes da Síndrome pré-menstrual: análise de dados clínicos e epidemiológicos [tese]. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 1998.
3. Nogueira CWM, Pinto S, João L. Prevalência dos Sintomas da Síndrome Pré-Menstrual. Rev. Bras. Ginecol. Obstet. 2000; 6(22):24-29.
4. Muramatsu CH. Convivendo com a síndrome da Tensão pré-menstrual: um enfoque da fenomenologia existencial [tese]. São Paulo: Universidade de São Paulo; 2001.
5. Montes RN, Vaz CE. Condições Afetivo-emocionais em mulheres com Síndrome Pré-Menstrual através do Z – teste e do IDATE [dissertação]. Porto Alegre: Pontifícia Univ. Católica do Rio Grande do Sul; 2003.
6. Diegoli MSC, Fonseca AM, Diegoli CA, Halber HW, Bagnoli VR. Síndrome pré-menstrual: estudo da incidência e das variações sintomatológicas. Rev. Ginecol Obstet. 1994;(5): 238-42.
7. Lima GR, Barracat EC. Ginecologia endócrina. São Paulo: Atheneu; 1995.
8. Lever J, Brush M, Haynes B. Tensão pré-menstrual: a doença não reconhecida. São Paulo: Martins Fontes; 1982.
9. Yamamura Y. Acupuntura tradicional: a arte de inserir. São Paulo: Roca; 2001.
10. Ballone GJ. Tensão Pré-Menstrual [internet]. [citado em 2011 abr 22]. Disponível em: <http://www.psiqweb.med.br/sexo/tpm.html>.
11. Lark SM. TPM - A Tensão Pré-Menstrual. São Paulo: Pensamento – Cultrise; 1997.
12. Maciocia G. A prática da Medicina Chinesa: Tratamento de Doenças com Acupuntura e Ervas Chinesas. São Paulo: Roca; 1996.
13. Yamamura Y, Tabosa AMF, Yabuta MM. Fisiopatologia da Síndrome da Tensão Pré-Menstrual, segundo a Medicina Tradicional Chinesa. Revista Paulista de Acupuntura. 1999; 1(5):44-49.
14. Yamamura Y, Tabosa AMF. Perturbações menstruais e a Acupuntura. Revista Paulista de Acupuntura. 1998; 1(4):47-54.

15. Wen TS. Acupuntura Clássica Chinesa. São Paulo: Cultrix, 1985.
16. Ross J. Combinação dos pontos de acupuntura: a chave para o êxito clínico. São Paulo: Roca; 2003.
17. Curvo J, Tuche W. As cinco estações do Corpo. Rio de Janeiro: Rocco; 2001.

Sources of funding: No

Conflict of interest: No

Date of first submission: 2012-05-18

Last received: 2012-08-25

Accepted: 2012-09-12

Publishing: 2012-09-24

**Corresponding Address**

Vagner Ferreira do Nascimento  
Rua Moreira Cabral nº 475 Campinas  
Cep. 78600-000, Barra do Garças-MT