



Vanessa Biazutti Magalhães

ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Banca Examinadora da Universidade Presidente Antônio Carlos, como exigência parcial para obtenção do título de Bacharel em Biomedicina.

Juiz de Fora

2020

Vanessa Biazutti Magalhães

ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Banca
Examinadora da Universidade
Presidente Antônio Carlos, como
exigência parcial para obtenção
do título de Bacharel em
Biomedicina.

Orientador: Professor José Michel
Machado

Juiz de Fora

2020

Vanessa Biazutti Magalhães

ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. _____

Prof. Ms. _____

Prof. Dr. _____

ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO

ACUPUNCTURE IN THE TREATMENT OF FIBROMYALGIA: A REVIEW

Vanessa Biazautti Magalhães¹José Michel Machado²

Resumo

Introdução: A fibromialgia é uma síndrome que acomete o sistema muscoesquelético através da dor crônica generalizada. Geralmente, ela vem acompanhada de sintomas como: fadiga, insônia, alterações de humor, depressão entre outros, prejudicando consideravelmente a qualidade de vida dos indivíduos. A acupuntura é uma modalidade terapêutica que vem sendo utilizada para o seu tratamento. **Objetivo:** analisar a eficácia da acupuntura para o tratamento de fibromialgia. Sendo os objetivos específicos: Mostrar como a acupuntura pode ajudar a melhorar os sintomas da fibromialgia; descrever o que são *tender points*. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, realizada a partir de estudos publicados na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que permitiu a formulação de novos conhecimentos baseados nos resultados encontrados. Os critérios de inclusão foram: O recorte temporal adotado foram estudos publicados entre 2016 a 2020, devido à viabilidade analítica, estudos disponíveis on-line na íntegra, nas referidas bases de dados, que possuíam ou discutissem a eficácia do tratamento da acupuntura para o tratamento da fibromialgia. **Revisão de literatura:** Portanto, a partir desta revisão foi possível observar que a acupuntura se mostrou um método eficaz na redução da dor dos *tender points* e no tratamento da fibromialgia, ajudando assim a melhorar a qualidade de vida dos pacientes. **Considerações finais:** Concluiu-se que a acupuntura pode ser um método eficiente para o tratamento da fibromialgia, na redução da dor nos *tender points* e conseqüentemente no alívio da dor e melhora da qualidade de vida em indivíduos com FM. Porém, ressaltamos a necessidade de novas pesquisas para estabelecer condutas com maior rigor metodológico para mensuração quantitativa e qualitativa da efetividade da acupuntura como método de tratamento da acupuntura. Principalmente do seu quadro algico e sintomas associados.

Descritores: Acupuntura, Fibromialgia, Dor.

Abstract

¹ Acadêmico do Curso de Biomedicina da Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC – Juiz de Fora –MG

² Biomédico, Professora do Curso de Biomedicina da Universidade Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, Especialista

Introduction: Fibromyalgia is a syndrome that affects the musculoskeletal system through generalized chronic pain. Generally, it is accompanied by symptoms such as: fatigue, insomnia, mood changes, depression, among others, considerably impairing the quality of life of individuals. Acupuncture is a therapeutic modality that has been used for its treatment. **Objective:** to analyze the effectiveness of acupuncture for the treatment of fibromyalgia. The specific objectives being: To show how acupuncture can help to improve the symptoms of fibromyalgia; Describe what tender points are. **Method:** This is an integrative literature review, carried out based on studies published in the Virtual Health Library (VHL) database, which allowed the formulation of new knowledge based on the results found. The inclusion criteria were: The adopted time frame were studies published between 2016 and 2020, due to the analytical feasibility, studies available online in full, in the referred databases, that had or discussed the efficacy of the acupuncture treatment for the treatment of fibromyalgia. **Literature review** Therefore, from this review it was possible to observe that acupuncture proved to be an effective method in reducing tender point pain and in treating fibromyalgia, thus helping to improve patients' quality of life. **Final considerations:** It was concluded that acupuncture can be an efficient method for the treatment of fibromyalgia, in reducing pain at tender points and consequently in relieving pain and improving quality of life in individuals with FM. However, we emphasize the need for further research to establish conducts with greater methodological rigor for quantitative and qualitative measurement of the effectiveness of acupuncture as a method of treating acupuncture. Mainly from your pain and associated symptoms.

Descriptors: Acupuncture, Fibromyalgia, Ache.

INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma síndrome que acomete o sistema muscoesquelético através da dor crônica generalizada. Geralmente, ela vem acompanhada de sintomas como: fadiga, insônia, alterações de humor, depressão entre outros, prejudicando consideravelmente a qualidade de vida dos indivíduos. A acupuntura é uma modalidade terapêutica que vem sendo utilizada para o seu tratamento¹.

“Entre os tratamentos disponíveis, as terapias alternativas e complementares são muito utilizadas, com a procura chegando a 98% dos portadores em países desenvolvidos, como nos Estados Unidos da América”².

A dor tem sido atualmente o motivo de queixe de muitos pacientes. Representando inclusive um grave problema de saúde pública, principalmente por suas repercussões socioeconômicas e alto índice de morbidade, que podem ser comparados às doenças cardiovasculares³.

Vários estudos têm abordado o tema por se trata de uma patologia multidisciplinar; tentando assim, melhorar e aprimorar a qualidade do tratamento. Porém, cabe ressaltar que poucos estudos científicos de alta qualidade sobre o assunto foram encontrados, como, por exemplo: Deluze *et al.*, 1992; Assefi *et al.*, 2005; Martin *et al.* 2006⁴.

Desta forma, o objetivo deste artigo foi analisar a eficácia da acupuntura para o tratamento de fibromialgia.

MÉTODOS

Tratou-se de uma revisão integrativa, realizada a partir de estudos publicados em bases indexadas, que permitiu a formulação de novos conhecimentos baseados nos resultados encontrados.

Na busca de respostas a questão formulada, foi realizada uma pesquisa exploratória em periódicos on-line da área da saúde, na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), onde podem ser encontradas outras bases de dados como da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e biblioteca digital *Scientific Eletronic Library Online (Scielo)*.

Sendo utilizados os descritores, seguido do operador *booleano and*. Para os descritores: acupuntura *and* fibromialgia.

O recorte temporal adotado foram estudos publicados entre 2016 a 2020, devido à viabilidade analítica, tendo como critérios de inclusão estudos em português disponíveis on-line na íntegra, nas referidas bases de dados.

Foram utilizados para busca dos artigos os seguintes descritores: síndrome do desconforto respiratório agudo *and* decúbito ventral *and* mortalidade e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa⁵ seguido do operador *booleano AND*. Para os descritores foram encontrados 117 artigos. Após o uso dos filtros e critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 42 artigos, destes 75 artigos não atendiam ao recorte temporal dos últimos 5 anos e texto completo. Ao final, foram selecionados 13 artigos, que atendiam aos critérios estabelecidos.

Os critérios de inclusão foram estudos publicados entre 2016 a 2020, devido à viabilidade analítica, estudos disponíveis on-line na íntegra, nas referidas bases de dados, que possuíam ou discutissem a eficácia da acupuntura para o tratamento da fibromialgia. Já os critérios de exclusão adotados foram: estudos repetidos, texto incompleto, impossibilidade de download, não estar em português.

A escolha dos artigos foi realizada pelos autores diante da leitura dos títulos, do resumo e das palavras-chave. Assim, após a pré-seleção, os artigos foram lidos na íntegra e aplicados os critérios de inclusão e exclusão predeterminados. A organização das informações foi por meio de um fichamento avaliando dados inerentes à identificação do artigo, tipo metodológico do estudo, análise do rigor metodológico, das intervenções determinadas e os resultados encontrados, autor, estudo e o nível de evidência. Para extrair os dados dos artigos selecionados, faz-se necessária a utilização de um instrumento previamente elaborado capaz de assegurar que a totalidade dos dados relevantes seja extraída minimizando o risco de erros na transcrição, garantindo precisão na checagem das informações e servindo como registro⁵. Este método foi utilizado objetivando uma interpretação ampliada dos estudos incluídos, por conter informações primordiais e por conceder uma análise crítica dos dados.

REVISÃO DA LITERATURA

A amostra final desta revisão foi composta por treze artigos científicos, selecionados pelos critérios de inclusão previamente estabelecidos. A partir da

análise percebe-se o ano de publicação: 2 artigos publicados em 2016; 5 artigos publicados em 2017; 5 artigos publicados em 2018; e 1 artigo publicado em 2020.

Gráfico 1: Distribuição dos artigos conforme quantidade e ano de publicação.

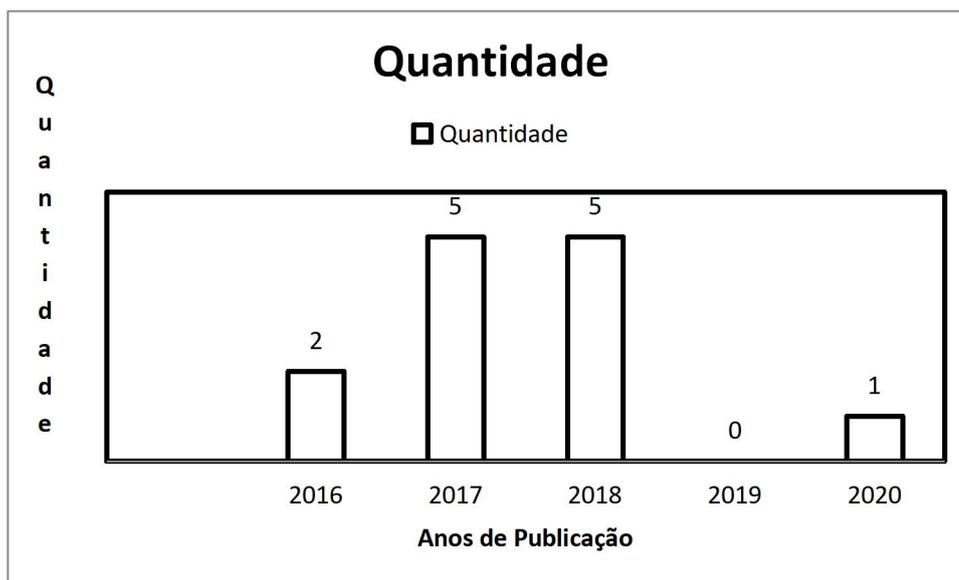


Gráfico 1: Distribuição dos artigos conforme quantidade e ano de publicação

Para estruturar os resultados, foi elaborado um quadro que contempla as informações relevantes sobre as publicações incluídas na revisão, portanto são analisadas com maior detalhamento.

Autor	Objetivos	Resultados	Conclusão
Costa, Santos, Turci (2017) ⁶	Abordar a importância clínica da acupuntura como técnica a ser utilizada para alívio da dor e melhora da qualidade de vida em indivíduos com fibromialgia.	Acupuntura é uma técnica que tem mostrado resultados satisfatórios no tratamento da FM pois provocam alívio da dor, melhorando o	A acupuntura pode ser um método eficaz na redução da dor nos <i>tender points</i> e consequentemente no alívio da dor e melhora da qualidade de vida

		cansaço, sono, rigidez, ansiedade, depressão e com isso podem promover uma qualidade de vida melhor para o paciente portador desta síndrome.	em indivíduos com FM.
Passos (2016) ⁷	Diagnosticar doenças e promover a cura pela estimulação da força de autocura do corpo.	A acupuntura apresenta efeitos significativamente positivos sobre qualidade de vida, sono, rigidez, ansiedade, depressão e dor dos pacientes fibromiálgicos, sendo que tais efeitos também se manifestam sistemicamente, através de melhora da dor de outros pontos que não os que foram tratados.	A acupuntura é eficaz no tratamento da fibromialgia, mas ainda são necessários mais estudos para maior comprovação dos efeitos listados.
Silveira, Martins (2018) ⁸	Corroborar a eficácia e distinguir os efeitos da acupuntura como forma de tratamento para o	Os resultados indicam que a acupuntura pode ser eficaz no tratamento em curto prazo de	A quantidade de pontos doloridos em paciente portador de fibromialgia, de modo a melhorar a

	alívio da dor e melhora da qualidade de vida de pessoas com fibromialgia.	pacientes fibromiálgicos, e vão além, pois, explicam que a melhora na qualidade de vida tem relação direta com a redução sérica de serotonina.	sua qualidade de vida devolvendo-lhe capacidade funcional e vitalidade para vivenciar diferentes contextos que solicitam estabilidade física, emocional e mental que, comumente é comprometido pelos processos dolorosos.
Beck, Oliveira (2018) ⁹	Verificar o uso da acupuntura tradicional chinesa no tratamento algico da fibromialgia.	Acupuntura se mostrou benéfica, associada ou não a outro tratamento e independente do número de sessões, esse efeito não foi só na dor, mas também nos sintomas associados.	A acupuntura é uma técnica recomendada no tratamento algico da fibromialgia, pois promove redução da intensidade dolorosa e do mesmo modo nos sintomas associados.
Santos (2017) ¹⁰	Verificar a eficácia da acupuntura no controle da dor.	Há um mecanismo de ação neuromodulatório responsável pelo efeito analgésico da acupuntura, as	A acupuntura tem sido aceita para efetivamente tratar várias doenças, particularmente a dor crônica, e um grande volume de

		concentrações de endorfinas e dinorfinas aumentam no líquido cefalorraquidiano após acupuntura e durante o período de analgesia.	evidências demonstra claramente que a analgesia de acupuntura possui bases fisiológicas, anatômicas e neuroquímicas.
Oliveira Júnior, Almeida (2018) ¹¹	O objetivo deste estudo foi apresentar uma revisão sobre os principais tratamentos sugeridos para os portadores de fibromialgia, incluindo alguns emergentes.	A técnica milenar da acupuntura parece mais efetiva em benefício de dores agudas que em crônicas, e consegue reduzir a intensidade dolorosa em várias condições crônicas, incluindo a FM69. A acupuntura reduz a inflamação, libera opioides endógenos e reduz a ansiedade.	O tratamento da fibromialgia é individualizado, e, não propõe sua cura. O objetivo é a redução do sofrimento de seus portadores, a melhora da funcionalidade, e na medida do possível, da autonomia pessoal e da qualidade de vida.
Leite, Silva, Carneiro (2017) ¹²	Verificar a eficácia das modalidades fisioterapêuticas em pacientes portadores de fibromialgia.	No contexto geral, a fisioterapia aquática parece ter sido a modalidade fisioterapêutica que melhor apresentou resultados no	Torna-se necessários maiores estudos randomizados e controlados sobre outros possíveis recursos

		tratamento da fibromialgia.	fisioterapêuticos como forma de tratamento da fibromialgia.
Galliano <i>et al.</i> (2017) ¹³	Avaliar evidências de revisões sistemáticas (RSs) Cochrane sobre efetividade e segurança de intervenções para fibromialgia.	Foram incluídas 27 revisões sistemáticas Cochrane avaliando o uso de intervenções farmacológicas (20) e não farmacológicas (7). As RSs incluídas demonstraram evidência de alta qualidade no uso de inibidores da receptação da serotonina e da noradrenalina (redução de dor e fadiga e melhora da qualidade de vida) e de pregabalina (redução da dor e aumento do bem-estar global). Para todas as outras intervenções consideradas, a	Baseadas em evidências de alta qualidade, as revisões sistemáticas Cochrane incluídas nesta revisão demonstram que inibidores da receptação da serotonina e da noradrenalina e pregabalina demonstram algum benefício para pacientes com fibromialgia.

		qualidade da evidencia e insuficiente ou baixa.	
Lemes (2017) ¹⁴	Apresentar as formas como a fisioterapia pode auxiliar no tratamento da fibromialgia, promovendo melhora da dor e do impacto dos outros sintomas, restabelecendo a capacidade física, mantendo a funcionalidade e promovendo a melhora da qualidade de vida dos pacientes.	A acupuntura e eletro-acupuntura têm resultados conflitantes na literatura. Mas alguns estudos mostram que pacientes podem se beneficiar dessa modalidade terapêutica para alívio da dor.	Vários tratamentos têm sido estudados, mas este estudo visou realizar um estudo baseado no tratamento não medicamentoso, através de exercícios aeróbios e intervenções fisioterapêuticas, sendo possível concluir que essas práticas são muito relevantes para o portador possuir boa qualidade de vida, diminuindo os impactos maléficos dessa doença.
Nunes, Guardiola (2018) ¹⁵	Identificar e descrever as revisões sistemáticas publicadas pelo Instituto Cochrane sobre essa prática, conhecer as	A medicina complementar, por outro lado, possui uma visão holística, pela qual o indivíduo é visto em sua totalidade. A imposição do	Possível perceber que a acupuntura pode ser aplicada em diversas especialidade de saúde, das quais foram encontradas

	recomendações das evidências científicas existentes para promoção da saúde, prevenção e terapêutica de distintas enfermidades.	método científico não foi capaz, até então, de analisar o conjunto de saberes dessa racionalidade médica, sem transfigura-la.	14 nos 46 estudos analisados, com predominância em neurologia, saúde da mulher, dor e analgesia e saúde mental, abordando situações de saúde como demência vascular, acidente vascular cerebral, disfagia, epilepsia, subfertilidade, síndrome do ovário policístico, endometriose, dismenorreia, transtorno de déficit de atenção com hiperatividade, entre outros.
Melo et al. (2020) ¹⁶	Analisar o estado da arte acerca dos recursos terapêuticos não farmacológicos utilizados para o quadro clínico da FM	Ressalta-se que as características individuais devem ser levadas em consideração para escolha do tratamento pela heterogeneidade dos sintomas.	Por fim, sugere-se que o acompanhamento destes indivíduos seja multiprofissional em razão de o quadro clínico da FM ser multifatorial.
Pimentel, Trindade	Verificar o impacto da	Diante dos resultados	Ao término da pesquisa foi

(2018) ¹⁷	fisioterapia na qualidade de vida e no quadro doloroso em pacientes acometidos pela referida patologia	expostos na tabela em corte transversal, foram observados que as intervenções fisioterapêuticas no tratamento da Síndrome de fibromialgia, mostraram-se efetivos na redução dos sintomas e melhora da qualidade de vida de pacientes.	possível verificar a interferência que a fisioterapia apresentou na fibromialgia sobre a dor e qualidade de vida e se obtiveram resultados positivos.
Santos, Moreira (2016) ¹⁸	Realizar uma revisão de literaturas sobre os possíveis tratamentos fisioterápicos que podem ser utilizados pelo fisioterapeuta na fibromialgia e os benefícios de cada um.	Seus efeitos neurobiológicos, que interferem sobre os neurotransmissores relacionados à depressão e à dor, qualificam a técnica como adequada para o tratamento da dor crônica.	Por meio deste estudo, pode-se concluir que a Fibromialgia é uma doença reumática não inflamatória, de causas ainda desconhecidas, que atinge na maioria dos casos a população feminina, tendo como principal característica a dor musculoesquelética difusa e crônica, com diversos pontos dolorosos à

			palpação espalhados por áreas do corpo, estes que recebem o nome de “ <i>tender points</i> ”.
--	--	--	---

Nesta revisão de literatura pode se afirmar que a acupuntura se mostrou um método eficaz na redução da dor dos *tender points*^{6,8,18} e no tratamento da fibromialgia^{7-9,13,16,17}, ajudando assim a melhorar a qualidade de vida dos pacientes^{6-8,11,14,15,17}.

A acupuntura se mostrou mais eficiente para o tratamento da dor crônica^{9,10, 14,17,18}. Devendo ser levado em consideração a individualidade do paciente^{11,16,18}, podendo apresentar resultados a curto prazo⁸, se mostrando também eficiente para os sintomas associados a fibromialgia^{9,15}.

O mecanismo de ação responsável pelo efeito analgésico da acupuntura está no aumento das concentrações de endorfinas e dinorfinas¹⁰. A acupuntura ajuda a melhorar os sintomas da fibromialgia, pois reduz a inflamação e libera opioides endógenos que reduzem a ansiedade¹¹. Além de fazer com que seus efeitos neurobiológicos interfiram sobre os neurotransmissores relacionados à depressão e a dor¹⁸.

Os efeitos benéficos observados com baixas doses de naltrexona em fibromiálgicos têm sido explicados pelo envolvimento do antagonismo à microglia, além de bloquear a liberação de opioides endógenos. Os fatores pró-inflamatórios liberados no SNC pela microglia, que parecem estar anormalmente sensibilizados na FM, podem levar à facilitação central do processamento da dor. Esses resultados são encorajadores e promissores para o uso de baixas doses de naltrexona como um tratamento da FM¹¹.

Ainda podem ser observados outros efeitos benéficos como: redução da dor, melhora do bem-estar global, melhora da rigidez, redução da fadiga, melhora da qualidade do sono¹³.

Além disso, a acupuntura apresenta um conjunto de indicações terapêuticas relacionadas à promoção da saúde, prevenção de doenças que beneficiam o bem-estar, a longevidade e a vitalidade, ou seja, dimensões

qualitativas da saúde humana¹⁵. Melhorou a saúde geral, reduziu dor, fadiga e pontos dolorosos (*tender points*)¹⁶.

Torna-se necessários maiores estudos randomizados e controlados sobre outros possíveis recursos fisioterapêuticos como forma de tratamento da fibromialgia¹².

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Concluiu-se que a acupuntura pode ser um método eficiente para o tratamento da fibromialgia, na redução da dor nos *tender points* e conseqüentemente no alívio da dor e melhora da qualidade de vida em indivíduos com FM., porém, ressaltamos a necessidade de novas pesquisas para estabelecer condutas com maior rigor metodológico para mensuração quantitativa e qualitativa da efetividade da acupuntura como método de tratamento da acupuntura. Principalmente do seu quadro álgico e sintomas associados.

REFERÊNCIAS

1. Stival R S M, Carvalho P R, Stasiak C E S, Galdino D T, Hoskstra B E, Schafranski M D. Acupuntura na fibromialgia: um estudo randomizado-controlado abordando a resposta imediata da dor. Rev bras reumatol, 2014;5 4(6):431–436;
2. Takiguchi R S, Fukuhara V S, Sauer J F, Assumpção A, Marques A P. Efeito da acupuntura na melhora da dor, sono e qualidade de vida em pacientes fibromiálgicos: estudo preliminar. Fisioterapia e Pesquisa, 2008;15(3):280-4;
3. Oliveira M M, Gonçalves C C, Almeida I B, Piancó I M F G, Bezerra A P, Leite R F B. Controlando a dor: benefícios da acupuntura auricular e auriculoterapia em idosos. Rev Tema, 2011; 11(16): 1-10;
4. Araújo R A T. Tratamento da dor na fibromialgia: com acupuntura. Tese de doutorado. Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, 2007. 1- 83;
5. Souza M T, Silva M D, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein, 2010; 8(1):102-6;

6. Costa F S, Santos M F, Turci A M. Acupuntura no tratamento da fibromialgia: revisão de literatura. *Visão Universitária*, 2017; 1(1):28-41;
7. Passos R S. Efeitos da acupuntura na fibromialgia: uma revisão bibliométrica. *Acta Biomedica Brasiliensia*, 2016; 7(2): 1-12;
8. Silveira N C, Martins R C C. Eficácia da acupuntura para o tratamento da fibromialgia: uma revisão sistemática. *Rev. Psicol Saúde e Debate.*, 2018;4(1)85-105;
9. Beck D G S, Oliveira G C. Acupuntura no tratamento algico da fibromialgia: revisão de literatura. *Revista saúde integrada*, 2018;11(21): 2-10;
10. Santos M F. O efeito analgésico da acupuntura na dor crônica e sua aplicabilidade no Sistema Único de Saúde: revisão de literatura. 1-10;
11. Oliveira Júnior J O, Almeida M B. O tratamento atual da fibromialgia. *Br J Pain.* , 2018 jul-set;1(3):255-62;
12. Leite A J C M, Silva L P, Carneiro L. Anais do 8º Fórum Científico da FUNEC: Educação, Ciência e Tecnologia, 2017; 8(8): 2-18;
13. Galliano A S, Campelo B P S, Pacheco R L, Trevisani V F M, Riera R. Evidências de revisões sistemáticas Cochrane sobre o tratamento da fibromialgia. *Diagn Tratamento*. 2017; 22(4):184-96;
14. Lemes K S. Benefícios das técnicas fisioterapêuticas para a fibromialgia. Unopar. Londrina. 2017: 1-20;
15. Nunes L G T, Guardioli M F. Revisões sistemáticas sobre acupuntura: análise das contribuições do Instituto Cochrane. UNB. Brasília. 2018. 12-36;
16. Melo G A. Recursos terapêuticos para a fibromialgia: uma revisão sistemática. Editora Unijuí – *Revista Contexto & Saúde* 2020; 20(38):49-56;
17. Pimentel K M, Trindade R S. Análise do impacto da fisioterapia na dor e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia. Centro universitário são lucas – Porto Velho, 2018: 6-17;
18. Santos E M, Moreira E B. Possíveis tratamentos fisioterapêuticos na fibromialgia: uma revisão bibliográfica. UNIESP. 2016: 2-20.