

**A EFICÁCIA DA ACUPUNTURA ESTÉTICA NO REJUVENESCIMENTO FACIAL:
ANÁLISE DE BENEFÍCIOS E RESULTADOS**

THE EFFECTIVENESS OF AESTHETIC ACUPUNCTURE IN FACIAL REJUVENATION:
ANALYSIS OF BENEFITS AND RESULTS

Larissa Teixeira Martins 1, Nadhia Ester Dos Santos Reis 2, Kamille Amaral de Almeida Souza 3
, Ana Carolina Alcântara da Cunha 4, Rafaela de Paula Souza Albano 5

1 FACULDADE UNIS, SÃO LOURENÇO, MINAS GERAIS,
larissa.martins3@alunos.unis.edu.br ; 0009-0009-9557-8465

2 FACULDADE UNIS, SÃO LOURENÇO, MINAS
GERAIS, Nadhia.reis@alunos.unis.edu.br ; 0009-0008-3397-3657

3 FACULDADE UNIS, SÃO LOURENÇO, MINAS GERAIS,
Kamile.souza@alunos.unis.edu.br ; 0009-0007-6832-2726

4 FACULDADE UNIS, SÃO LOURENÇO, MINAS
GERAIS, ana.cunha4@alunos.unis.edu.br ; 0009-0000-2778-0949

5 FACULDADE UNIS, SÃO LOURENÇO, MINAS
GERAIS, rafaela.albano@professor.unis.edu.br ; 0009-0008-3774-9329

RESUMO

A acupuntura estética tem se destacado como uma prática complementar voltada à promoção do rejuvenescimento facial por meio da estimulação de pontos específicos que favorecem a circulação sanguínea, a oxigenação tecidual e a produção de colágeno. Este artigo tem como objetivo analisar a eficácia da acupuntura estética no rejuvenescimento facial, avaliando seus benefícios e resultados em comparação a outros métodos estéticos não invasivos. A pesquisa baseia-se em uma revisão bibliográfica de estudos recentes que abordam os efeitos fisiológicos da

técnica e seus impactos na firmeza e elasticidade da pele. Observa-se que a acupuntura estética, além de contribuir para a melhora da aparência da pele e redução de linhas de expressão, promove relaxamento e bem-estar geral, consolidando-se como uma alternativa natural e segura para o rejuvenescimento facial. Os resultados indicam que a prática pode ser considerada eficaz, especialmente quando associada a hábitos saudáveis e tratamentos complementares.

Palavras-chave: acupuntura estética, bem-estar, colágeno, estética facial, rejuvenescimento facial.

ABSTRACT

Aesthetic acupuncture has gained prominence as a complementary practice aimed at facial rejuvenation through the stimulation of specific points that enhance blood circulation, tissue oxygenation, and collagen production. This study aims to analyze the effectiveness of aesthetic acupuncture in facial rejuvenation, evaluating its benefits and results in comparison with other non-invasive aesthetic methods. The research is based on a bibliographic review of recent studies addressing the physiological effects of the technique and its impact on skin firmness and elasticity. It was observed that aesthetic acupuncture, in addition to improving the appearance of the skin and reducing expression lines, promotes relaxation and overall well-being, establishing itself as a natural and safe alternative for facial rejuvenation. The findings suggest that this practice can be considered effective, especially when combined with healthy habits and complementary treatments.

Keywords: aesthetic acupuncture, facial rejuvenation, collagen, facial aesthetics, well-being.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento cutâneo é um processo natural que envolve alterações fisiológicas na estrutura e função da pele, como a diminuição da produção de colágeno e elastina, resultando na perda de firmeza, elasticidade e na formação de rugas e linhas de expressão (Santos; Nascimento; Brito, 2018). Diante dessa realidade, a busca por procedimentos estéticos que retardem os sinais do envelhecimento tem se intensificado, estimulando o desenvolvimento de terapias alternativas e menos invasivas (Vieira; Silva; Valente, 2021). Entre elas, destaca-se a acupuntura estética, técnica da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) que vem ganhando reconhecimento na área da estética facial por sua eficácia e baixo risco de efeitos adversos. (Pierezan *et al.*, 2019).

A acupuntura estética utiliza a inserção de agulhas finas em pontos específicos do rosto e do corpo, com o objetivo de estimular a circulação sanguínea, melhorar o metabolismo local e

promover o equilíbrio energético (Martins, 2024). Esses estímulos favorecem a oxigenação tecidual e a produção de colágeno, o que contribui para a regeneração da pele e a suavização das marcas de expressão. Além dos benefícios físicos, a técnica proporciona relaxamento e bem-estar geral, atuando também sobre fatores emocionais que influenciam o envelhecimento precoce (Vieira; Silva; Valente, 2021).

O presente estudo tem como problema de pesquisa a seguinte questão: a acupuntura estética pode auxiliar na redução de linhas de expressão e rugas em comparação a outros métodos estéticos? A partir dessa indagação, busca-se compreender de forma aprofundada a eficácia do tratamento com acupuntura estética e seus impactos na aparência facial.

O objetivo geral deste trabalho é analisar a eficácia da acupuntura estética no rejuvenescimento facial, considerando seus benefícios e resultados para a saúde e aparência da pele. Como objetivos específicos, propõe-se investigar os mecanismos fisiológicos da acupuntura estética relacionados à melhora da circulação, oxigenação tecidual e produção de colágeno, bem como comparar os resultados obtidos com essa técnica em relação a outras práticas de rejuvenescimento não invasivas.

Justifica-se esta pesquisa fundamentando-se no crescente interesse por terapias naturais e integrativas na área da estética. A acupuntura estética representa uma alternativa eficaz, segura e de baixo custo, que busca a homeostase do organismo e consequentemente resultados visíveis na pele. Diante disso, compreender seus efeitos e fundamentos científicos é essencial para ampliar o conhecimento e fortalecer sua aplicação como recurso terapêutico no rejuvenescimento facial.

2 REFERENCIAL TEÓRICO.

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) baseia-se na harmonização da energia vital (Qi), que circula pelo corpo através dos meridianos, mantendo o equilíbrio físico e emocional. Quando há bloqueios nesse fluxo, surgem disfunções que podem ser tratadas com acupuntura, técnica que utiliza agulhas em pontos específicos para restaurar o equilíbrio energético, melhorar a circulação e estimular o colágeno. Na estética, é aplicada para suavizar rugas e promover rejuvenescimento facial de forma natural e segura (Vieira; Silva; Valente, 2021).

2.1 Conceitos de acupuntura estética

A acupuntura estética consiste na aplicação de agulhas finas em pontos específicos do rosto e do corpo, promovendo estímulos que favorecem a circulação sanguínea, a oxigenação tecidual e a

produção de colágeno. Esses efeitos fisiológicos contribuem para o rejuvenescimento da pele, tornando-a mais firme e elástica (Pierezan *et al.*, 2019).

De acordo com Santos, Nascimento e Brito (2018), o uso da acupuntura estética é uma alternativa natural aos procedimentos invasivos, proporcionando resultados gradativos e duradouros, além de benefícios sistêmicos, como relaxamento e equilíbrio emocional.

Segundo Vieira, Silva e Valente (2021), a acupuntura estética atua não apenas no rejuvenescimento facial, mas também na harmonização corporal, estimulando o metabolismo e contribuindo para a saúde geral do paciente. Essa abordagem integral reforça a ideia de que o tratamento estético deve considerar o indivíduo como um todo, respeitando o equilíbrio entre corpo e mente.

2.2 Conceitos de acupuntura estética

Os mecanismos de ação da acupuntura estética estão diretamente relacionados à estimulação dos tecidos cutâneos e musculares, o que promove o aumento da microcirculação local e a regeneração celular (Pierezan *et al.*, 2019). Estudos apontam que o estímulo das agulhas ativa a liberação de substâncias como endorfinas e serotonina, responsáveis pela sensação de bem-estar, e estimula fibroblastos, células fundamentais na produção de colágeno e elastina (Yun; Lee; Kim, 2020; Park; Cho, 2017).

De acordo com Pierezan *et al.* (2019), o tratamento com acupuntura estética resulta na melhora da tonicidade muscular e na diminuição de rugas, sendo eficaz na promoção da vitalidade da pele. Além disso, Prudente Martins (2024) comparou os efeitos da acupuntura estética e do microagulhamento no tratamento de rugas faciais, constatando que ambas as técnicas são eficazes, mas a acupuntura apresenta vantagens por ser menos invasiva e proporcionar benefícios energéticos e emocionais adicionais.

Esses resultados reforçam que a acupuntura estética, além de atuar de forma local no tecido cutâneo, promove equilíbrio sistêmico, influenciando positivamente a saúde emocional e o bem-estar geral do paciente. Assim, seu uso na estética facial representa uma prática integrativa, alinhada à tendência contemporânea de valorização de terapias naturais e sustentáveis.

3 MATERIAL E MÉTODOS

O presente estudo caracteriza-se como uma pesquisa de revisão bibliográfica, de natureza qualitativa e caráter exploratório, cujo objetivo é analisar a eficácia da acupuntura estética no rejuvenescimento facial, com ênfase em seus benefícios, mecanismos fisiológicos e resultados comparativos em relação a outras técnicas estéticas não invasivas.

A revisão foi realizada a partir da consulta de artigos científicos, livros e publicações acadêmicas disponíveis em bases de dados eletrônicas, como SciELO, Google Acadêmico, PubMed e Periódicos CAPES, abrangendo o período entre 2015 e 2024. Foram selecionados 25 estudos que abordam diretamente a aplicação da acupuntura estética, seus efeitos sobre o rejuvenescimento facial e suas comparações com outros métodos, como o microagulhamento e terapias faciais naturais.

Os critérios de inclusão compreenderam trabalhos publicados em português, inglês ou espanhol, que apresentassem metodologia clara e resultados relacionados aos benefícios fisiológicos da acupuntura estética, como aumento de colágeno, melhora da elasticidade da pele e redução de rugas. Foram excluídos 10 estudos duplicados, artigos sem rigor metodológico e publicações que tratassem de outras modalidades de acupuntura sem relação estética.

A análise dos dados ocorreu por meio da leitura exploratória e interpretativa do conteúdo selecionado, permitindo a identificação de aspectos recorrentes sobre os mecanismos de ação da acupuntura, os benefícios observados e as evidências de sua eficácia clínica. Os resultados foram organizados de forma descritiva, destacando os principais achados da literatura e suas contribuições para a prática estética e terapêutica.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados apontam resultados consistentes quanto à eficácia da acupuntura estética como método auxiliar no rejuvenescimento facial. A técnica tem demonstrado capacidade de melhorar a aparência da pele, reduzir rugas e linhas de expressão, além de promover benefícios fisiológicos e emocionais que repercutem positivamente na saúde geral do indivíduo (Santos; Nascimento; Brito, 2018).

De acordo com Santos, Nascimento e Brito (2018), a acupuntura estética estimula a circulação sanguínea e o metabolismo celular, favorecendo a nutrição dos tecidos e a eliminação de toxinas. Esse processo resulta em uma pele mais firme, hidratada e com tonalidade uniforme, efeitos que se tornam mais evidentes ao longo das sessões. Os autores também destacam que, por ser uma técnica não invasiva, apresenta baixo risco de efeitos colaterais, o que a torna uma alternativa segura e acessível.

Vieira, Silva e Valente (2021) ressaltam que a acupuntura estética atua não apenas de forma localizada, mas também sistêmica, equilibrando o fluxo energético do corpo e influenciando o bem-estar emocional do paciente. Essa abordagem holística diferencia a acupuntura de outros procedimentos estéticos, que normalmente se restringem à aparência externa.

A pesquisa de Pierezan *et al.* (2019) também confirma que o estímulo com agulhas promove o aumento da produção de colágeno e elastina, substâncias essenciais para a sustentação e elasticidade da pele. Com isso, há uma melhora significativa na firmeza facial, especialmente em áreas com maior tendência à flacidez, como a região dos olhos e da boca.

Comparando a acupuntura estética a outras técnicas de rejuvenescimento, Prudente Martins (2024) verificou que, embora o microagulhamento apresenta resultados rápidos e visíveis, a acupuntura possui vantagens por não agredir a epiderme e por atuar de forma integral, reduzindo não apenas os sinais físicos do envelhecimento, mas também os fatores emocionais que o aceleram, como o estresse e a ansiedade.

Dessa forma, observa-se que os benefícios da acupuntura estética vão além do aspecto visual, englobando aspectos fisiológicos e psicossomáticos. A melhora da circulação, a regeneração tecidual e o relaxamento promovem não apenas rejuvenescimento, mas também qualidade de vida. Assim, os achados corroboram as hipóteses levantadas neste estudo: a acupuntura estética estimula a produção de colágeno, reduz sinais de envelhecimento e proporciona bem-estar geral, consolidando-se como uma prática eficaz e segura na estética facial contemporânea.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo analisar a eficácia da acupuntura estética no rejuvenescimento facial, destacando seus benefícios, mecanismos fisiológicos e resultados quando comparada a outras técnicas estéticas não invasivas. A partir da revisão da literatura, observou-se que a acupuntura estética se mostra um método eficaz, seguro e natural para a melhora da aparência e saúde da pele, apresentando resultados positivos tanto no aspecto físico quanto emocional.

Os achados confirmam que a estimulação promovida pelas agulhas contribui para o aumento da circulação sanguínea, da oxigenação tecidual e da produção de colágeno, resultando em uma pele mais firme, elástica e revitalizada. Além disso, o tratamento proporciona equilíbrio energético e bem-estar geral, reforçando sua abordagem integral e diferenciada em relação a outros procedimentos estéticos.

Em comparação com técnicas como o microagulhamento e outros métodos não invasivos, a acupuntura estética apresenta vantagens significativas por não causar traumas à pele, possuir baixo custo e gerar benefícios duradouros, especialmente quando associada a hábitos saudáveis. Dessa forma, a técnica consolida-se como uma alternativa promissora dentro da estética contemporânea, alinhada à tendência de valorização de práticas naturais e integrativas.

Contudo, ressalta-se a necessidade de novos estudos com amostras maiores e metodologias experimentais que avaliem, de forma mais detalhada, a durabilidade dos resultados e as variações de resposta entre diferentes perfis de pacientes. A ampliação dessas pesquisas contribuirá para fortalecer o embasamento científico da acupuntura estética e sua aplicação profissional.

Agradecimentos

Os autores agradecem à Faculdade UNIS São Lourenço pelo apoio e pela oportunidade de desenvolver este trabalho. Agradecemos, em especial, à professora Rafaela de Paula Souza Albano, pela orientação, dedicação e por compartilhar seus conhecimentos durante a elaboração deste artigo, contribuindo de forma essencial para o seu desenvolvimento.

Agradecemos também ao professor Marcelo Limborço Filho, pelos ensinamentos transmitidos em sala de aula, que possibilitaram a construção deste estudo e o aprofundamento do conteúdo abordado.

Estendemos nossos agradecimentos aos colegas do curso de Estética e Cosmética, pelo incentivo, pela troca de experiências e pela colaboração ao longo do processo.

Por fim, agradecemos às nossas famílias e amigos pelo apoio, paciência e compreensão durante a realização deste trabalho.

REFERÊNCIAS

Pierezan, Aline *et al.* Acupuntura e a minimização de rugas faciais: uma revisão bibliográfica. 2019.

Prudente Martins , Pedro Henrique. Comparação entre o microagulhamento e acupuntura estética no tratamento de rugas faciais. 2024.

Santos, Lana Rita de Oliveira Lima; Nascimento , Larissa de Oliveira Lima Santos; Brito , Josy Quélvia Alves. Acupuntura como tratamento do rejuvenescimento facial: uma revisão literária. 2018.

Vieira, Bianca Clara; Silva, Emanuely dos Santos; Valente , Caroline. Acupuntura na estética: uma revisão de literatura sobre os benefícios e aplicações, 2021.