

ACUPUNTURA E TERAPIA DO SOM COMO PRÁTICAS INTEGRATIVAS DE SAÚDE: UMA REVISÃO NARRATIVA

ACUPUNCTURE AND SOUND THERAPY AS INTEGRATIVE HEALTH
PRACTICES: A NARRATIVE REVIEW

Ciências da Saúde • 24/03/2026

REGISTRO DOI: [10.70773/revistatopicos/774329141](https://doi.org/10.70773/revistatopicos/774329141)

Enderson Medeiros¹

Felipe Gonçalves Ribeiro²

RESUMO

Esta revisão narrativa estruturada teve como objetivo analisar criticamente as evidências científicas disponíveis acerca da acupuntura e da terapia do som enquanto práticas integrativas e complementares em saúde, bem como discutir a plausibilidade teórica de sua associação terapêutica. A busca bibliográfica foi realizada nas bases PubMed, PubMed Central, Biblioteca Virtual em Saúde e National Library of Medicine, contemplando meta-análises, revisões sistemáticas, ensaios clínicos randomizados e estudos com avaliação neurofisiológica. Os achados indicam que a acupuntura apresenta base empírica mais consolidada, especialmente no manejo da dor crônica, com mecanismos associados à modulação neurofisiológica, liberação de neuromoduladores e regulação autonômica. A terapia do som, por sua vez, configura-se como campo emergente, caracterizado por heterogeneidade metodológica, amostras reduzidas e diversidade de instrumentos vibroacústicos, o que limita a generalização dos resultados. Ainda assim, evidências apontam efeitos positivos sobre estresse, relaxamento e bem-estar subjetivo. Não foram identificados estudos clínicos que investiguem diretamente a aplicação combinada de acupuntura e terapia do som, permanecendo tal associação no campo conceitual e exploratório. Conclui-se que, embora a integração entre essas práticas apresente plausibilidade teórica, são necessários ensaios clínicos controlados para avaliar sua eficácia e segurança de forma mais robusta.

Palavras-chave: Acupuntura. Terapia do som. Práticas integrativas. Dor crônica. Medicina tradicional chinesa.

ABSTRACT

This structured narrative review aimed to critically analyze the available scientific evidence regarding acupuncture and sound

therapy as integrative and complementary health practices, as well as to discuss the theoretical plausibility of their therapeutic association. The bibliographic search was conducted in the PubMed, PubMed Central, Virtual Health Library, and National Library of Medicine databases, encompassing meta-analyses, systematic reviews, randomized clinical trials, and studies with neurophysiological evaluation. The findings indicate that acupuncture has a more consolidated empirical basis, especially in the management of chronic pain, with mechanisms associated with neurophysiological modulation, neuromodulator release, and autonomic regulation. Sound therapy, in turn, is an emerging field, characterized by methodological heterogeneity, small sample sizes, and a diversity of vibroacoustic instruments, which limits the generalization of the results. Even so, evidence points to positive effects on stress, relaxation, and subjective well-being. No clinical studies were identified that directly investigate the combined application of acupuncture and sound therapy, leaving this association in the conceptual and exploratory field. It is concluded that, although the integration between these practices presents theoretical plausibility, controlled clinical trials are needed to evaluate their efficacy and safety in a more robust way.

Keywords: Acupuncture. Sound therapy. Integrative practices. Chronic pain. Traditional Chinese medicine.

1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) vêm ganhando crescente reconhecimento no cenário da atenção à saúde, impulsionadas pela ampliação do conceito de cuidado integral no Sistema Único de Saúde (SUS). A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída em 2006

(Brasil, 2006), legitimou abordagens que consideram o indivíduo em suas dimensões biológica, psicológica, social e espiritual. Entre essas práticas, destaca-se a acupuntura — recentemente regulamentada como exercício profissional pela Lei nº 15.345/2026 (Brasil, 2026) — que utiliza a estimulação de pontos específicos para restaurar o equilíbrio funcional. Do ponto de vista biomédico, seus efeitos envolvem a modulação de vias sensório-nociceptivas, neuroimunológicas e autonômicas (Zhou et al., 2024; Moura et al., 2025).

Paralelamente, observa-se a ascensão da terapia do som (*Sound Healing*), que utiliza estímulos vibroacústicos (monocórdios, taças cantantes e gongos) para atuar em níveis profundos da experiência corporal, diferenciando-se da musicoterapia tradicional por focar na frequência sonora em vez da estrutura melódica (Silber; Hess; Hoeren, 2007). No Brasil, embora a oferta dessas formações cresça exponencialmente em plataformas digitais, o fenômeno ocorre, muitas vezes, dissociado de parâmetros regulatórios claros (Fachin; Araújo; Araújo, 2025). Apesar de acupuntura e terapia do som compartilharem a proposta de modulação fisiológica via estímulos sensoriais, a literatura científica ainda carece de investigações que analisem a aplicação combinada de ambas.

Diante desse cenário, este estudo busca responder: quais são as principais indicações clínicas, evidências fisiológicas e achados científicos que sustentam a eficácia da acupuntura e da terapia do som, e qual a plausibilidade teórica de sua associação? O objetivo é analisar criticamente a literatura acerca dos mecanismos de ação, segurança e consistência científica da hipótese de integração entre as duas práticas.

Para tanto, delineou-se uma revisão narrativa estruturada, de caráter exploratório e analítico. A busca bibliográfica foi conduzida até dezembro de 2025 nas bases de dados PubMed, PubMed Central (PMC), BVS e NLM, além de consultas a livros técnicos e documentos oficiais do SUS. Utilizaram-se descritores controlados (Acupuntura, Terapia Sonora) e termos livres (Sound Healing, Healing Frequencies), priorizando-se metanálises, revisões sistemáticas e ensaios clínicos randomizados (ECR) nos idiomas português e inglês. Foram excluídas pesquisas restritas ao campo da musicoterapia clínica convencional.

A seleção dos estudos seguiu o fluxo de triagem por título, resumo e leitura integral. A opção pela revisão narrativa justifica-se pela heterogeneidade metodológica e pelo estágio de consolidação científica da interface entre medicina tradicional chinesa e neurofisiologia sonora. Reconhecem-se, contudo, limitações inerentes a este modelo, como a ausência de protocolo previamente registrado e o potencial viés de seleção. Todavia, tal abordagem permite construir um quadro contextual abrangente, essencial para áreas interdisciplinares emergentes, oferecendo subsídios para futuras pesquisas clínicas e para uma prática profissional fundamentada em evidências.

2. ACUPUNTURA COMO PRÁTICA INTEGRATIVA DE SAÚDE

A acupuntura é uma prática milenar fundamentada nos princípios da Medicina Tradicional Chinesa, que compreende o corpo humano como um sistema integrado atravessado por meridianos responsáveis pela circulação do Qi (energia vital) e do sangue. Para Wen (1985), 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 e de moxas, além de outras técnicas”. Os pontos de acupuntura, distribuídos ao longo desses meridianos, são chamados de acupontos e quando estimulados, promovem respostas terapêuticas específicas, relacionadas tanto ao equilíbrio energético quanto à regulação funcional dos órgãos e sistemas (Maciocia, 2017).

Evidências científicas contemporâneas indicam eficácia consistente da acupuntura em determinadas condições clínicas, especialmente no manejo da dor crônica. Metanálises recentes demonstram benefícios significativos no tratamento da dor lombar crônica, cervicalgia e em determinados contextos de dor oncológica, com efeitos sustentados por meses após o término do tratamento (Debar L. et al., 2025). Os mecanismos fisiológicos propostos incluem a liberação de endorfinas, a modulação de áreas do sistema nervoso central, como a substância cinzenta periaquedutal e o tronco encefálico, além de efeitos anti-inflamatórios locais e sistêmicos. A estimulação por acupuntura mobiliza neuropeptídeos no sistema nervoso central, convertendo sinais elétricos em respostas químicas analgésicas (Han, 2004).

Uma revisão de meta-análises (2017-2022) avaliou 862 estudos abrangendo 184 condições médicas. Foi encontrada evidência de efeito positivo em dez condições, e evidência de potencial efeito positivo em 82 condições adicionais. A qualidade geral da evidência aumentou significativamente em comparação com anos anteriores (Hempfen; Hummelsberger, 2025).

Para a enxaqueca, o estudo de Wang *et al.* (2023), indicou que a acupuntura pode ser tão eficaz quanto a terapia farmacológica na

redução da intensidade da dor e na taxa de melhora da cefaleia em 2 horas após o tratamento.

Em pacientes com câncer, a acupuntura se mostrou segura e demonstrou reduzir sintomas gastrointestinais, neuropatia periférica induzida por quimioterapia, dor, boca seca, fadiga, insônia e melhorar a capacidade cognitiva, atuando como terapia complementar para minimizar os efeitos colaterais de tratamentos convencionais (Sousa, T. R. de *et al.*, 2023)(Zhang *et al.*, 2021).

Nas últimas décadas, a acupuntura tem sido amplamente investigada sob a perspectiva biomédica, resultando em um corpo crescente de evidências científicas que sustentam sua eficácia em diversas condições clínicas. A acupuntura é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e integra políticas públicas de saúde em vários países, incluindo o Brasil, onde faz parte da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). A acupuntura apresenta bom histórico de segurança, sendo os eventos adversos graves raros, com taxa estimada entre 0,04 e 0,08 por 10.000 tratamentos, e a maioria dos efeitos adversos classificados como leves e autolimitados como hematomas, sangramento no local da agulha e reações vasovagais (tontura ou desmaio)(Huang *et al.*, 2024). Apesar da consolidação científica em diversas condições, observa-se heterogeneidade metodológica entre estudos, especialmente quanto à padronização de protocolos e grupos controle.

2.1. Terapia do Som: Fundamentos e Evidências

Não há consenso inequívoco entre praticantes, associações e pesquisadores quanto a uma definição única e universal de terapia

do som. De modo geral, o termo designa um conjunto de abordagens terapêuticas que utilizam vibrações sonoras, produzidas por instrumentos acústicos, voz humana ou fontes eletrônicas, com o objetivo de promover equilíbrio físico, emocional e psicossocial, bem como estados ampliados de relaxamento e bem-estar. Trata-se de um campo emergente, ainda em processo de sistematização conceitual e metodológica, que apresenta interseções com a musicoterapia, a medicina vibracional e práticas tradicionais de cuidado presentes em diversas culturas ancestrais (Sound Healers Association, 2023; International Sound Therapy Association, 2023). Segundo o Webster's New Encyclopedic Dictionary, a "terapia sonora" foi descrita como um tratamento baseado na hipótese de que células sanguíneas humanas respondem a frequências sonoras mudando de cor e forma, levando à hipótese de que células doentes poderiam ser harmonizadas ou curadas pelo som, esta terapia foi estudada pelo músico e acupunturista francês Fabien Maman. (Webster's, 1993). Apesar das diferenciações o que fica explícito na terapia sonora é a necessidade de instrumentos de som. Instrumentos como monocórdios, taças cantantes, gongos e tambores são amplamente utilizados por sua capacidade de produzir sons contínuos e frequências estáveis. Silber, Hess e Hoeren (2007), relatam que os sons desses instrumentos quais eles denominam de "instrumentos arcaicos" que são caracterizados pelo fato de poderem tocar menos melodias, mas produzir sons, possuem a propriedade de conseguir penetrar em nossas consciências e em camadas mais profundas do corpo e da psique. (Silber; Hess; Hoeren, 2007).

Os principais fundamentos da terapia do som apontada por Heather (2007) podem ser divididos em:

1. Princípios de Ação Física: Ressonância: Cada célula, osso e órgão possui uma frequência de ressonância natural. Quando um órgão está em desequilíbrio, frequências sonoras externas podem ser usadas para restaurar sua harmonia original. Arrastamento: é a tendência de dois sistemas vibratórios se sincronizarem. O corpo tende a ajustar seus ritmos internos (como batimentos cardíacos) para "travar" em frequências externas mais poderosas e rítmicas.
2. Efeitos Fisiológicos e Sistêmicos: O corpo humano, composto por 70% de água, é um condutor de som superior ao ar, permitindo que a vibração alcance profundamente todos os tecidos. Respostas Cardiovasculares e Respiratórias: O som rítmico pode reduzir a frequência cardíaca, diminuir a pressão arterial e aprofundar a respiração. Alteração de Ondas Cerebrais: Estudos (Bartel L, Mosabbir A., 2021) sugerem que estímulos sonoros harmônicos podem estar associados à modulação de padrões de ondas cerebrais, favorecendo estados de relaxamento.

Conforme Klaus (2024), o som atua como um estímulo multifacetado que transcende o nível fisiológico, alcançando dimensões cognitivas e sociais. A autora destaca que as frequências sonoras não apenas promovem relaxamento profundo, mas também funcionam como uma estrutura de suporte emocional que evoca memórias e cria uma sensação de segurança no ambiente. Além disso, o som atua como um impulso sensorial capaz de estimular a plasticidade neurobiológica e ativar associações experienciais por meio da imaginação sonora.

Estudo de Saskovets et al. (2024), destaca que há evidência do impacto integrativo da terapia sonora nos resultados psicoemocionais e fisiológicos, o que a torna útil no tratamento de condições relacionadas ao estresse, como síndromes de dor, depressão e ansiedade. Especificamente sobre os monocórdios e nessa categoria³ se encontra instrumentos como mesa lira, e lira de corpo, a pesquisa de Klaus (2024) aponta que esse instrumento atua em múltiplos níveis tanto fisiológico, psicológico, cognitivo, social e transpessoal, favorecendo estados de relaxamento profundo, novas percepções sensoriais e a formação de conexões neurobiológicas. Há indicação de uso desses instrumentos como tratamento paliativo nas pesquisas de .(Silber; Hess; Hoeren, 2007); (Boonrod, 2019) (Dietrich, 2024).

Figura 1: Paciente recebendo terapia sonora com monocórdio corporal.



Fonte: Arquivo do autor, 2026

Estudos envolvendo o uso de taças cantantes apontam redução significativa do estresse e melhora do bem-estar psicológico, “caracterizando-se como uma intervenção não invasiva, de baixo risco e amplamente aceita em contextos clínicos e comunitários” (Lin; Yang; Wang, 2025). Um outro estudo de Dannemann (2020) que também usou taças observou que pacientes que recebem sessões

regulares de terapia do som com taças alcançam relaxamento profundo, reduzindo estresse, ansiedade e medos, melhorando a qualidade do sono, autopercepção e consciência corporal, aumentam autoestima e autoconfiança, lidando melhor com os desafios da doença e do cotidiano, melhoram rigidez muscular e articular, aliviam dores em geral e apresentam redução visível de tremores durante a sessão, melhoram projeção vocal, equilíbrio postural e desenvolvimento da marcha. A técnica de terapia usada por Dannemann (2020) é descrita como Terapia Sonora Peter Hess® que é uma

“técnica vibroacústica de relaxamento profundo, refinada desde 1984, baseada na metodologia criada pelo engenheiro alemão Peter Hess. Ela utiliza tigelas tibetanas metálicas de qualidade terapêutica, desenvolvidas especialmente para trabalhar com o corpo. Feitas de uma liga de bronze (com outros metais), emitem frequências que ressoam com o corpo. As tigelas têm diferentes tamanhos e, durante a sessão, são colocadas sobre (ou próximas ao) paciente vestido e, ao serem levemente percutidas com um malho específico, emitem som e vibração, criando ressonância com o corpo e promovendo equilíbrio e harmonia física, mental, emocional e energética/espiritual. (DANNEMANN, 2020).

Os benefícios descritos no site da Academia Peter Hess® Portugal incluem a indução rápida de relaxamento profundo, a liberação de tensões e preocupações, a redução de bloqueios emocionais e

físicos, bem como a promoção de harmonização corporal. A instituição também atribui à prática a criação de um “fluxo energético”, o fortalecimento da autoestima e do potencial criativo, o estímulo às forças de autorregulação e autocuidado e a promoção de uma experiência subjetiva de alegria e integração entre corpo, mente e dimensão espiritual.

Figura 2: Paciente do método Peter Hess



Fonte : Koller and Grotz, 2010

Sob uma perspectiva científica mais ampla, Bartel e Mosabbir (2021) destacam que estímulos vibratórios sonoros podem repercutir em diferentes níveis fisiológicos, neurológicos e bioquímicos. Segundo os autores, tais estímulos podem influenciar parâmetros hemodinâmicos, modular mecanismos de analgesia vibratória, favorecer coerência oscilatória em sistemas neurais e produzir efeitos positivos sobre o sistema musculoesquelético. Esses achados oferecem um possível substrato explicativo para parte dos efeitos relatados em intervenções vibroacústicas. Apesar desses avanços, os efeitos terapêuticos do som e os mecanismos fisiológicos e neurobiológicos subjacentes à sua eficácia ainda não estão completamente elucidados, conforme aponta Saskovets et al. (2024). Soma-se a isso a escassez de estudos clínicos robustos e padronizados, o que dificulta a definição precisa de indicações

específicas da terapia do som para diferentes condições de saúde. Ainda assim, evidências recentes indicam que essa abordagem exerce efeitos integrativos sobre os sistemas psicoemocional e fisiológico, contribuindo para a regulação do estresse e promovendo benefícios clínicos relevantes. Nesse contexto, Saskovets et al. (2024) destacam que a terapia do som tem demonstrado potencial terapêutico no manejo de condições associadas ao estresse, incluindo síndromes dolorosas, depressão e transtornos de ansiedade. A terapia do som nesse âmbito se aproxima da definição de práticas integrativas e complementares em saúde (PICS)

baseadas no modelo de atenção humanizada e centrada na integralidade do indivíduo, que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos, promoção e recuperação da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras, com ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. (Brasil, 2018).

A terapia do som trabalha com variados instrumentos que por sua vez cada um terá uma determinada técnica de aplicação e seu nível de segurança ao paciente por exemplo as taças tibetanas, ou cantantes como são conhecidas, apesar dos potenciais benefícios para a saúde, a pesquisa sobre os efeitos adversos ou o nível de segurança específico em pacientes é limitada (Stanhope; Weinstein, 2020). Não há consenso estabelecido na literatura quanto às contraindicações formais para o uso do monocórdio corporal. Contudo, Zeigert (2012) descreve como contraindicações a presença

de quadros psiquiátricos agudos, tais como psicose, depressão em fase aguda, esquizofrenia, crises intensas de ansiedade, estados dissociativos, alucinações e risco iminente de suicídio. De modo complementar, Hacke (2017) aponta que o tratamento com monocórdio corporal não é recomendado em situações clínicas específicas, incluindo trombose, angina pectoris, hemorragias internas ou externas e alterações agudas da coluna cervical. O autor também reforça a contraindicação em casos de psicose e depressão aguda. Ressalta-se que tais contraindicações decorrem principalmente de relatos clínicos e obras teóricas, inexistindo até o momento diretrizes clínicas internacionais padronizadas sobre segurança específica dos instrumentos vibroacústicos.

2.2. Associação Sinérgica Entre Acupuntura e Terapia do Som

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC), da qual a acupuntura é parte integrante, estabelece há milênios uma relação entre som, órgãos internos e meridianos energéticos. Essa associação remonta ao clássico “Princípios de Medicina Interna do Imperador Amarelo” (Bing, 2001), que descreve a correspondência entre os cinco órgãos zang e os cinco tons musicais tradicionais chineses: Gung (Baço), Shang (Pulmão), Jue/Gak (Fígado), Zhi/Chi (Coração) e Yu/Wu (Rim). Com base nesses fundamentos clássicos, Kim, Jeong e Lee (2004) investigaram experimentalmente a relação entre os cinco tons orientais e os meridianos correspondentes.

O estudo teve como objetivo verificar essa associação por meio da aplicação de estimulação sonora durante 60 segundos, utilizando diferentes frequências produzidas por órgão elétrico: Gung (261,6 Hz), Shang (293,7 Hz), Gak (329,6 Hz), Chi (392,0 Hz) e Wu (440,0 Hz). A estimulação foi realizada em 20 adultos saudáveis, por meio de

três modalidades: estímulo auditivo (fones de ouvido), estímulo cutâneo (alto-falantes direcionados ao corpo) e combinação de ambos. Os resultados demonstraram uma relação estatisticamente significativa entre os tons musicais e os meridianos correspondentes, corroborando as descrições presentes no clássico da medicina chinesa. Outros trabalhos desenvolvem a correspondência entre os cinco órgãos zang e os cinco tons musicais tradicionais chineses (Zhang; Lai, 2017) e demonstram benefícios dessa abordagem que é um método singular que combina música chinesa e Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e possui teoria e prática próprias.

Compreendendo a dimensão dos estudos da medicina chinesa é possível observar que a relação de som, música e cuidados com a saúde já faz parte da medicina chinesa qual acupuntura também esta incluída. Essa compreensão de integração entre acupuntura e terapia do som já de uma maneira mais recortada foi apresentada em alguns estudos entre eles Silber, Hess e Hoeren (2007) e Maman; Unsoeld (2012).

Silber, Hess e Hoeren (2007) afirmam que o som influencia circuitos neuronais e cadeias musculares interligadas, inclusive paralelas ao trajeto dos meridianos descritos pela Medicina Tradicional Chinesa. A ideia apontada pelos autores é que o ser humano é atravessado por correntes energéticas (Qi), organizadas em meridianos, e a doença surge quando há bloqueios ou desequilíbrios nesse fluxo. Os autores citam sistema de meridianos, circulação do Qi, relação entre vibração e movimento energético relacionando uma base teórica da Medicina Chinesa com terapia do som deixando implícito associação de que se a acupuntura regula o Qi pelos pontos dos meridianos a terapia do som regula o Qi pela vibração nestes mesmos pontos de

meridianos. Os autores constroem uma ponte conceitual clara entre meridianos, Qi, Ressonância, Órgãos, Emoções. Embora utilizem a linguagem de “zonas energéticas” e não especificamente nomes de pontos de acupuntura, a lógica clínica que apresentam se dá pela aplicação localizada de instrumentos de terapia do som em pontos de meridianos e a observação da resposta corporal.

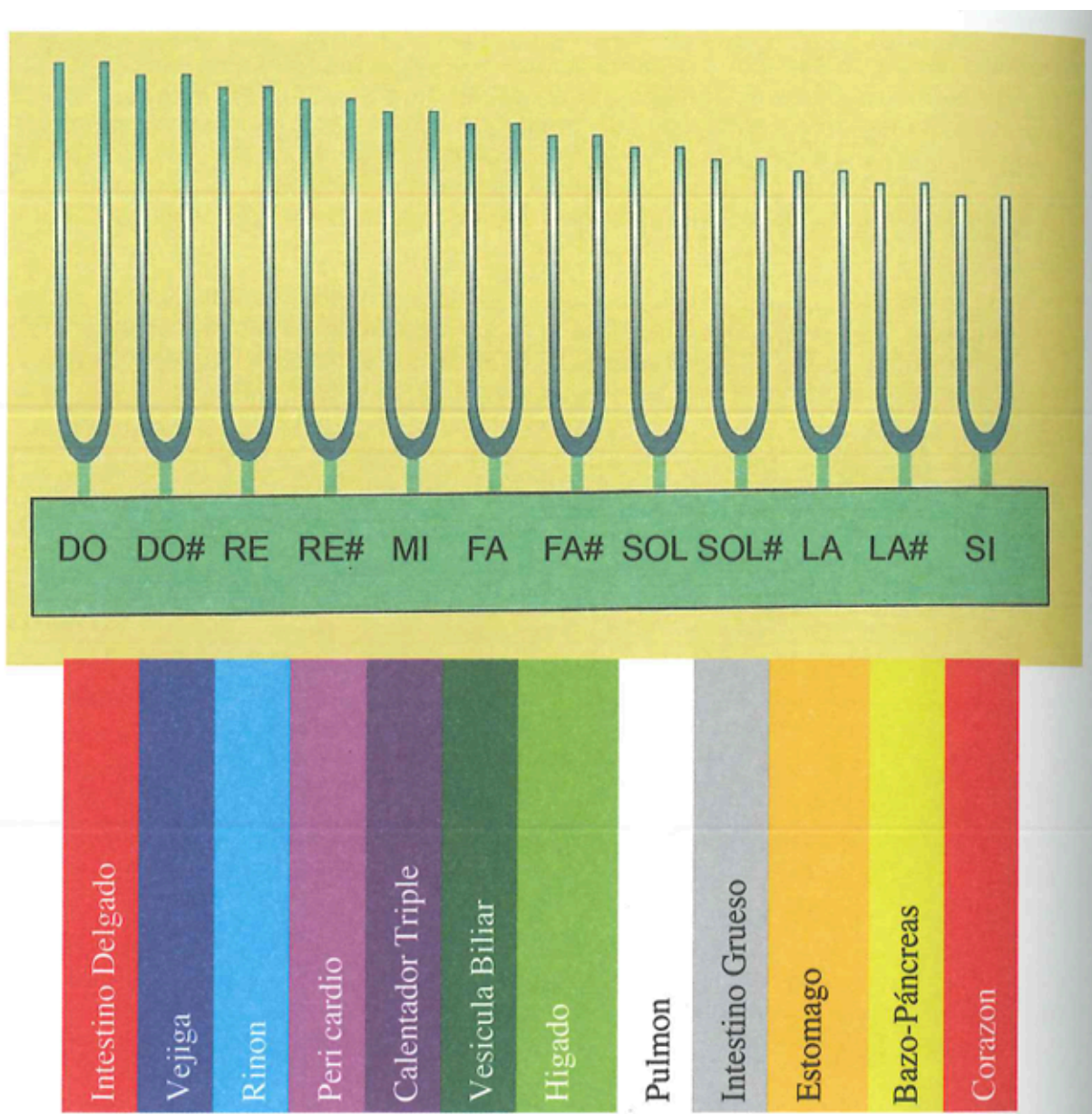
Maman; Unsoeld (2012), faz algo semelhante ao associar terapia do som com acupuntura mas, vai um pouco mais além ao relacionar notas e cores com cada órgão da Medicina Chinesa e criar um sistema de diapasões⁴ próprio para tratamento da saúde.

Na obra *El Tao del Sonido* (2012), a relação entre terapia do som e teoria da acupuntura é apresentada como uma integração sistematizada para o uso clínico do som com finalidade terapêutica. Os diapasões desenvolvidos por Fabien Maman atuam sobre o corpo etérico, por meio da mobilização do Qi, e sobre o corpo astral (emocional), por meio da vibração sonora. Segundo os autores, os diapasões podem produzir efeitos mais rápidos que as agulhas, pois a vibração sonora se propaga com maior velocidade. Enquanto, na prática tradicional, as agulhas permanecem inseridas por aproximadamente trinta minutos, a aplicação de um diapasão requer cerca de três minutos.

Os autores também argumentam que pontos Shu estimulados com diapasões não invasivos apresentam caráter autorregulador: quando não necessitam de estímulo, rejeitam a vibração; quando há demanda energética, absorvem o som. Diferentemente das agulhas, cuja ação é contínua após a inserção, o diapasão permitiria uma interação vibracional dinâmica com o ponto.

Por fim, Maman e Unsoeld (2012) sustentam que a associação entre diapasões e acupuntura é altamente potente, mesmo sem o uso de agulhas, pois a extremidade do instrumento transmitiria vibração ao meridiano, às células e ao DNA, enquanto a ressonância da bifurcação ampliaria essa informação aos correspondentes energéticos do meridiano.

Figura 3: Diapasões terapêuticos criados por Fabien Maman.



Fonte: Maman; Unsoeld, 2012, p.166

A apropriação e associações das teorias da acupuntura como a teoria dos meridianos para uso de instrumentos de som explicitam

uma sinergia entre essas práticas que exploram vias complementares de intervenção: o agulhamento atua diretamente sobre estímulos somatossensoriais, enquanto o som age por meio de estímulos auditivo-vibracionais, promovendo relaxamento, regulação autonômica e maior integração corpo-mente. Dessa forma, a hipótese de sinergia entre as duas práticas permanece no campo conceitual e exploratório, constituindo uma proposta que demanda investigação empírica futura.

3. DISCUSSÃO E SÍNTESE DAS EVIDÊNCIAS

A literatura científica contemporânea demonstra que a acupuntura apresenta base empírica mais consolidada quando comparada à terapia do som, especialmente no que se refere ao manejo da dor crônica e à modulação de mecanismos neurofisiológicos. Ensaio clínicos randomizados e meta-análises indicam eficácia consistente em condições como lombalgia crônica, cefaleias e sintomas associados a tratamentos oncológicos, com mecanismos relacionados à regulação autonômica, liberação de neuromoduladores e modulação de vias nociceptivas centrais (Debar et al., 2025).

Ainda que exista heterogeneidade metodológica entre protocolos, o corpo de evidências da acupuntura mostra-se relativamente robusto dentro do campo das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. Em contraste, a terapia do som apresenta resultados descritos como promissores, particularmente no que se refere à redução do estresse, indução de relaxamento e melhora do bem-estar subjetivo. No entanto, a produção científica disponível ainda é marcada por amostras reduzidas, diversidade de instrumentos utilizados, ausência de padronização de frequências e escassez de

ensaios clínicos randomizados com delineamento rigoroso (Saskovets et al., 2024). Essa heterogeneidade limita a generalização dos achados e exige cautela na interpretação dos resultados. No que se refere à possível associação entre acupuntura e terapia do som, a literatura consultada permite inferir plausibilidade teórica de integração, especialmente quando considerados os referenciais clássicos da Medicina Tradicional Chinesa e as propostas contemporâneas de intervenções vibroacústicas (Silber; Hess; Hoerem, 2007; Maman; Unsoeld, 2012). Todavia, não foram identificados ensaios clínicos que investiguem diretamente a aplicação combinada dessas duas abordagens. Existem estudos que analisam o uso de música em sessões de acupuntura, mas não foram encontrados trabalhos que avaliem especificamente a utilização de instrumentos vibroacústicos, como mesa lira, monocórdios corporais, diapasões ou taças cantantes associados ao agulhamento em protocolos clínicos controlados. Dessa forma, a hipótese de sinergia entre acupuntura e terapia do som permanece, até o momento, no campo conceitual e exploratório. Teoricamente, é possível supor que, em condições caracterizadas por hipervigilância, desregulação autonômica e sofrimento emocional, como dor crônica, transtornos ansiosos, depressão leve a moderada, distúrbios do sono e reabilitação neurológica, a combinação de estímulos somatossensoriais e auditivo-vibracionais possa potencializar estados de relaxamento e favorecer maior integração corpo-mente. Entretanto, tal proposição carece de validação empírica por meio de estudos clínicos controlados.

Modelos hipotéticos de associação poderiam incluir a aplicação simultânea de acupuntura em ambientes sonoros estruturados ou o uso focal de instrumentos vibroacústicos sobre regiões corporais correspondentes a trajetos de meridianos. Contudo, qualquer

proposta de integração deve ser conduzida com cautela metodológica e observância de critérios de segurança clínica.

A síntese comparativa das duas abordagens pode ser sistematizada conforme o quadro a seguir:

Quadro 1 – Síntese comparativa entre acupuntura, terapia do som e proposta de sinergia

Característica	Acupuntura	Terapia do Som	Sinergia Proposta
Tipo de estímulo	Somatossensorial (agulhamento)	Auditivo-vibracional	Estímulo multimodal
Principais vias de ação propostas	Modulação neurofisiológica e autonômica; regulação do Qi	Ressonância vibracional e indução de relaxamento	Potencial modulação autonômica integrada
Foco terapêutico	Restabelecimento do equilíbrio funcional	Harmonização por frequências sonoras	Possível restauração ampliada da homeostase

Fonte: Elaborado pelo autor, 2026.

Em suma, enquanto a acupuntura apresenta maior grau de consolidação científica, a terapia do som configura-se como campo emergente que demanda padronização metodológica e ampliação de ensaios clínicos robustos. A integração entre ambas constitui hipótese plausível sob o ponto de vista conceitual, mas ainda desprovida de comprovação empírica direta, representando, portanto, uma agenda promissora para pesquisas futuras.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão buscou avaliar criticamente as evidências disponíveis sobre a acupuntura e a terapia do som enquanto práticas integrativas de saúde, bem como a plausibilidade de sua associação terapêutica. Os achados indicam que a acupuntura apresenta evidências mais consolidadas, especialmente no manejo da dor crônica, enquanto os resultados referentes à ansiedade e aos distúrbios do sono permanecem inconsistentes ou escassos, conforme apontado por metanálises recentes. A terapia do som, por sua vez, configura-se como um campo emergente, marcado por heterogeneidade metodológica, amostras reduzidas e diversidade de instrumentos e frequências sonoras, o que limita a generalização dos resultados. Ainda assim, os estudos disponíveis sugerem efeitos positivos sobre relaxamento, estresse e bem-estar subjetivo. A associação entre acupuntura e terapia do som apresenta fundamentação teórica plausível, sustentada por evidências contemporâneas de modulação autonômica, sincronização neural e alterações em biomarcadores fisiológicos. Entretanto, tais mecanismos ainda carecem de confirmação empírica robusta em estudos clínicos controlados.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACADEMIA PETER HESS PORTUGAL. Sobre a massagem de som. Disponível em: <https://www.peter-hess-academy.com.pt/>. Acesso em: 2 fev. 2026.

BOONROD, Vich. Body Tanpura Therapy: an alternative music instrumental therapy for taking care of end-stage patients. Sri Nagarind Medical Journal, Khon Kaen, v. 34, n. 6, p. 642–648, nov./dez. 2019. Disponível em:

<https://thaijo.org/index.php/SRIMEDJ/article/view/225671>. Acesso em: 3 abr. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria GM/MS nº 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Brasília, 03 maio 2006. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html. Acesso em : 15 jan de 2026.

BRASIL. Lei nº 15.345, de 12 de janeiro de 2026. Regulamenta o exercício profissional de acupuntura. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 13 jan. 2026. Disponível em : <https://www.planalto.gov.br>. Acesso em: 3 fev. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Glossário temático: práticas integrativas e complementares em saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2018.

BING, Wang (Org.). Princípios de Medicina Interna do Imperador Amarelo. Tradução de José Ricardo Amaral de Souza. São Paulo: Ícone, 2001.

DANNEMANN, Ursula. PETER HESS® Sound Therapy in supporting the treatment of people with Parkinson's disease: an experience report. IdeiasSUS – Fiocruz, 2020. Disponível em: <https://ideiasus.fiocruz.br/relato/peter-hess-sound-therapy-in-supporting-the-treatment-of-people-with-parkinsons-disease-an-experience-report/>. Acesso em: 2 fev. 2026.

DEBAR, L. L. et al. Acupuncture for chronic low back pain in older adults: a randomized clinical trial. JAMA Network Open, [s. l.], v. 8, n. 9, p. e2531348, set. 2025. Disponível em:

<https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2823134>. Acesso em: 5 fev. 2026.

DIETRICH, C. Rezeptive Musiktherapie in der Palliativversorgung: ein ganzheitlicher Ansatz mit dem Klang der Körpertambura. Norderstedt: BoD, 2024.

FACHIN, Juliana; ARAÚJO, Nelma Camelo; ARAÚJO, Ronaldo Ferreira. Fake news e desinformação em saúde no Brasil. Asklepion: Informação em Saúde, Rio de Janeiro, v. 4, n. 1, p. e-108, 2025. Disponível em: <https://revistaasklepion.emnuvens.com.br/asklepion/article/view/108>. Acesso em: 24 fev. 2026.

HAN, Ji-Sheng. Acupuncture and endorphins. Neuroscience Letters, Amsterdam, v. 361, n. 1–3, p. 258–261, 2004.

HACKE, Daniela. Klangvoll gegen COPD mit der Körpertambura. [S. l.]: Carstens-Stiftung, 2017. Disponível em: <https://www.carstens-stiftung.de/artikel/klangvoll-gegen-copd-mit-der-koerpertambura.html>. Acesso em: 3 jun. 2025.

HARRELL, M. W. et al. Acupuncture as a complementary treatment modality in the post-anesthesia care setting: a feasibility study. Journal of Integrative and Complementary Medicine, v. 30, n. 8, p. 776–782, 2024. DOI: 10.1089/jicm.2023.0168.

HEMPEN, M.; HUMMELSBERGER, J. The state of evidence in acupuncture: a review of metaanalyses and systematic reviews (update 2017–2022). Complementary Therapies in Medicine, v. 89, p. 103149, 2025. DOI: 10.1016/j.ctim.2025.103149.

HUANG, C. C. et al. Acupuncture: a review of safety, adverse events and risk prevention strategies. *American Journal of Chinese Medicine*, v. 52, n. 6, p. 1555–1587, 2024.

KLAUS, Eva. Im Einklang: Besonderheiten der Klangerfahrung auf dem Liegemonochord. In: TROST, C. (org.). *Monochrome Saiteninstrumente in ambulanten und klinischen Settings*. Deutschland: Reichert Verlag, 2024.

KOLLER, Christina M.; GROTZ, Tanja. Mit der Peter Hess-Klangmassage Stress abbauen und die Gesundheit stärken. *Fachzeitschrift Klang-Massage-Therapie*, n. 7, p. 15–19, 2010. Disponível em: <https://www.fachverband-klang.de/peter-hess-klangmassage-als-methode-der-stressverarbeitung-und-ihre-auswirkungen-auf-das-korperbild/>. Acesso em: 2 fev. 2026.

LIN, F. W.; YANG, Y. H.; WANG, J. Y. Effects of Tibetan singing bowl intervention on psychological and physiological health in adults: a systematic review. *Healthcare (Basel)*, 2025.

MACIOCIA, Giovanni. *Os fundamentos da medicina chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fitoterapeutas*. 3. ed. Rio de Janeiro: Roca, 2017.

MAMAN, Fabien; UNSOELD, Terres. *El Tao del sonido: sanación con sonidos acústicos para el siglo XXI*. Madrid: Guy Trédaniel, 2012.

MOURA, Paolla Hermenegildo et al. Aspectos neurofisiológicos da acupuntura na analgesia: revisão narrativa. *Revista Foco*, v. 18, n. 1, 2025.

PAI, Marcus Yu Bin; CHEN, Bruno Fu Lon; PAI, Hong Jin. Atualização neurocientífica dos mecanismos de ação da acupuntura em dor crônica. *Jornal de Pesquisa de Residentes Médicos*, v. 6, n. 1, 2022.

SASKOVETS, M. et al. Effects of sound interventions on the mental stress response in adults: protocol for a scoping review. *JMIR Research Protocols*, v. 13, p. e54030, 2024. DOI: 10.2196/54030.

SILBER, Otto-Heinrich; HESS, Peter; HOEREN, Jurgen. *Klangtherapie: Wege zu innerer Harmonie*. Battweiler: Traumzeit-Verlag, 2007.

SOUSA, T. R. de et al. Acupuncture techniques and acupoints used in individuals under chemotherapy or radiotherapy treatment of cancer: a systematic review. *Journal of Clinical Nursing*, v. 32, n. 21–22, p. 7531–7554, 2023. DOI: 10.1111/jocn.16812.

STANHOPE, J.; WEINSTEIN, P. The effects of singing bowls on human health: a systematic review. *Complementary Therapies in Medicine*, v. 51, p. 102412, 2020.

WANG, Y. et al. Acupuncture for acute migraine attacks in adults: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Evidence-Based Medicine*, v. 28, n. 6, p. 396–407, 2023. DOI: 10.1136/bmjebm-2022-112196.

WEN, Tom Sintan. *Acupuntura clássica chinesa*. São Paulo: Cultrix, 1985.

ZEIGERT, Olaf. *Die Körpertambura: ein vibroakustisches Saiteninstrument für die Musiktherapie*. 2012. Dissertação (Mestrado) – Universidade de Música e Artes Cênicas, Viena, 2012. Disponível em: <https://www.deutzklangwerkstatt.de/wp->

content/uploads/2024/08/Zeigert_Koerpertambura.pdf. Acesso em: 5 maio 2025.

ZHANG, Hui; LAI, Han. Five phases music therapy (FPMT) in Chinese medicine: fundamentals and application. *Open Access Library Journal*, v. 4, n. 12, p. 1–11, 2017.

ZHANG, X. et al. The positive role of traditional Chinese medicine as an adjunctive therapy for cancer. *Bioscience Trends*, v. 15, n. 4, p. 211–221, 2021. DOI: 10.5582/bst.2021.01217.

ZHOU, X. et al. Key targets of signal transduction neural mechanisms in acupuncture treatment of cardiovascular diseases: hypothalamus and autonomic nervous system. *Heliyon*, v. 10, n. 19, e38382, 2024.

¹ Fisioterapeuta / Acupunturista. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

² Terapeuta do Som. E-mail: [acesse o artigo original para visualizar o e-mail](#)

³ Para saber mais sobre os diferentes tipos de monocórdio e sua aplicação para saúde: MEDEIROS, Enderson. Instrumentos monocórdios e seus usos na musicoterapia. In: SIMPÓSIO DE EDUCAÇÃO MUSICAL ESPECIAL: MÚSICA PARA TODOS, 17., 2021, evento remoto. Anais eletrônicos... Maceió; São Paulo; Recife: Instituto Mara Augusta, 2021. Disponível em: www.musicaeinclusao.wordpress.com. Acesso em: 10 jan. 2026.

⁴ São instrumentos de som específico criados por Fabien Maman afinados na escala cromática temperada que se relaciona segundo

seu criador com as frequências dos doze meridianos de acupuntura. Há uma recomendação expressa que esses diapasões sejam de aço, devido à sua adequada. ressonância e sustentação harmônica, desaconselhando o uso de alumínio por sua baixa estabilidade vibratória. (Maman; Unsoeld, 2012, p.171-172).