INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ
CAMPUS UAB TERESINA

CURSO PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE

PRISCILLA MARIA SIQUEIRA DA CUNHA

EFICÁCIA DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR E MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM SÍNDROME FIBROMIÁLGICA: REVISÃO INTEGRATIVA

TERESINA

2024

PRISCILLA MARIA SIQUEIRA DA CUNHA

EFICÁCIA DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR E MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM SÍNDROME FIBROMIÁLGICA: REVISÃO INTEGRATIVA

Trabalho de Conclusão de Curso (artigo científico) apresentado como exigência para obtenção do diploma do Curso de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí, Campus UabTeresina .

Orientador(a): Prof. Mestre. Anderson dos Santos Oliveira.

TERESINA

2024

EFICÁCIA DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR E MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM SÍNDROME FIBROMIÁLGICA: REVISÃO INTEGRATIVA

Priscilla Maria Siqueira da Cunha[1]

RESUMO

A acupuntura tem sido utilizada como tratamento alternativo para melhora da qualidade de vida de pessoas portadoras da síndrome fibromiálgica (SFM). A Fibromialgia (FM) é classificada como uma síndrome idiopática no qual acomete principalmente o sistema musculoesquelético. O objetivo deste estudo é descrever a partir da literatura cientifica sobre a eficácia da acupuntura no tratamento da dor e na melhora da qualidade de vida de pessoas com síndrome fibromiálgica. Foi realizada uma revisão integrativa e descritiva nos bancos de dados inseridos nas bases de dados: Scielo, Google acadêmico, BVS Pics, e_Bu@h Biblioteca Digital Universidad de Alcalá além de periódicos nacionais. Foram artigos de 2014 à 2024. Na lingua portuguesa e inglesa para material de pesquisa. Todos os artigos avaliados, a maioria apontam que a fibromialgia (FM) afetam predominantemente mulheres e está relacionada à fadiga crônica, alterações do sono, ansiedade e também depressão, associadas à incapacidade e ao desempenho em suas atividades de vida diária.Esta revisão integrativa traz como resultado que a acupuntura é um método eficaz para o tratamento coadjuvante na fibromialgia, demonstrando uma melhora na capacidade funcional, na redução da dor *nos tender points* e consequentemente no alívio da dor, cansaço, sono, rigidez, ansiedade e alterações emocionais, favorecendo assim uma melhora da qualidade de vida em indivíduos com sindrome fibromiálgica.

Palavras-chave: Acupuntura; Fibromialgia; Qualidade de Vida .

ABSTRACT

Acupuncture has been used as an alternative treatment to improve the quality of life of people with fibromyalgia syndrome (FMS). Fibromyalgia (FM) is classified as an idiopathic syndrome that mainly affects the musculoskeletal system. The objective of this study is to describe, based on scientific literature, the effectiveness of acupuncture in treating pain and improving the quality of life of people with fibromyalgia syndrome. An integrative and descriptive review was carried out on the databases included in the following databases: Scielo, Google Scholar, VHL Pics, e_Bu@h Biblioteca Digital Universidad de Alcalá in addition to national periodicals. There were articles from 2014 to 2024. In Portuguese and English for research material. All the articles evaluated, the majority point out that fibromyalgia (FM) predominantly affects women and is related to chronic fatigue, sleep disorders, anxiety and also depression, associated with disability and performance in their daily life activities. This integrative review brings as a result, acupuncture is an effective method for supporting treatment in fibromyalgia, demonstrating an improvement in functional capacity, reducing pain in tender points and consequently relieving

[1] Priscilla Maria Siqueira da Cunha. IFPI. pry.fisioterapeuta@gmail.com.
[2] Anderson dos Santos Oliveira orientador. UESPI e UEMA. profanderson@frn.uespi.br

pain, tiredness, sleep, stiffness, anxiety and emotional changes, thus favoring an improvement in the quality of life in individuals with fibromyalgia syndrome.

Keywords: Acupuncture; Fibromyalgia; Quality of life .

1 INTRODUÇÃO

A Fibromialgia (FM) é classificada como uma síndrome idiopática no qual acomete principalmente o sistema musculoesquelético. Seus sinais e sintomas estão relacionados a dores crônicas generalizadas em função da modificação do funcionamento dos neurônios e das vias nociceptoras. A FM ainda é encarada, nos dias atuais, como uma síndrome incurável (PEREIRA et al, 2021).

Através dos critérios de diagnósticos do ***American College of Rheumatology (ARC)***, são fibromiálgicos os indivíduos que apresentarem dor crônica difusa permanente há mais de três meses (LORENA,et al. 2016). Qualquer local ou ponto de dor é apontado como um "Tender Point", este termo é usado para definir um ponto de intensa sensibilidade dolorosa em tecidos moles na fibromialgia que não podem ser confundidos com os "Trigger Points" ou pontos gatilhos, que são muito comuns na síndrome dolorosa miofascial (FASSICOLLO, et al. 2017).

Seu exame físico se da por meio de um método de diagnóstico que busca a identificação do stender points. O diagnóstico é extremadamente clínico, no qual não apresenta alterações em exames laboratoriaise/ou radiológicos. Sua prevalência é de cerca de 2,5% da população mundial, acometendo principalmente indivíduos do sexo feminino (LORENA, et al.2016).

Como uma das propedêuticas terapêuticas que visa alivio dor (analgesia) e melhora na qualidade de vida dos fibromiálgicos, crê-se que a acupuntura é um método terapêutico , que tem sua origem na China que consiste na estimulação de pontos cutâneos em meridianos (canais de energia) para o reestabelecimento do equilíbrio energético. A aplicabilidade é eficaz como tratamento coadjuvante, destacando a importância em respeitar a localização anatômica dos pontos de acupuntura (BRITO et al 2021).

A mesma é caracterizada como uma técnica apropriada para o tratamento da dor crônica como a fibromialgia, devido aos seus efeitos neurobiológicos que intervem sobre os neurotransmissores que estarão relacionados com a dor e a pressão. Desta forma se tem o objetivo de diagnosticar doenças e promover a cura pela estimulação e força da auto cura do corpo, feito através do realinhamento e redirecionamento de energia, com inserção de agulhas em pontos específicos e os acupontos do corpo, os quais também podem ser estimulados com calor, ultrassom, eletricidade e laser (PASSOS et al 2016).

Os sintomas da fibromialgia costumam causar um grande impacto na vida dos doentes. É que cerca de metade dos indivíduos que sofrem essa sindrome, apresentam um quadro de depressão em algum momento de sua vida, os sintomas da depressão normalmente são cansaço, sensação de perda de energia, desânimo ou distúrbios, o que os torna idênticos aos sintomas da doença, entretanto uma boa parcela dos pacientes com fibromialgia não possui depressão ou qualquer componente de distúrbio psiquiátrico. Portanto a promoção da qualidade de vida

implica a adoção de um estilo de vida adequado à sua doença e que seja promotor da saúde (TRISTÃO & PEÇANHA 2020).

O objetivo deste estudo é descrever a partir da literatura cientifica sobre a eficácia da acupuntura no tratamento da dor e na melhora da qualidade de vida de pessoas com síndrome fibromiálgica.

2 ESTRUTURA DO TEXTO

2.1 FIBROMIALGIA: DEFINIÇÃO, SINTOMATOLOGIA E QUALIDADE DE VIDA

A fibromialgia (FM) é descrita há alguns anos de forma fisiopatológica e que atinge os tecidos musculares ou seja, é uma síndrome reumática, assinalada por dor difusa, sendo referida nos ossos, músculos, tendões e fáscias, de caráter crônico, e que contêm pontos muito dolorosos à palpação em locais predeterminados chamados pontos dolorosos ou tender points (DOS SANTOS & VENEZIANO, 2022).

A fibromialgia é a segunda doença reumática mais comum, com predomínio inferior à osteoartrite. Sendo reconhecida pela Organização Mundial da Saúde na 10° revisão da Classificação Internacional de Doenças (CID 10) sob o código M79.7, que incorpora "transtornos dos tecidos moles não classificados em outra parte". Desde de 2022, na atualização e nova Classificação Internacional de Doenças, o CID11, a fibromialgia obteve código relativo à descrição de "dor crônica generalizada"(TREEDE RD et al, 2015).

Esta condição é determinada pela sensibilização das vias da dor no sistema nervoso central, sucedendo em um processamento anormal da mesma. A dor crônica difusa presente na fibromialgia pode abranger características de dor neuropática, tais como queimação e formigamento. Além de que, os pacientes podem sentir hiperalgesia, uma amplificação da dor em resposta a estímulos dolorosos normais, e alodínia, uma sensação dolorosa em resposta a estímulos que normalmente não seriam dolorosos. Outros sintomas comuns incluem fadiga, rigidez articular, distúrbios do sono, dificuldades cognitivas, hipersensibilidade sensorial e manifestações de ansiedade e depressão (JUNIOR, AQUINO et al, 2023).

O estilo e a qualidade de vida desses indivíduos desempenham um papel fundamental no manuseio da fibromialgia, que é uma condição complexa e debilitante que afeta milhões de pessoas em todo o mundo. Estas abordagens oferecem aos pacientes uma série de ferramentas práticas e holísticas para lidar com os sintomas da doença e melhorar sua rotina de vida no dia a dia (LORENA & JE SOBRINHO, 2015) .

2.2 ACUPUNTURA: UMA PRÁTICA INTEGRATIVA E COMPLEMENTAR EM SAÚDE

A acupuntura é uma técnica da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) utilizada a cerca de 3.000 anos antes de Cristo. A mesma Tem origem latina e significa acus=agulha e punctura=picada, desta forma trata-se da inserção de agulhas sobre a pele em pontos específicos, que são chamados de acupontos, tendo como objetivo a cura e prevenção de doenças (DO AMARAL etal, 2014).

A mesma consiste em inserções de agulhas em pontos anatômicos específicos do corpo, tendo com o objetivo de produzir efeitos terapêuticos ou analgésicos. A MTC

fundamenta-se nas teorias do Yin-Yang e dos Cinco Elementos. De acordo os seus conceitos, o campo eletromagnético da vida (Qi) no organismo flui por todos os órgãos, esta comunicação entre os mesmos ocorrem pelos meridianos. As alterações nesse fluxo manifestariam sintomas de acúmulo (Yang–quente, ativo) ou deficiência (Yin–frio, passivo) de energia. A colocação de agulhas em pontos de Yin e Yang poderiam normalizar esse desequilíbrio (RODRIGUES & FRITOLLI, 2022).

Outra modalidade/técnica de acupuntura é o agulhamento a seco (AS), que, embora seja confundido com a tradicional chinesa, esta por sua vez é uma técnica ocidental baseada em princípios neurofisiológicos distintos no qual foi desenvolvido com o objetivo de desativar pontos-gatilho miofasciais. O AS por sua vez, pode ser utilizado através da técnica profunda (ASP - a agulha é inserida, através da pele, e se aprofunda) e a superficial (ASS). Quando o ASP atinge os receptores polimodais das unidades motoras, respondendo a estímulos químicos, térmicos e mecânicos, podendo gerar efeitos analgésicos efetivos, aumentando a amplitude de movimento e redução na concentração de substâncias inflamatórias. A penetração da agulha ocorre de diferentes técnicas. Na estacionária, a agulha é inserida no local e mantida sem manipulação extra. Na pistonagem, a agulha é inserida no ponto, parcialmente retirada e reinserida em locais ao redor do ponto repetidas vezes. Da mesma forma, pode ser realizada a rotação da agulha no mesmo ponto, nos sentidos horário e anti-horário. Tal rotação ativa de forma mais precisa as fibras C e mecanorreceptores quando comparada à pistonagem (CARVALHO et al., 2017).

O ASS é menos doloroso, de forma que a agulha é inserida na camada subcutânea com angulação entre 20 e 30°, podendo assim ser mantida fixa no local ou realizar movimentos de rotação da agulha. Seus efeitos analgésico e sedativo é alcançado através do fenômeno de controle inibitório nocivo difuso (CARVALHO et al., 2017).

Seus efeitos sobre a atividade cerebral demonstraram através de eletroencefalografia, de potenciais evocados, de ressonância magnética, a sua eficácia no tratamento da dor de diversas etiologias, sendo bem demonstrados; em especial para a síndrome fibromiálgica, em que o conceito de pontos-gatilho apresenta correlações importantes com o de pontos de Acupuntura, no qual é imprescindível uma ação terapêutica direta sobre os músculos cronicamente lesados (FERREIRA et al 2023).

2.3 ACUPONTOS

Quando realizado o exame físico, seu diagnóstico é estabelecido com a presença de 11 dos 18 tender points espalhados pelo corpo. Estes pontos estão localizados na região suboccipital, músculo trapézio, região supra espinhal,altura das vértebras cervicais, articulação condrocostal,joelho, trocânter, região glútea e ao lado do cotovelo. Muitas das dores são incapacitantes devido a sua gravidade (BRITO et al 2021).

Figura 1 apresenta a localização dos pontos dolorosos (tender points) nos pacientes fibromiálgicos. Ressalta-seque desses 18 pontos o paciente deve apresentar dor em pelo menos11 deles segundo (BRITO et al 2021).

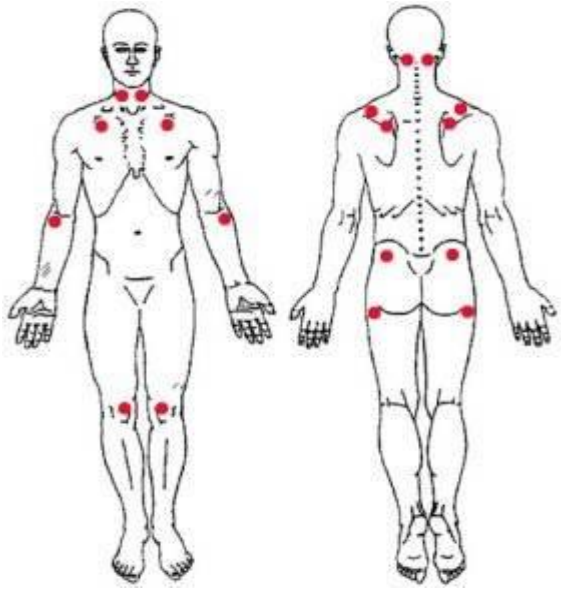


Figura 1. Pontos gatilhos da fibromialgia.
http://pt.quiropracticagirona.com/problemas_saude/fibromialgia_quiropratica/

O Quadro 1 apresenta a localização dos acupontos em consiliaçâo com a Figura 1 no qual registra os tender points. Vale salientar que alguns acupontos podem ser coincidentes com os Trigger Points e,também podem ser utilizados como locais de inserção da agulha, mesmo sendo um ponto doloroso (WEN, 2014).

Quadro1- Acupontos utilizados na localização dos tender points

Acupontos	Acupontos
1 e 2	Occipital:inserção dos músculos suboccipitais
3 e 4	Cervical baixa: anteriormente, entre os processos transversos de C5 e C7
5 e 6	Trapézio: ponto das fibras superiores do músculo trapézio
7 e 8	Supraespinhal: inserção do músculo supraespinhal, acima da espinha da escápula próximo ao ângulo medial
9 e 10	Segunda articulação costocondral: lateral e superiormente à articulação
11 e 12	Epicôndilo lateral: 2 cm distalmente ao epicôndilo
13 e 14	Glúteo: quadrante superiore lateral das nádegas
15 e 16	Trocânter maior: posterior à proeminência trocantérica
17 e 18	Joelho: coxim gorduroso media, próximo à linha articular

Fonte: Wen,2014

Conforme a teoria dos cinco elementos, os individuos diagnosticados com a sindrome fibromiálgica apresentam um quadro de transtorno energético no fígado, baço/pâncreas e nos rins. Tamanho excesso de energia leva ao aparecimento dos distúrbios no organismo, no qual se associam aos sintomas de dor crônica no sistema musculoesquelético (DA SILVA PASSOS,2016).

2.4 ACUPUNTURA: UMA PRÁTICA COMPLEMENTAR AO TRATAMENTO DA DOR À MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA EM PESSOAS COM SINDROME FIBROMIÁLGICA

A fibromialgia é uma síndrome de difícil conceituação. Tenso sua caracteristica por uma dor abrangente, fadiga e sensibilidade extremada em vários pontos, sendo relacionada à artrite,

podendo ser classificada como uma condição reumática. Apesar desta classificação, a fibromialgia não é uma doença inflamatória que cause dano articular. O que ocorre é que, como produza dor e fadiga, sua presença dificulta ou impossibilita a execução das atividades da vida diária(PEREIRA, etal. 2021).

Seu exame físico se da por meio de um método de diagnóstico que busca a identificação do stender points. O diagnóstico é extremadamente clínico, no qual não apresenta alterações em exames laboratoriaise/ou radiológicos. Sua prevalência é de cerca de 2,5% da população mundial, acometendo principalmente indivíduos do sexo feminino (LORENA, et al.2016).

Como uma das propedêuticas terapêuticas que visa alivio dor (analgesia) e melhora na qualidade de vida dos fibromiálgicos, crê-se que a acupuntura é um método terapêutico , que tem sua origem na China que consiste na estimulação de pontos cutâneos em meridianos (canais de energia) para o reestabelecimento do equilíbrio energético. A aplicabilidade é eficaz como tratamento coadjuvante, destacando a importância em respeitar a localização anatômica dos pontos de acupuntura (BRITO et al 2021).

Através dos critérios de diagnósticos do ***American College of Rheumatology (ARC)***, são fibromiálgicos os indivíduos que apresentarem dor crônica difusa permanente há mais de três meses (LORENA,et al. 2016). Qualquer local ou ponto de dor é apontado como um "Tender Point", este termo é usado para definir um ponto de intensa sensibilidade dolorosa em tecidos moles na fibromialgia que não podem ser confundidos com os "Trigger Points" ou pontos gatilhos, que são muito comuns na síndrome dolorosa miofascial (FASSICOLLO, et al. 2017).

Entre os efeitos creditados à acupuntura, a analgesia é o mais sonado, e a explanação se dá por meio da secreção de opíode endógeno, e neurotransmissores, como a serotonina, limitando desta forma a aderência leucocitária ao endotélio, diminuindo a permeabilidade vascular, deprimindo a reação exudativa, permitindo comparar os efeitos da acupuntura com os efeitos provocados pelos anti-inflamatórios não esteroides (RODRIGUES & FRITOLLI, 2022).

O bem estar, atualmente tem suas definições mais utilizadas podendo ser dividido em duas formas: uma que aborda o estado subjetivo de felicidade conhecida como bem estar subjetivo, enquanto a outra, trata-se do bem estar psicológico. A qualidade de vida através da Organização Mundial da Saúde (OMS) é definida como"[...] a percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações". A qualidade de vida (QV) retrata a parcialidade do resultado de um processo de construção no ambiente onde o indivíduo encotra-se inserido, tanto em circunstâncias culturais como no social o qual não abrange somente fatores relacionados à saúde, incluindo os pontos tanto positivos como negativos, deixando assim implícita a idéia do conceito multidimensional (ESTEVES AM, et al 2015).

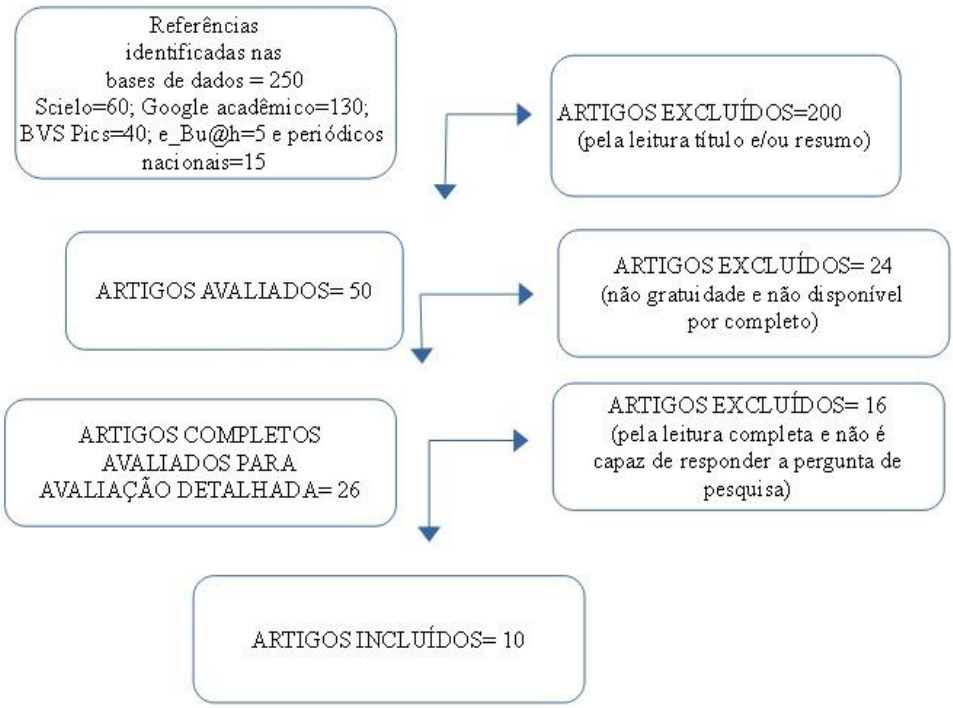
O termo QV tem acumulado uma variedade de definições ao longo dos anos. A qualidade de vida pode basear-se em três princípios fundamentais, tais como: capacidade funcional, nível socioeconômico e satisfação, por conseguinte ainda estar relacionada com capacidade física, estado emocional, interação social, atividade intelectual, situação econômica e autoproteção de saúde (DE CARVALHO & PEREIRA 2014).

Os sintomas da fibromialgia costumam causar um grande impacto na vida dos doentes. É que cerca de metade dos indivíduos que sofrem essa sindrome, apresentam um quadro de depressão em algum momento de sua vida, os sintomas da depressão normalmente são cansaço, sensação de perda de energia, desânimo ou distúrbios, o que os torna idênticos aos sintomas da doença, entretanto uma boa parcela dos pacientes com fibromialgia não possui depressão ou qualquer componente de distúrbio psiquiátrico. Portanto a promoção da qualidade de vida implica a adoção de um estilo de vida adequado à sua doença e que seja promotor da saúde (TRISTÃO & PEÇANHA 2020).

3 RESULTADOS

A priori foram encontrados 250 artigos a partir das pesquisas nas bases de dados eletrônicas, como mostra a figura 2, o qual foi utilizado um descritor padrão em todas as bases de dados selecionadas: “Fibromyalgia and acupuncture and quality of life". Após a leitura dos artigos, 240 artigos foram excluídos por se enquadrarem nos critérios de exclusão, de modo a serem selecionados 10 artigos para a elaboração desta revisão, os quais atenderam aos critérios de inclusão e a pergunta da pesquisa. Ao final de toda a análise do material coletado para a pesquisa, foi realizado um resumo em forma de tabela contendo as informações mais relevantes sobre os seguintes itens: tipo de estudo, objetivos, metodologia, resultados e conclusão.

Figura 2. Fluxograma de coleta de artigos selecionados para a revisão bibliográfica.



Fonte: Autor, 2024.

Quadro 2 - Análise descritiva dos artigos pesquisados (n=10) relacionados ao Tratamento de Fibromialgia através da técnica de Acupuntura

Título do Artigo	**Tipode Estudo**	**Objetivos**	**Metodologia**	**Resultados**	**Conclusão**
Acupuntura no controle da dor na fibromialgia: Uma revisão integrativa da Literatura **Ano:** 2023	Revisão integrativa da Literatura	O objetivo foi realizar uma revisão integrativa da literatura para avaliar a eficácia da acupuntura no controle da dor na Fibromialgia.	Foi realizada busca de literatura dos últimos 5 anos, nas bases de dados Medline, Lilacs e Pubmed, utilizando os descritores "Acupuntura", "Controle" e "Fibromialgia. Foram selecionados 11 literaturas.	A partir da leitura das literaturas selecionadas, foram identificados 8 ensaios clínicos randomizados e 3 revisões de literatura, todos abordando o manejo dos sintomas da fibromialgia, com resultados positivos em sua maioria.	Conclui-se que acupuntura é benéfica no controle da dor e outros sintomas da fibromialgia, não acarreta efeitos colaterais e tem baixo custo,devendo ser amplamente incentivada como tratamento dessa condição.
Avaliação da melhora da qualidade de vida em pacientes com fibromialgia através da acupuntura **Ano:** 2022	Estudo Descritivo	O objetivo deste estudo foi avaliar a qualidade de vida de pessoas portadoras de fibromialgia antes e após tratamento com acupuntura, saúde emocional e física no desempenho de atividades regulares.	Participou deste estudo 08 indivíduos do sexo feminino com idade entre 30 e 65 anos, o instrumento utilizado para a coleta de dados foi um questionário especifico de qualidade de vida para fibromialgia FIC (Fibromyalgia Impact Questionnaire), com questões fechadas sobre os sintomas do paciente e o seu tratamento, que englobam questões relacionadas a situação profissional, distúrbios psicológicos, capacidade funcional e sintomas físicos. O questionário foi aplicado antes e	Foram incluídas neste estudo 08 pessoas, sendo todas do sexo feminino (100%). Todas relataram alguma melhora em relação a qualidade de vida após as 8 sessões de acupuntura, visualizado através do escore FIQ (que varia de 1 a 100). A média de melhora dos escores referentes a qualidade de vida apresentada pelas pacientes foi de 28,32 pontos [intervalo: 13,33 - 53,05]. Avaliando a melhora da	Conclui-se que todas as mulheres incluídas neste estudo apresentaram melhora na qualidade de vida após 8 sessões de acupuntura.

			após 8 sessões de acupuntura, em que as diferenças em relação a melhora da qualidade de vida foram analisadas e avaliadas de acordo com a pontuação apresentada antes e após o tratamento de cada uma das pacientes.	saúde física no desempenho das atividades regulares, verificou se que todas as pacientes (100%) apresentam melhoras, com média de 2,76 pontos [intervalo: 1,27- 3,33], cujo escore varia entre 1 e 10.	
Efeito da acupuntura na dor de indivíduos com fibromialgia: Revisão integrativa **Ano:**2020	Estudo qualitativo do tipo revisão integrativa da literatura	Verificar o efeito da acupuntura no tratamento da dor de indivíduos com fibromialgia. M	Foram encontrados, 328 artigos, desses, 10 abordavam aspectos relacionados ao efeito da acupuntura na dor de indivíduos com fibromialgia de acordo com os critérios de inclusão	Apresenta redução significativa na melhora da dor em 90% dos artigos incluídos no presente estudo. Destaca-se que a utilização da acupuntura em tender points apresentou maior eficácia na redução da dor nos indivíduos quando comparado ao método da medicina tradicional chinesa.	A acupuntura tem efeitos benéficos na melhora da dor de indivíduos fibromiálgicos. Verificou-se também que o método de aplicação nos tender points obteve melhor resultado no controle da dor quando comparado com o método da MTC, e que quando utilizada com mais frequência e por um período maior, têm-se resultados mais duradouros no controle álgico destes indivíduos.
Acupuntura com o tratamento da fibromialgia **Ano:** 2021	Revisão de Literatura	Oobjetivo do presente estudo foi abordar a acupuntura como tratamento da fibromialgia.	Buscou-se artigos científicos publicados em revistas indexadas hospedadas em Bases de Dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS –Bireme) com o uso mais frequente da Scielo *(ScientificElectronic Library OnLine)* e também o GoogleAcadêmico. Além dessas	Os artigos foram selecionados em grupos: primeiro grupo de artigos foram aqueles quetraziam,em seu texto,apenas assuntos relacionados à fibromialgia;o segundo grupo de artigos traziam, em seu texto,	Conclui-se que o uso dessa técnica tem sido de grande auxílio e eficácia para amenizar a dor e melhorar a qualidadede vida dos pacientes.

			Bases de Dados, pesquisou-se também a Base de Dados australianachama da PEDro (*Physiotherapy Evidence Data base)*	apenas assuntos relacionados à acupuntura e o terceiro grupo de artigostraziam, em seutexto, a associaçãoentr eos dois assuntos: acupuntura e fibromialgia.	
Efeitos da terapia por acupuntura na redução da sintomatologia de pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática. **Ano:** 2021	Revisão Sistemática	presente estudo teve como objetivo investigar se a terapia por Acupuntura melhora a sintomatologia de pacientes com fibromialgia.	O levantamento bibliográfico para esta pesquisa foi realizado no período de agosto de 2020 a maio de 2021, a partir de buscas nas bases de dados eletrônicas PubMed, PEDro, Scielo, Lilacs e EBSCOHost. Foram considerados 11 artigos. A problemática foi estabelecida utilizando a estratégia PICO (P - Paciente, I - Intervenção, C - Comparação, O - Desfecho), que ficou determinado da seguinte forma: P - Pessoas com fibromialgia, I - Terapia por Acupuntura, C - Não usa terapia por Acupuntura, O - Redução da sintomatologia da fibromialgia	Os resultados mostram que os métodos aplicados por meio da técnica por Acupuntura apresentaram um significado clínico positivo em relação a analgesia, utilizando a estimulação de pontos característicos da Acupuntura no corpo que são primordiais para que se obtenha o alívio da dor	Concli-se que a Acupuntura Tradicional se destaca por ter sido aplicada em todas as intervenções, onde os autores evidenciaram melhora tanto nas sintomatologias apresentadas, como na redução da sensibilidade à dor, aumento da capacidade funcional, ansiedade, depressão, distúrbios do sono, fadiga, restauração do fluxo de Qi e Xue remoção do excesso de Umidade e dispersão do Frio, através do equilíbrio dos meridianos.
Efeitos da acupuntura em pacientes com fibromialgia: revisão sistemática **Ano:** 2019	Revisão Sistemática	Descrever os efeitos da prática de acupuntura em pacientes com fibromialgia, por meio de revisão sistemática	A busca foi feita entre os meses de maio e junho de 2019, sem restrição de idioma, nas seguintes bases de dados: *US National Library of Medicine National Institutes*	436 estudos foram localizados por meio da busca nas bases de dados. Destes, 178 foram excluídos por estarem duplicados.	Conclui-se que acupuntura é uma técnica promissora no tratamento da fibromialgia. Os resultados dos estudos indicam que a mesma produz efeitos terapêuticos a

			of Health (PUBMED), além das bases indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), como a *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), Literatura Latinoamericana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Modelos de Saúde e Medicinas Tradicionais, Complementares, e Integrativas nas Américas (MOSAICO), e Índice Bibliográfico Espanhol em Ciências da Saúde (IBECS).	Após revisão de títulos e resumos, 208 foram excluídos por não se enquadrarem nos critérios de inclusão, deixando um total de 50 artigos. Estes, foram analisados de forma completa, 41 artigos foram excluídos por não corresponderem aos critérios de inclusão (12 não eram ensaios clínicos randomizados, 18 não correspondiam aos tipos de avaliação escolhidos, 01 apresentava uma amostra menor que 10, e 08 não foram localizados o texto completo). Enfim, 09 artigos permaneceram para revisão.	curto prazo em pacientes com fibromialgia.
Efeito da acupuntura na dor e na qualidade de vida em mulheres com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado **Ano:** 2018	Ensaio clínico randomizado-controlado, duplo-cego.	Avaliar a eficácia da acupuntura na dor e na qualidade de vida de mulheres com FM.	A amostra foi estimada em 38 sujeitos, com base no cálculo amostral, utilizando a variável EVA, conforme os resultados encontrados no estudo *stival* e colaboradores (18) com média de 2,6, desvio padrão de 3,2, poder de 90% e taxa de erro de	Não houve diferença significativa na EVA em ambos os grupos ($p>0,05$). No FIQ o grupo acupuntura reduziu a pontuação total em 24,31% ($p<0,001$) e nos itens: trabalho realizado	A acupuntura melhorou a qualidade de vida em mulheres com FM, mas não demonstrou eficácia na redução da dor e no aumento do limiar de dor à pressão.

			0,05. Foram incluídas mulheres com idade entre 20 3 60 anos, diagnosticadas com FM, segundo critérios da ACR (2,19), encaminhadas pelo corpo clínico do Serviço de Reumatologiado Hospital Universotário de Santa Maria (HUSM).	(p<0,001), dor (p<0,001), fadiga (p<0,001), cansaço (p<0,05).) e depressão (p<0,05); no grupo de acupuntura simulada houve redução de 18,84%, mas não foi significativa (p>0,05). Na algometria os resultados não foram significativos em ambos os grupos (p>0,05)	
Acupuntura no tratamento da fibromialgia: Revisão da literatura **Ano:** 2017	Revisão sistemática e descritiva	Objetivo deste estudo de revisão da literatura é 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.		Foi realizada uma revisão sistemática e descritiva nos bancos de dados Lilacs, Scielo, Pubmed, Medline e Bireme. Foram selecionados, preferencialmente, estudos clínicos, randomizados e controlados em pacientes com síndrome, revisões sistemáticas e artigos clássicos sobre terapêutica. Foram artigos de 2006 à 2016 na portuguesa para material de pesquisa.	Conclui-se que estudos realizados e evidencia que a acupuntura pode ser um método eficaz na redução da dor nos tender points e, consequentemente, no alívio da dor e melhora da qualidade de vida.
Efeitos da acupuntura na fibromialgia: uma revisão bibliométrica	Revisão bibliométrica	Objetivo deste estudo visa avaliar os efeitos da acupuntura na fibromialgia a	Trata-se de uma análise bibliométrica, onde foi realizado um levantamento de artigos	A maior parte dos artigos que abordam a acupuntura como terapia para a	Após a revisão dos artigos selecionados foi possível observar que acupuntura mostrouse eficaz

Ano: 2016		partir de uma revisão da literatura.	científicos, na base de dados BVS. A busca foi conduzida utilizando as palavras-chave: Fibromialgia, Acupuntura, sendo realizada a busca em setembro de 2016. Foram selecionados 18 trabalhos, uma vez que abordavam a etiologia e o tratamento da fibromialgia, entre eles a acupuntura.	fibromialgia foi publicada nos EUA, tendo o Brasil como segundo país e a China em terceiro. Observando também que a revista com maior número de artigos publicados (Zhongguo Zhen Jiu) é chinesa, o que mostra uma certa concentração de publicações no mesmo periódico, já que 66,7% dos artigos publicados na China são da mesma revista. Em si tratando de Brasil observou-se que existem artigos publicados sobre a temática, no entanto, não existe uma revista que tenha tradição para concentrar as publicações de artigos, já que nenhuma revista brasileira entrou na lista das 10 revistas com mais publicações sobre o tema.	no tratamento de indivíduos com fibromialgia, obtendo uma melhora nos aspectos referentes à qualidade de vida, dor, sono e ansiedade.
Acupuntura na fibromialgia: um estudo randomizado-controlado abordando a resposta imediata da dor	Estudo randomizado, controlado e duplo-cego	Avaliar a eficácia da acupuntura no tratamento da fibromialgia, considerando-se como desfecho primário a resposta	Foram selecionados 36 pacientes portadores de fibromialgia, de acordo com os critérios do American College of Rheumatology	A variação entre o valor da EVA final e da EVA inicial foi de –4,36±3,23 (P=0,0001) no grupo de tratamento e	Conclui-se que acupuntura mostrou ser eficaz na redução imediata da dor em pacientes portadores de fibromialgia, com um tamanho de

Ano: 2014		imediata da escala visual analógica (VAS) para avaliação da dor.	(1990), atendidos no ambulatório de Reumatologia do Hospital Santa Casa de Misericórdia de Ponta Grossa (Hospital Escola da UEPG). Os voluntários para a pesquisa foram distribuídos de maneira randomizada em dois grupos. O cálculo do tamanho da amostra foi feito estimando-se um coeficiente d de Cohen de 1,2 (tamanho de efeito), para um erro- de 5% e um poder da amostra de 80%, inferimos que fossem necessários pelo menos 12 pacientes em cada grupo de intervenc¸ão.	de –1,70±1,55 no grupo de controle (P=0,06). A diferença na amplitude de variação da EVA (EVA inicial – final) entre os grupos favoreceu o procedimento verdadeiro (P=0,005). O tamanho de efeito (effect size – ES) para o grupo de tratamento foi de d=1,7, o que é considerado um efeito grande. Embora com uma amostra reduzida, seu poder estatístico para esses resultados foi bastante relevante (94,8%).	efeito (effect size) bastante significativo.

Fonte: elaborada pelo autor.

Todos os artigos avaliados, a maioria apontam que a fibromialgia (FM) afetam predominantemente mulheres e está relacionada à fadiga crônica, alterações do sono, ansiedade e também depressão, associadas à incapacidade e ao desempenho em suas atividades de vida diária. Os estudos avaliados acima na tabela, apontam melhora significativa na dor, porém um ponto importante a se destacar é a qualidade de vida e sintomas ansiosos e/ou depressivos que advém da FM, a dor constante e a hipomobilidade repercutem diretamente na inserção do portador na sociedade.

4. DISCUSSÃO

Todos os autores pesquisados na tabela 1, exceto Baelz (2018). Afirmam que a acupuntura é uma técnica que tem demontrado resultados satisfatórios no tratamento da fibromialgia, visto que provocam alívio da dor, melhorando o cansaço, sono, rigidez, ansiedade, depressão e com isso podem promover uma qualidade de vida melhor para o paciente portador desta síndrome.

Passos, Boas e Prates (2016) produziram um levantamento de artigos com as palavras-chave: fibromialgia e acupuntura em setembro de 2016. Foram selecionados 18 trabalhos que abordavam a etiologia e o tratamento da fibromialgia, entre eles a acupuntura. Observou-se que a maior parte dos trabalhos que abordam acupuntura como método de terapia para fibromialgia (FM) foram publicados nos EUA, Brasil e China respectivamente. Os autores se surpreenderam com a quantidade de artigos publicados no país de origem do método (China) e pela concentração de mais de 50% das pesquisas concentradas em um periódico específico (ZhongguoZhenJiu). Desta maneira considerou-se o conteúdo dos artigos e notou-se que o efeito da acupuntura é benéfico na maioria dos casos, sendo relatado melhora do sono, rigidez, fadiga, qualidade de vida e a dor, principalmente se tratado nos tender points. Ressataram também a pequena quantidade de trabalhos realizados e sugeriram estudos para melhor compreensão dos mecanismos envolvidos.

Segundo Baelz (2018) que realizou um ensaio clínico randomizado com 32 mulheres com diagnóstico de fibromialgia, o mesmo utilizou os critérios de classificação do A*merican College of Rheumatology*. As participantes foram randomizadas em dois grupos de tratamento: tratamento com acupuntura (n=17) e acupuntura simulada (n=15). As aplicações ocorreram uma vez por semana, com duração de 30 minutos cada, durante quatro semanas. Os desenlances foram mensurados pela Escala Visual Analógica (EVA); o Questionário Sobre o Impacto da Fibromialgia (QIF) e algometria antes e, imediatamente, após a última sessão.Observou-se que na EVA não houve diferença significativa em ambos os grupos ($p>0,05$). No QIF o grupo acupuntura reduziu o escore total em 24,31% ($p<0,001$) e nos itens: trabalho realizado ($p<0,001$), dor ($p<0,001$), fadiga ($p<0,001$), cansaço ($p<0,05$) e depressão ($p<0,05$), no grupo acupuntura simulada houve redução de 18,84%, porém não foi significativo ($p>0,05$). Na algometria os resultados não foram significativos em ambos os grupos ($p>0,05$). Conclusão: A acupuntura melhorou qualidade de vida em mulheres com FM, porém não demonstrou eficácia na redução da dor e no aumento do limiar de dor à pressão.

Santos e Meireles (2021) iniciaram a construção desta revisão sistemática, com a guia do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA)*, por meio de buscas de artigos nas bases de dados eletrônicas PubMed, PEDro, Scielo, Lilacs e EBSCOHost de janeiro de 2010 a dezembro de 2020, nos idiomas português, inglês e espanhol. Foram achados 25 artigos. Através destes e da análise dos resumos, 18 artigos foram excluídos conforme os critérios estabelecidos, restando apenas 7 estudos para análise dos dados. Os resultados mostraram que as técnicas aplicados por meio da Acupuntura mostraram um significado clínico positivo em relação a analgesia, dos quais utilizou-se a estimulação de pontos característicos da Acupuntura no corpo que são primordiais para que obteve-se o alívio da dor. Os quais os estudos analisados, a Acupuntura Tradicional destacou-se por ter sido aplicada em todas as intervenções, no qual os autores evidenciaram melhora tanto nas sintomatologias apresentadas, como na redução da sensibilidade à dor, aumento da capacidade funcional, ansiedade, depressão, distúrbios do sono, fadiga, restauração do fluxo de Qi e Xue, remoção do excesso de Umidade e dispersão do Frio, através do equilíbrio dos meridianos.

Rodrigues e Fritolli (2022), realizaram um estudo com 08 indivíduos do sexo feminino com idade aproximada entre 30 e 65 anos, os mesmo utilizaram como instrumento de coleta de dados um questionário especifico de qualidade de vida para fibromialgia FIC (Fibromyalgia Impact Questionnaire), nas quais continham questões fechadas sobre os sintomas do paciente e o seu tratamento, que englobam questões relacionadas a situação profissional, distúrbios psicológicos, capacidade funcional e sintomas físicos. Os questionários foram aplicados antes e após as 8 sessões de acupuntura, no qual as diferenças em relação a melhora da qualidade de

vida foram analisadas e avaliadas de acordo com a pontuação apresentada antes e após o tratamento de cada uma das pacientes. Este estudo demostrou que 100% das participantes apresentaram melhoras na saúde física no desempenho das atividades regulares, melhora dos distúrbios psicológicos, e melhora da qualidade de vida.

Oliveira e Fortuna (2019) realizaram uma busca entre os meses de maio e junho de 2019, sem restrição de idioma, nas seguintes bases de dados: US National L*ibrary of Medicine National Institutes of Health* (PUBMED), além das bases indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), como a *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE), Literatura Latinoamericana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Modelos de Saúde e Medicinas Tradicionais, Complementares, e Integrativas nas Américas (MOSAICO), e Índice Bibliográfico Espanhol em Ciências da Saúde (IBECS). Foram incluídos apenas ensaios clínicos randomizados (ECR), envolvendo o uso da acupuntura no tratamento de fibromialgia, com uma amostra maior que 10 pacientes. A busca inicial resultou em 436 estudos, ao final foram selecionados 09 estudos para revisão sistemática, e após realizarem todos os procedimentos metodológicos, constatou-se que o tratamento com acupuntura em pacientes com fibromialgia obteve resultados positivos em todos os ensaios clínicos.

Sanita, Moraes e Santos (2014) realizaram uma revisão sistemática e descritiva dos principais bancos de dados. Os autores incluiram artigos relacionados com o uso da acupuntura no tratamento da fibromialgia de forma absoluta ou parcial, obteve-se 11 artigos. Na revisão realizada pelas mesmas, a acupuntura mostrou-se eficaz para o tratamento de indivíduos com fibromialgia, sendo usada isoladamente ou associada a outra técnicas, todavia ressaltam a importância de se definir os diagnósticos dentro da medicina tradicional chinesa (MTC), antes de ser realizada a pesquisa para que se formassem grupos homogêneos e que os pacientes fossem acompanhados por períodos mais longos, ou seja, observou-se que são necessários novas metodologias e métodos de avaliação e reavaliação dos tratamentos propostos.

Segundo Costa (2017) o mesmo realizou uma revisão sistemática e descritiva, nas bibliografias disponíveis e atualizadas da língua portuguesa para material de pesquisa. Dos quais foram selecionados, preferencialmente, estudos clínicos, randomizados e controlados em pacientes com síndrome, revisões sistemáticas e artigos clássicos sobre terapêutica. O levantamento foi realizado através de artigos de 2006 à 2016, e através deste estudo observou-se que a acupuntura mostrou-se eficaz no tratamento de indivíduos com FM.

Os resultados das avaliações da qualidade de vida de fibromialgia em tratamento com acupuntura, indicaram que as dimensões abordadas com o impacto do nível de dor e da saúde física, tal como o reflexo das condições emocionais no desempenhamento das atividades diárias e/ou profissionais, dos quais necessitam de intervenção profissional imediata para melhorar a qualidade de vida destes indivíduos. Dos resultados obtidos através deste estudo, constata-se que a acupuntura, dispõe de um efeito importante na redução dos sintomas em pacientes com história de fibromialgia, e por decorrência tem melhora na qualidade de vida, pois os conceitos de saúde e qualidade de vida se interpõem considerados como satisfação e bem-estar nos âmbitos físico, psíquico, socioeconômico e cultural.

5. CONCLUSÃO

Esta revisão integrativa, conclui-se que a acupuntura é um método eficaz para o tratamento coadjuvante na fibromialgia, demonstrando uma melhora na capacidade funcional,

na redução da dor *nos tender points* e consequentemente no alívio da dor, cansaço, sono, rigidez, ansiedade e alterações emocionais, favorecendo assim uma melhora da qualidade de vida em indivíduos com sindrome fibromiálgica.

Desta maneira a acupuntura vem auxiliando e demonstrando eficácia para se obter, mais rapidamente, auxilio nessa patologia que vem acometendo um grande número de pessoas em nossa sociedade. Faz-se, importante ressaltar que hajam a necessidade de realizarem novas pesquisas para estabelecer condutas com maior rigor metodológico para mensuração quantitativa e qualitativa da efetividade da acupuntura como método de tratamento da acupuntura.

REFERÊNCIAS

BAELZ, Gustavo Urbanetto et al. Efeito da acupuntura na dor e na qualidade de vida em mulheres com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado. 2018.

BRITO, Ana Beatriz Magalhães et al. Acupuntura como tratamento da fibromialgia.Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 7, n. 10, p. 559-568, 2021.

CARVALHO, A. V. et al. O emprego do agulhamento seco no tratamento da dor miofascial mastigatória e cervical. Rev. dor, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 255-260, set. 2017.

COSTA, Fernando Souza. Acupuntura No Tratamento Da Fibromialgia: Revisão da Literatura. **Revista Visão Universitária**, v. 1, n. 1, 2017.

de Carvalho, P. M., & Pereira, K. C. S. (2014). A atividade física na melhora da qualidade de vida em pacientes portadores de fibromialgia. *Revista de Divulgação Científica Sena Aires*, *3*(1), 43-52..

do Amaral, C. C. G., Alvarenga, T. F., & Steffen, C. P. (2014). Ação da acupuntura na neurofisiologia da dor. *Amazônia: Science & Health*, *2*(4), 29-a.

Dos Santos, A. A., & Veneziano, L. S. N. (2022). ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICAS NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA. *Revista Saúde Dos Vales*, *2*(1).

ESTEVES AM, Silva A, Barreto A, Cavagnolli DA, Ortega LSA, Parsons A et al. Avaliacao da qualidade de vida e do sono de atletas paralimpicos brasileiros. Rev Bras Med Esporte.2015; 21(1):53-6.

FASSICOLLO Carlos Eduardo, GRACIOSA Maylli Daini, GRAEFLING Barbara Flissak, RIES Lilian Gerdi Kittel. Temporomandibular dysfunction,myofascial, craniomandibular and cervical pain: effect on masticatory activity during rest andmandibularisometry. Rev Dor. São Paulo, 2017 jul-set;18(3):250-4

FERREIRA, Caroline Sousa; SILVA, Nyveann Ellen Santos; RORIZ, Pedro Henrique Peres. RELATO DE CASOS DE PORTADORAS DE FIBROMIALGIA NO MUNICÍPIO DE ARAGUAÍNA-TO: DIFICULDADES E IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA. Facit Business and Technology Journal, v. 1, n. 43, 2023.

JUNIOR, ANTONIO EDUARDO DE AQUINO et al.FIBROMIALGIA -Compreensão e Tratamento. online. ed. São Carlos: Copyright, 2023. 1-144 p. ISBN 978-65-00-87382-5

LORENA,Suélem Barros de; SOBRINHO, José Eudes de Lorena. PROGRAMA DE AUTOCUIDADO FÍSICO APOIADO: PROPOSTA DE EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE PARA PACIENTES COM FIBROMIALGIA.Rev. APS, [S. l.], v. 18, n. 4, p. 483 - 491, 8 ago. 2015

LORENA, Suélem Barros de Lorena, PIMENTEL Eduardo Augusto dos Santos, FERNANDES Vanessa Medeiros, PEDROSA Márcio Botelho, RANZOLIN Aline, DUARTE Angela Luzia Branco Pinto. Avaliação de dor e qualidade de vida de pacientes com fibromialgia. Revista dor, v.17, n.1,p.8-11, 2016.

OLIVEIRA, Brunna Santos de; FORTUNA, Patrícia Souza. Efeitos da acupuntura em pacientes com fibromialgia: revisão sistemática. 2019.

PASSOS, R. S; BÔAS, S. S. V; PRATES, R. V. Efeitos da Acupuntura na Fibromialgia: uma Revisão Bibliométrica. Acta Biomedica Brasiliensia, v. 7, n. 2, p. 15-21, 2016.

PEREIRA, Heloísa Salvador dos Santos Pereira, NUNES Mariangela da Silva, RIBEIRO Caíque Jordan Nunes, RIBEIRO Maria do Carmo de Oliveira. Efeitos da acupuntura na fibromialgia: revisão integrativa. BrJP, n.AHEAD,2021

RODRIGUES, Alessandra; FRITOLLI, Renan Bazuco. AVALIAÇÃO DA MELHORA DA QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA ATRAVÉS DA ACUPUNTURA.FOCO: Caderno de estudos e pesquisas, n. 18, p. 67-80, 2022.

SANITA, P., MORAES, T., & SANTOS, F. (2014). Análise do efeito da acupuntura no tratamento da fibromialgia: revisão da literatura. MTP & Rehab. *Journal*, *12*, 188-204.

SANTOS, Caroline Dias; MEIRELES, Raiane Ferreira. **Efeitos da terapia por acupuntura na redução da sintomatologia de pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática**. 2021. Tese de Doutorado.

TREEDE, Rolf-Detlef., Rief, W., Barke, A., Aziz, Q., Bennett, M. I., Benoliel, R., ... & Wang, S. J. (2015). A classification of chronic pain for ICD-11. *Pain*, *156*(6), 1003-1007.

TRISTÃO, Guilherme Figueiredo; PEÇANHA, Bruno Pinheiro Das Neves. Fibromialgia e atividade física. 2020.

WEN, TOM SINTAN. Acupuntura clássica chinesa. 2 ed., 3 reimpr. São Paulo; Cultrix, 2014.248p.