



CENTRO UNIVERSITÁRIO PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS - UNIPAC
CURSO DE BIOMEDICINA

ELIANA NATALIA DA SILVA
SÁVIO AUGUSTO DE SÁ

AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA
ACUPUNTURA NO TRATAMENTO
DA INSÔNIA: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA

BARBACENA

2023

ELIANA NATALIA DA SILVA

SÁVIO AUGUSTO DE SÁ

**AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA
ACUPUNTURA NO TRATAMENTO
DA INSÔNIA: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Biomedicina do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, como requisito obrigatório para obtenção do título de Bacharela em Biomedicina.

Orientador: Prof. Mestre Frederico Lopes Frazão

BARBACENA

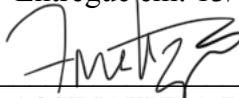
2023

**ELIANA NATALIA DA SILVA
SÁVIO AUGUSTO DE SÁ**

**AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA
ACUPUNTURA NO TRATAMENTO
DA INSÔNIA: UMA REVISÃO
SISTEMÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Biomedicina do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, como requisito obrigatório para obtenção do título de Bacharela em Biomedicina.

Entregue em: 13/07/2023



NOME E ASSINATURA DO ORIENTADOR



NOME E ASSINATURA DO ALUNO



NOME E ASSINATURA DO ALUNO

BARBACENA

2023

AVALIAÇÃO DA EFICÁCIA DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA INSÔNIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Eliana Natalia da Silva¹
Sávio Augusto de Sá¹
Frederico Lopes Frazão²

1. Acadêmica do Curso Bacharelado em Biomedicina, Centro Universitário Presidente Antônio Carlos, Barbacena-MG.
2. Professor Orientador do Curso de Biomedicina, Centro Universitário Presidente Antônio Carlos, Barbacena-MG.

RESUMO

A insônia é um distúrbio clínico que faz com que os indivíduos por ela afetados tenham suas funções fisiológicas, psicológicas e sociais comprometidas, principalmente quando ela dura por muito tempo. Acupuntura é uma forma de medicina alternativa e um ramo da medicina tradicional chinesa no qual finas agulhas são inseridas no corpo do paciente. A medicina tradicional chinesa é um método terapêutico composta por teorias e práticas que buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção de agravos 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. Afim de se estabelecer se tais práticas podem trazer benefícios em distúrbios que afetam a mente, o presente artigo tem por objetivo avaliar a eficácia da acupuntura no tratamento da insônia. Trata-se de uma revisão sistemática com coleta de dados realizada na base de dados PubMed, com publicações entre 2012 e 2022. Após realizada a metodologia, foram selecionados dez artigos para o estudo. Não se tem ainda um consenso sobre as causas que levam à insônia, o que torna seu diagnóstico difícil. Atualmente, o tratamento da insônia inclui principalmente terapia cognitivo comportamental e outra psicoterapia, terapia medicamentosa, fototerapia, terapia com exercícios, terapia médica complementar e alternativa. Diante do exposto, conclui-se que quanto ao objetivo geral do estudo que era mostrar a eficácia do tratamento da acupuntura na insônia foi contemplado, pois, a maioria dos estudos aqui analisados indicaram ser a acupuntura um tratamento alternativo eficiente. Apesar de ainda existirem controvérsias sobre o real papel da acupuntura no tratamento da insônia, os trabalhos avaliados mostraram em sua maioria a eficácia esperada, diferenciando do placebo, o que coloca tal modalidade de intervenção como uma proposta para o tratamento da insônia. No entanto, ainda carece de mais pesquisas sobre o assunto.

Palavras-chave: Acupuntura; Eficácia; Insônia.

ABSTRACT

Insomnia is a clinical disorder that causes the individuals affected by it to have their physiological, psychological and social functions compromised, especially when it lasts for a long time. Acupuncture is a form of alternative medicine and a branch of traditional Chinese medicine in which fine needles are inserted into the patient's body. Traditional Chinese medicine is a therapeutic method composed of theories and practices that seek to stimulate the natural mechanisms for preventing injuries and recovering health through effective and safe technologies, with an emphasis on welcoming listening, the development of the therapeutic bond and the integration of the human being with the environment and society. In order to establish whether such practices can bring benefits in disorders that affect the mind, this article aims to evaluate the effectiveness of acupuncture in the treatment of insomnia. This is a systematic review with data collection carried out in the PubMed database, with publications between 2012 and 2022. After performing the methodology, ten articles were selected for the study. There is still no consensus on the causes that lead to insomnia, which makes its diagnosis difficult. Currently, the treatment of insomnia mainly includes cognitive behavioral therapy and other psychotherapy, drug therapy, phototherapy, exercise therapy, complementary and alternative medical therapy. After performing the methodology, ten articles were selected for the study. In view of the above, it is concluded that the general objective of the study, which was to show the effectiveness of acupuncture treatment for insomnia, was contemplated, since most of the studies analyzed here indicated that acupuncture was an efficient alternative treatment. Although there are still controversies about the real role of acupuncture in the treatment of insomnia, the studies evaluated showed mostly the expected efficacy, differentiating from placebo, which places this modality of intervention as a proposal for the treatment of insomnia. However, more research on the subject is still needed.

Keywords: Acupuncture; insomnia; biomedicine.

LISTA DE ILUSTRAÇÃO

Quadro 1: Fluxograma de seleção de artigos	10
Quadro 2: Síntese de informações básica dos artigos.....	11

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	9
2 METODOLOGIA.....	10
3 RESULTADOS	11
4 DISCUSSÃO	19
4.1 RELAÇÃO DA PROFISSÃO DE BIOMEDICINA COM A PRÁTICA DE ACUPUNTURA	20
5 CONCLUSÃO.....	21
6 REFERÊNCIAS	23

1 INTRODUÇÃO

A insônia é um distúrbio clínico do sono que faz com que os indivíduos por ela acometidos possam ter suas funções fisiológicas e psicossociais afetadas, principalmente se ela durar por muito tempo¹. A nível mundial 30% da população sofre com insônia, 5% a 10% das pessoas nos países desenvolvidos sofrem de insônia crônica, o que pode prejudicar a qualidade de vida das pessoas². Entre os idosos o nível de insônia chega a 50%. A insônia gera elevados custos à saúde, pois, leva a uma maior utilização de seus serviços³.

Os pacientes acometidos de insônia podem ter sua memória e atenção afetadas, aumento de doenças crônicas, e também aumento do risco de comorbidades de doenças neuropsiquiátricas⁴.

Geralmente o tratamento tradicional de insônia é feito através de fármacos, como antidepressivos, antipsicóticos, anti-histamínicos, fitoterápicos e melatonina^{2,3}. As diretrizes internacionais deixam claro que medicamentos hipnóticos devem ser utilizados a curto prazo, pois, sua utilização por muito tempo pode levar a dependência ou algum outro tipo de prejuízo a saúde^{4,5}.

Não existe um consenso sobre as causas que levam à insônia, o que torna seu diagnóstico difícil. Existem três critérios para o se estabelecer um diagnóstico adequado, segundo a Sociedade Europeia de Pesquisa do Sono: 1) a presença de distúrbios do sono noturno (dificuldade em adormecer, distúrbios de manutenção, despertar precoce, etc.), 2) deficiências diurnas relacionadas (fadiga, perda de memória, desatenção, etc), 3) distúrbios do sono que ocorrem pelo menos 3 noites por semana e persistem por 3 meses ou mais⁶. Para se efetuar uma avaliação deve ser levado em conta o histórico de depressão, ansiedade, doenças respiratórias, uso de drogas. Os instrumentos comumente utilizados para fazer a avaliação do paciente são: Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI) é um questionário de sono que fornece informações úteis sobre qualidade, tempo e duração do sono, Índice de gravidade da insônia (ISI) (provou ser uma ferramenta confiável e eficaz para avaliar a gravidade da insônia).

A acupuntura é um tratamento alternativo, que aliado aos fármacos, pode ajudar a melhorar a insônia^{7,8}. Trata-se de tratamento não farmacológico que estimula pontos específicos do corpo humano além de se aliar a um vínculo terapêutico entre paciente e

profissional. Desta forma pode ajudar a regular a função neuroendócrina através dos pontos estimulados, aumentando a liberação de peptídeos opióides endógenos alcançando um efeito analgésico, além de promover a liberação de melatonina na glândula pineal para melhorar a eficácia do sono⁹.

A acupuntura tem se tornado popular no ocidente. Trata-se de uma prática clínica da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) originada há mais de 4.000 anos. Ela é feita a partir da inserção de agulhas finas em pontos definidos, que são chamados de “acupontos” com finalidades terapêuticas. Por se tratar de uma terapia manual deve ser feita por profissional especializado no assunto¹⁰. Neste contexto, o biomédico é um profissional da saúde que pode fazer a sua aplicação.

O objetivo deste artigo é mostrar a eficácia da acupuntura no tratamento da insônia a partir de uma revisão sistemática.

2 METODOLOGIA

A metodologia utilizada para a realização desta pesquisa foi feita a partir do seguinte questionamento: A acupuntura realmente é eficaz para o combate da insônia?

A presente revisão sistemática foi realizada de acordo com as orientações “Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (recomendações PRISMA)¹¹, que foi aplicada durante e após a recuperação dos artigos. A recomendação PRISMA consiste em um “*checklist*” com 27 itens (aplicados ao longo da elaboração de todos os tópicos da revisão) e um fluxograma de quatro etapas (identificação, seleção, elegibilidade e inclusão) principalmente utilizado no processo de recuperação e seleção dos artigos. O objetivo do PRISMA é ajudar os autores a melhorarem o relato de revisões sistemáticas e meta-análises¹¹.

Os artigos foram selecionados na base PubMed (*National Library of Medicine*) nos meses de setembro de 2022 a junho de 2023. A plataforma foi escolhida por ser reconhecida como uma das mais amplas da área da saúde.

Os descritores utilizados foram: acupuntura e eficácia insônia.

Foram aplicados os seguintes filtros: texto completo livre, revisão sistemática, últimos 10 anos.

Os critérios de inclusão foram: texto completo, últimos 10 anos, língua original.

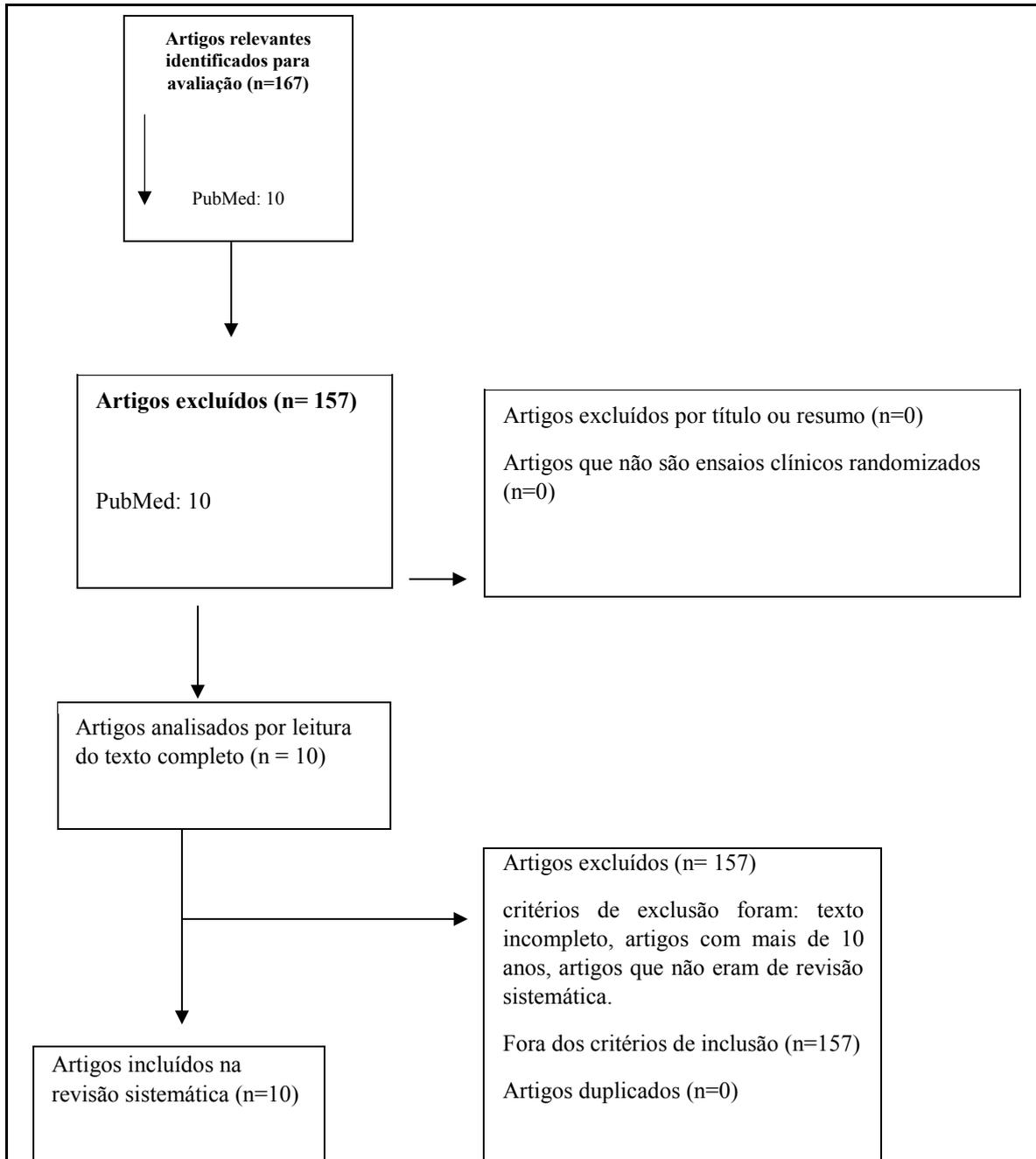
Os critérios de exclusão foram: texto incompleto, artigos com mais de 10 anos, artigos que não eram de revisão sistemática.

3 RESULTADOS

A partir da seleção dos artigos na base de dados foram recuperados encontrados 10 artigos.

O Quadro 1 apresenta o fluxograma usando os critérios da recomendação PRISMA¹¹.

Nenhum dos artigos selecionados para a presente revisão apresentou baixa qualidade metodológica, após análise seguindo os critérios propostos por Jadad¹². Os artigos selecionados encontram-se descritos no QUADRO 2. Os dados extraídos dos dez artigos selecionados para a presente revisão foram organizados em ficha clínica própria, elaborada partindo das diretrizes metodológicas de elaboração de revisão sistemática e metanálise do Ministério da Saúde¹³, partindo dessas informações básicas desses artigos, um artigo foi publicado no ano de 2016, um artigo foi publicado no ano de 2017, um em 2018, quatro em 2019, dois em 2020 e por fim um em 2022. Os artigos foram organizados e enumerados utilizando a letra E. Houve variação no número de participantes e o gênero. As intervenções encontram-se descritas no QUADRO 2 de forma breve.

Quadro 1 - Fluxograma de seleção de artigos

Fonte: Elaborado pelas autoras seguindo a recomendação PRISMA¹¹,2023.

Quadro 2 – Síntese de informações básicas dos artigos.

ANO DE PUBLICAÇÃO/ IDENTIFICAÇÃO	AUTORES	TÍTULO	NÚMERO DE PARTICIPANTES/ IDADE / SEXO	INTERVENÇÃO/TESTE	DESFECHEO
2019 (E1)	Lui <i>et al.</i>	Acupuncture for Chronic Pain-Related Insomnia: A Systematic Review and Meta-Analysis.	Um total de nove estudos envolvendo 944 pacientes foram inscritos	Um total de nove estudos envolvendo 944 pacientes foram inscritos. A análise conjunta indicou que o tratamento com acupuntura foi significativamente melhor do que o controle grupo na melhora da taxa efetiva (OR = 8,09, IC 95% = [4,75, 13,79], P <0,00001) e taxa de cura (OR = 3,17, IC 95% = [2,35, 4,29], P < 0,00001), mas a análise de subgrupo mostrou que não houve diferença estatisticamente significativa entre acupuntura e sham acupuntura para melhorar a taxa de cura (OR = 10,36, IC 95% [0,53, 201,45], P = 0,12) com base em um estudo incluído.	A acupuntura é um tratamento eficaz e tratamento seguro para quem sofre de insônia decorrente a Insuficiência Renal Crônica (IRC), e este tratamento pode ser recomendado para o manejo de pacientes com IRC
2019 (E2)	Kim <i>et al.</i>	Acupuncture using pattern-identification for the treatment of insomnia disorder: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Integrative	Dezenove ensaios clínicos randomizados foram incluídos (11 acupuntura manual (1.079 pacientes), 8 eletroacupuntura (442 pacientes)) de baixa qualidade.	Meta-análises de todos os estudos revelaram que a acupuntura melhorou taxa de eficácia (Razão de Risco [RR] = 1,23, intervalos de confiança de 95% [ICs]: 1,12–1,35, p < 0,00001; I2 = 80%) e PSQI (MD = -1,92, IC 95%: -2,41– 1,42, p < 0,00001; I2 = 30%) em relação à medicação. Resultados de as avaliações de risco geral de viés não eram claras ou altas.	A acupuntura usando a identificação de padrões levou a uma eficácia total significativamente melhorada taxa em relação à medicação. Com relação ao Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI), em relação ao grupo controle, a acupuntura utilizando a identificação do padrão foi semelhante à medicação.

<p>2020 (E3)</p>	<p>Samara <i>et al.</i></p>	<p>Efficacy, acceptability, and tolerability of all available treatments for insomnia in the elderly: a systematic review and network meta-analysis</p>	<p>Cinquenta e três ECRs com 6.832 participantes (75 anos em média) foram incluídos, 43 dos quais examinaram a eficácia de um ou mais drogas. Dez ensaios clínicos randomizados examinaram a eficácia de medicamentos não farmacológicos intervenções e foram avaliados apenas com meta-análises pareadas porque eles foram desconectados da rede</p>	<p>Diversos benzodiazepínicos, antidepressivos e z-drogas tiveram melhor desempenho em ambos resultados primários, mas poucas comparações tinham dados de mais de um tentativas. A evidência limitada sobre intervenções não farmacológicas sugeriram que a acupressão, acupuntura auricular, programa de redução de estresse e suco de cereja azedo foram melhores do que seus intervenções de controle.</p>	<p>Existem evidências insuficientes sobre qual intervenção é mais eficaz para pacientes idosos com insônia. Mais ensaios clínicos randomizados (RCTs), com maior duração, fazendo intervenções mais diretas entre os tratamentos ativos e apresentar mais resultados são urgentemente necessários.</p>
<p>2019 (E4)</p>	<p>Liu <i>et al.</i></p>	<p>Placebo effect of acupuncture on insomnia: a systematic review and metaanalysis.</p>	<p>Uma meta-análise foi realizada usando um modelo de efeitos aleatórios com o Pittsburgh Sleep Quality Índice (PSQI) como a medida de resultado primário (911 pacientes adultos, 13 ensaios) para ensaios</p>	<p>Em comparação com os grupos sham, a acupuntura diminuiu significativamente a pontuação do PSQI ($P < 0,0001$). UMA a análise de subgrupos mostrou que a seleção de métodos de acupuntura simulada não afetou os resultados do PSQI. Um subgrupo de dois ensaios com um total de 141 participantes com transtorno depressivo maior não mostrou nenhuma reduções significativas nos escores totais do PSQI ($P = 0,11$). Além disso, foi detectada uma diferença significativa na alteração das pontuações do Índice de Gravidade da Insônia (ISI) (362 pacientes adultos,</p>	<p>O tratamento da insônia com acupuntura é eficaz, não por seu efeito placebo. Para o seleção de acupuntura simulada, ambos os métodos tiveram desempenho semelhante em um ambiente clínico.</p>

			que investigam o efeitos da acupuntura em comparação com a acupuntura simulada	4 ensaios) entre acupuntura e simulação acupuntura (P<0,0001).	
2018 (E5)	Chen	Efficacy of Acupuncture for Treating Opioid Use Disorder in Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis	Um total de nove estudos envolvendo 1.063 participantes preencheram os critérios de inclusão	Os resultados mostraram que a acupuntura pode ser mais benéfica do que nenhum tratamento/acupuntura simulada em termos de mudanças no desejo por opióides (MD -2,18, IC 95% -3,10 a -1,26), insônia (MD 2,31, IC 95% 1,97 a 2,65) e depressão (SMD -1,50, IC 95% -1,85 a -1,15). Além disso, esses achados mostraram que, em comparação com eletroacupuntura simulada (EA), EA teve diferenças no alívio dos sintomas de desejo (SMD -0,50, IC 95% -0,94 a -0,05) e depressão (SMD -1,07, IC 95% -1,88 a -0,25) e comparado à estimulação elétrica transcutânea de acupuntura simulada (TEAS), TEAS teve diferenças no alívio dos sintomas de insônia (MD 2,31, IC 95% 1,97 a 2,65) e ansiedade (MD -1,26, IC 95% -1,60 a -0,92) em comparação com nenhum tratamento/TEAS simulado.	A acupuntura pode ser eficaz no tratamento de uso de opióides (OUD). Além disso, eletroacupuntura simulada (AE) pode efetivamente aliviar os sintomas de desejo por opióides e depressão, e a Estimulação elétrica transcutânea de pontos de acupuntura (TEAS), pode ser benéfico na melhora dos sintomas de insônia e ansiedade.
2019 (E6)	Zhang	Effectiveness and safety of acupuncture for insomnia	Foram selecionados estudos elegíveis publicados até 30 de setembro de 2019. Usamos o Insomnia Severity Index (ISI) como o principal resultado de insônia e Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh (PSQI), Escala de Depressão de	Este estudo fornecerá evidências abrangentes de alta qualidade do tratamento de acupuntura para insônia do ISI, PSQI, HAMD, SAS e reações adversas	A acupuntura pode ser um dos métodos alternativos para tratar insônia, com poucos efeitos colaterais. Atualmente, existem muitos relatos que a acupuntura tem um efeito significativo na insônia, mas a segurança da acupuntura no tratamento da insônia é incerta.

			Hamilton (HAMD) e Escala de Autoavaliação de Ansiedade (SAS) como secundários indicadores para avaliar a eficácia e segurança do tratamento da insônia com acupuntura,		
2020 (E7)	Huang	The effect of acupuncture on emotional disorders in patients with insomnia: a protocol for systemic review and metaanalysis	Ensaio clínico randomizado (RCT) de acupuntura para insônia com distúrbios emocionais (depressão e ansiedade) resultados, que foram selecionados em chinês ou inglês, serão incluídos. O desfecho primário é a mudança do grau de ansiedade e depressão.	O efeito da acupuntura nos distúrbios emocionais em pacientes com insônia será avaliado pela Escala de ansiedade de Hamilton, Escala de ansiedade de Hamilton, Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh, Índice de Gravidade da Insônia, Escala de Autoavaliação de Ansiedade, Autoavaliação de Depressivo Escala e o número de participantes se separaram e o número de pacientes relataram eventos adversos.	A interação dos transtornos emocionais com a insônia e o aumento do risco na evolução da doença e problemas relacionados à insônia carga, torna importante saber qual o papel do tratamento da insônia nas comorbidades. Devemos nos preocupar com a gestão de distúrbios emocionais ao tratar a insônia, e a ansiedade e a depressão do tratamento com acupuntura causada pela insônia podem ser eficaz.
2017 (E8)	Bo-Dong	The Efficacy of Acupuncture for Treating DepressionRelated Insomnia	Ensaio controlado randomizado de indivíduos adultos (18-75 anos) que	18 ensaios clínicos randomizados controlados (ECRs) foram introduzidos nesta meta-análise. Os achados determinaram que o tratamento de acupuntura fez melhorias significativas na pontuação PSQI (MD = -2,37, 95% CI	Esta revisão sistemática indica que a acupuntura pode ser uma terapia alternativa à medicação

		Compared with a Control Group: A Systematic Review and Meta-Analysis.	tiveram insônia relacionada à depressão e receberam acupuntura.	-3,52 a -1,21) em comparação com Western Acupuntura combinada com medicina ocidental teve um melhor efeito na melhora da qualidade do sono (MD = -2,63, IC 95% -4,40 para -0,86) em comparação com o tratamento da medicina ocidental sozinho. Não houve diferença estatística (MD = -2,76, IC 95% -7,65 a 2,12) entre o tratamento com acupuntura e a medicina ocidental para melhorar o escore HAMD. Acupuntura combinada com A medicina ocidental (MD = -5,46, IC -8,55 a -2,38) teve mais efeito na melhora do grau de depressão em comparação com a medicina ocidental remédio sozinho.	para tratar a insônia relacionada à depressão.
2016 (E9)	Lee	Acupuncture for insomnia after stroke: a systematic review and meta-analysis Complementary and Alternative Medicine	Ensaio clínico randomizado (RCT) foi incluído se a acupuntura foi comparada ao placebo ou outro tratamento convencional para tratamento de insônia após acidente vascular cerebral.	Um total de 165 estudos foram identificados; 13 RCTs atenderam aos nossos critérios de inclusão. A metanálise mostrou que a acupuntura parece ser mais eficaz do que os medicamentos para tratamento de insônia após acidente vascular cerebral, conforme avaliado por o PSQI (diferença média ponderada, 4,31; intervalo de confiança de 95% [IC], 1,67-6,95; P = 0,001) e pela eficácia padrões da medicina chinesa (taxa de risco, 1,25; IC 95%, 1,12-1,40; P < 0,001). A acupuntura intradérmica teve efeitos comparados com a acupuntura simulada, conforme avaliado pelo ISI (diferença média ponderada, 4,44; IC 95%, 2,75-6,13; P < 0,001) e o AIS (diferença média ponderada, 3,64; IC 95%, 2,28-5,00; P < 0,001).	Nossos resultados sugerem que a acupuntura pode ser eficaz no tratamento da insônia após o acidente vascular cerebral (AVC). No entanto, mais estudos são necessários para confirmar o papel da acupuntura no tratamento deste distúrbio.
2022 (E10)	Zhao	The Role of Acupuncture in the Management of Insomnia as a Major or Residual Symptom Among Patients With Active or Previous Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis	Foram analisados 21 estudos envolvendo 1.571 participantes. Para insônia como um dos principais sintomas da depressão ativa, metanálises sugeriram que a acupuntura reduziu significativamente as pontuações globais	Quando comparado com a farmacoterapia convencional (antidepressivos e/ou hipnóticos), os resultados favoreceram a acupuntura na diminuição do PSQI [MD = -1,17, 95% CI (-2,26, -0,08), p = 0,03] e HAMD [SMD = 0,47, 95% CI (-0,91, -0,02), p = 0,04]. A acupuntura foi comparável à farmacoterapia convencional na redução pontuações de cada domínio do PSQI. Para insônia como sintoma residual de ou depressão parcialmente remitida, a acupuntura conferiu um efeito muito limitado e não significativo Zhao et al. Acupuntura para insônia	Existe um nível baixo a moderado de evidências que apoiam a acupuntura como um remédio seguro e eficaz alternativo ou adjuvante à farmacoterapia convencional (antidepressivo e/ou hipnótico) na melhora da insônia e outros sintomas de depressão entre pacientes com depressão ativa

			<p>do Índice de Qualidade do Sono de Pittsburg (PSQI) [MD = -3,12, 95% CI (-5,16, -1,08), p < 0,01] e Escala de Depressão de Hamilton (HAMD) [SMD = -2,67, 95% CI (-3,51, -1,84), p < 0,01], em comparação com placebo/acupuntura.</p>	<p>relacionada à depressão vantagem terapêutica contra a acupuntura simulada/placebo</p>	
--	--	--	--	--	--

Fonte: Elaborado pelos autores, 2023.

4 DISCUSSÃO

A acupuntura pode ser considerada como um tratamento alternativo eficaz e seguro para o tratamento de insônia (E1, E2, E8), com poucos ou nenhum efeito colateral (E6) com efeitos terapêuticos semelhantes à medicação (E2, E5). Porém sua eficácia não é por ser placebo, mas realmente funcionar (E4).

Um grande número de estudos relatou que o tratamento com acupuntura é eficaz em tratar a insônia relacionada à depressão (E8). Quando relacionada a outros transtornos emocionais como a ansiedade e depressão também se mostrou eficiente (E2, E7, E8). A acupuntura é amplamente utilizada no tratamento de insônia relacionada à depressão.

Baseado em evidências do tratamento da acupuntura para a saúde mental, como depressão, esquizofrenia, ansiedade, dependência e síndrome da fadiga crônica, esta se mostrou eficaz no combate a insônia. Na prática clínica real, a medicina tradicional chinesa (MTC), possui tratamentos personalizados de acordo com os padrões de diagnóstico próprios. Uma característica única da MTC e coreana é a ênfase colocada na individualidade (E2).

Atualmente, o tratamento da insônia inclui principalmente terapia cognitivo comportamental e outra psicoterapia, terapia medicamentosa, fototerapia, terapia com exercícios, terapia médica complementar e alternativa. Terapias complementares e terapias médicas alternativas propuseram vários tratamentos para insônia, incluindo acupuntura, massagem com pontos de acupuntura, aromaterapia, terapia de reflexo nos pés, homeopatia, meditação terapia de exercícios, moxabustão, musicoterapia e ioga. Acupuntura, como uma das formas complementares e alternativas terapias médicas para a insônia, provou ser um eficaz método para insônia em muitos ensaios clínicos (E6). Porém em idosos, não existem evidências suficientes, portanto uma intervenção mais direta apresentou melhores resultados em adultos (E3).

Em pacientes que sofreram Acidente Vascular Cerebral (AVC), a acupuntura se mostrou eficaz, porém seriam necessários mais estudos para comprovarem o seu real papel no tratamento com estes pacientes (E9).

Em paciente que sofrem de dor crônica a acupuntura também se mostrou confiável e eficiente (E1) tem sido amplamente utilizada no tratamento clínico,

especialmente aqueles tratamentos que envolvem alterações patológicas neuroendócrinas, como como dor crônica, menopausa, depressão e insônia (E1). Porém, o estudo (E10) afirma que existem um baixo nível de evidências que comprovem que a acupuntura realmente seja um tratamento seguro e eficaz com relação à medicação convencional na melhora da insônia ou outros sintomas de depressão ou ansiedade.

4.1 Relação da profissão de biomedicina com a prática de acupuntura

Baseado na Lei 6.684, de 03/9/79 e também em Decreto nº 88.439, de 28/6/83, um dos ramos de atuação do profissional biomédico é a área da acupuntura, na qual ele poderá exercer plenamente todas as técnicas, princípios e métodos da prática acupunturista. De tal modo que o profissional biomédico na sua formação tem em suas grades curriculares embasamento para o desenvolvimento da prática. Para a habilitação em acupuntura o biomédico deve realizar pós-graduação do tipo *latu sensu* ou *strictu sensu*, reconhecidos pelo Ministério da Educação (MEC).¹⁵ Além disso o profissional poderá realizar a prova de título de especialista em acupuntura aplicada pela Associação Brasileira de Biomedicina, sendo esta opcional. Cursos de aperfeiçoamento extracurriculares, assim como especializações são necessárias para um domínio maior da área de acupuntura, porém não é obrigatório em lei desenvolver tais atividades para o desempenho desta prática desde que comprove, através de documentação, estágio supervisionado de 500 horas ou mais ou residência devidamente comprovada.¹⁴

Desta forma, para inserção da habilitação conforme determina o Conselho Federal de Biomedicina, o biomédico deverá comprovar sua experiência através do título de especialista da Associação Brasileira de Biomedicina, onde se faz necessário requisitos como, estágio, tempo de atuação na área, cursos e a pós-graduação.¹⁶

O profissional acupunturista biomédico tem em seu curso um currículo relevante que lhe autoriza a desenvolver as práticas energéticas chinesas, e entre elas a acupuntura, exercendo uma importante contribuição no âmbito da saúde, uma vez que compreende sua formação, matérias como, anatomia e neuroanatomia, fisiologia, bioquímica, biofísica, patologia, embriologia, farmacologia, biologia humana.¹⁷

Estas disciplinas, além de outras mais distintas, permitem ao profissional da biomedicina ter uma sustentação eficiente para discernimento dos cenários de distúrbios

de graus de energia, que poderá exigir assistência médica, ou que lhe possibilita discernir o vocabulário médico quando receber direcionamento médico de algum paciente.¹⁴

O profissional da biomedicina habilitado em acupuntura pode lecionar no ramo da acupuntura, participar de pesquisas científicas na área, caso não seja habilitado, ele também poderá participar de pesquisas, mas, todavia, existirão complicações em se participar de pesquisas sem o saber científico-teórico a respeito da metodologia da prática; efetuar o diagnóstico fisiológico energético do paciente e também exercer o tratamento com os métodos da acupuntura e algumas outras práticas da medicina tradicional chinesa.¹⁶

Cabe ao profissional biomédico, atuação clínica em consultório e otimização dos tratamentos normatizados de saúde, por meio da estabilidade energética e o reestabelecimento da incorporação funcional dos sistemas orgânicos; realizar diagnóstico energético, sendo esse, acessório ao diagnóstico clínico médico; trabalhar como docente em cursos de especialização da área e nas universidades; atuar em equipes de saúde, com nivelamento tecnológico, essencialmente em práticas acessórias de diagnóstico e políticas integradas a secretarias e autarquias vinculadas ao Sistema Único de Saúde (SUS).¹⁸

O que diz respeito a prática é necessário que o profissional tenha conhecimento sobre os pontos de acupuntura, meridianos e colaterais, causas e mecanismos das doenças e métodos de diagnósticos, tais como, anamnese, palpação e ausculta. O valor do tratamento com a acupuntura varia de acordo com o profissional e com a técnica utilizada. O acupunturista pode cobrar um preço fixo por sessão ou então calcular o valor total do tratamento, já que a maioria dos casos requer um número mínimo de sessões.¹⁵

5 CONCLUSÃO

Diante do exposto, conclui-se que quanto ao objetivo geral do estudo que era mostrar a eficácia do tratamento da acupuntura na insônia foi contemplado, pois, a maioria dos estudos aqui analisados indicaram ser a acupuntura um tratamento alternativo eficiente.

Apesar de ainda existirem controvérsias sobre o real papel da acupuntura no tratamento da insônia, os trabalhos avaliados mostraram em sua maioria a eficácia esperada, diferenciando do placebo, o que coloca tal modalidade de intervenção como uma proposta para o tratamento da insônia.

Existe a necessidade de mais estudos sobre o assunto pois, a partir de mais evidências científicas, a acupuntura poderá ser melhor avaliada em seus principais aspectos e até onde seus efeitos são capazes de alcançar.

7 REFERÊNCIAS

- 1 Lui, F *et al.* Acupuncture for Chronic Pain-Related Insomnia: A Systematic Review and Meta-Analysis. Hindawi. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine. Volume 2019. Article ID 5381028.
- 2 Kim, S-H *et al.* Acupuncture using pattern-identification for the treatment of insomnia disorder: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. Integrative Medicine Research 8 (2019)
- 3 Samara, MT *et al.* Efficacy, acceptability, and tolerability of all available treatments for insomnia in the elderly: a systematic review and network meta-analysis. Acta Psychiatr Scand 2020; 142: 6–17.
- 4 Liu, C *et al.* Placebo effect of acupuncture on insomnia: a systematic review and metaanalysis. Ann Palliat Med 2020;9(1):19-29 |.
- 5 Chen, Z *et al.* Efficacy of Acupuncture for Treating Opioid Use Disorder in Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. Hindawi. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine Volume 2018, Article ID 3724708.
- 6 Zhang, M *et al.* Effectiveness and safety of acupuncture for insomnia. Medicine 2019;98:45(e17842).
- 7 Huang BQ, Xu GX, Luo L. The effect of acupuncture on emotional disorders in patients with insomnia: a protocol for systemic review and metaanalysis. Medicine 2020;99:51(e23754).
- 8 Bo Dong *et al.* The Efficacy of Acupuncture for Treating Depression-Related Insomnia Compared with a Control Group: A Systematic Review and Meta-Analysis. Hindawi Publishing Corporation. BioMed Research International. 2017, Article ID 9614810.
- 9 Lee and Lim BMC. Acupuncture for insomnia after stroke: a systematic review and meta-analysis Complementary and Alternative Medicine (2016) 16:228.
- 10 Zhao, F *et al.* The Role of Acupuncture in the Management of Insomnia as a Major or Residual Symptom Among Patients With Active or Previous Depression: A Systematic Review and Meta-Analysis. Frontiers in Psychiatry. published: 15 Abril 2022.
- 11 Moher D, Liberati A, Tetzlaff J, Altman DG. Principais itens para relatar revisões sistemáticas e meta-análises: a recomendação PRISMA. Epidemiol. Serv. Saúde. 2015 Abr – Jun; 24(2).

- 12 Jadad AR, Moore RA, Carroll D, *et al.* Assessing the quality of reports of randomized clinical trials: is blinding necessary? *Control Clin Trials*. 1996; 17(1): 1-12
- 13 Brasil. Diretrizes metodológicas: elaboração de revisão sistemática e metanálise de ensaios clínicos randomizados. 2012.
- 14 Nicésio, Raphael Gonçalves. Biomedicina e Acupuntura. *Biomedicina Brasil*. Disponível em: <<http://www.biomedicinabrasil.com/2015/03/biomedicina-e-acupuntura.html>>. Acesso em 25 mai. 2023.
- 15 Universidade Federal do Rio Grande do Sul. UFRGS. Biomedicina-UFRGS. Exercício da acupuntura por biomédico habilitado. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/biomedicina/news/exercicio-da-acupuntura-por-biomedico>>. Acesso em 25 mai. 2023.
- 16 Sindicato dos Biomédicos Profissionais do Estado de São Paulo. SINBIESP. Acupuntura – Habilitações. Disponível em: <<http://www.sinbiesp-biomedicina.com.br/tire-suas-duvidas/habilitacoes/acupuntura.html>>. Acesso em: 27 mai. 2023.
- 17 Almeida, M. E. ACUPUNTURA E A QUESTÃO DO MULTIPROFISSIONAL. Conselho Regional de Biomedicina 1ª. Região, 2013. Disponível em: <http://crbm1.gov.br/Questao_15%20julho.pdf>. Acesso em 12 nov. 2022.
- 18 FERNANDES, A. P. Atuação do biomédico: As principais áreas de atuação de um biomédico. *ProfBio*, 2011. Disponível em: <<http://www.profbio.com.br/atuacao-dobiomedico>>. Acesso em 14 Nov. 2022.