**CAPÍTULO 01**

**ACUPUNTURA COMO ABORDAGEM TERAPÊUTICA PARA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

**Polyanna Silva Alves Godoi¹**

**Aline Rizzo Borges¹**

**Beatriz Pires Paes¹**

**Bruna de Paula Gonçalves Sousa Lyra¹**

**Esther Cabral Jersey¹**

**Gabriela Brill Ney²**

**Lorenna Alves Bezerrra¹**

**Natália Vargas do Nascimento³**

**Paulo Ricardo Guimarães Rocha Storni4**

**Rebeca Naoum Lorga¹**

**Tamires Martinelli de Oliveira Ferraz¹**

**Ana Paula Monteiro Gomides¹**

**Viviane Cristina Uliana Peterle1,5**

**¹ Centro Universitário de Brasília (CEUB)**

**² Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos (Uniceplac)**

**³ Universidade Católica de Brasília (UCB)**

**4 Centro Universitário Euro Americano (UniEURO)**

**5 Escola Superior de Ciências da Saúde (ESCS)**

**CAPÍTULO 01**

**ACUPUNTURA COMO UMA ABORDAGEM TERAPÊUTICA PARA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

Polyanna S A Godoi1, Aline R Borges1, Beatriz P Paes1, Bruna P G S Lyra1, Esther C Jersey1, Gabriela B Ney2, Lorenna A Bezerra1, Natália V Nascimento3, Paulo R G R Storni4, Rebeca N Lorga1, Tamires M O Ferraz1, Ana P M Gomides5, Viviane C U Peterle5,6

1 Discente de Medicina, Centro Universitário de Brasília (CEUB), Brasília/DF

2 Discente de Medicina, Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos (Uniceplac), Brasília/DF

3 Discente de Medicina, Universidade Católica de Brasília (UCB), Brasília/DF

4 Discente de Medicina, Centro Universitário Euro Americano (UniEURO), Brasília/DF)

5 Docente de Medicina, Centro Universitário de Brasília (CEUB), Brasília/DF

6 Docente de Medicina, Escola Superior de Ciências da Saúde (ESCS), Brasília/DF

**RESUMO**

**Introdução:** A Fibromialgia é uma síndrome de sensibilidade central, presente em 0.4% a 9.3% da população, acompanhada de sintomatologia variada: fadiga crônica, dispepsia funcional, síndrome do intestino irritável, dor miofascial, depressão entre outros. Assim sendo, a conduta terapêutica é focada em sua complexidade, necessitando de abordagem multiprofissional: fármacos, acompanhamento psiquiátrico, fisioterapia, exercícios aeróbicos, terapia cognitivo-comportamental, massagens e outros. Dentro da modalidade fisioterápica, a acupuntura é a mais difundida e a mais promissora. **Métodos:** Foi realizado uma revisão bibliográfica a partir das bases de dado PubMed, LILACS, BVS, Google Acadêmico, SciELO, Periódicos da CAPES, entre 2012 e 2021 obtendo informações da eficácia de acupuntura em pacientes fibromiálgicos, associando-se à melhora de qualidade de vida, fadiga e alívio da dor.  **Resultados e discussão:** A acupuntura como terapia para pacientes com fibromialgia apresenta redução de pontos dolorosos, diminuição da dor, rigidez, fadiga, qualidade do sono, ansiedade e bem-estar. A duração dos efeitos gerados pela terapia ainda é controversa, assim como ainda é conflitante na literatura se estes benefícios são encontrados nas diversas modalidades de acupuntura ou se é exclusivo da acupuntura tradicional. **Conclusão:** A partir da análise das evidências científicas coletadas a partir da pesquisa bibliográfica, foi possível afirmar que a prática de acupuntura traz benefícios ao tratamento da síndrome fibromiálgica, ou seja, melhora não só a dor crônica, como também, a qualidade de vida dos pacientes. Ademais, esta técnica quando associada ao exercício físico aeróbico trouxe melhora da dor, fadiga e rigidez. Dessa forma, a acupuntura é uma técnica segura, a qual, quando associada à terapia multiprofissional para FM traz ampla melhora sintomática para esses pacientes (atenuação limiar da dor, melhora depressiva, alívio da ansiedade e fadiga, aumento da qualidade de vida em geral).

*Palavras-chave: Fibromialgia; Medicina Integrativa; Acupuntura.*

**1. INTRODUÇÃO**

A fibromialgia (FM) participa das síndromes de sensibilidade central (CHINN *et al.*, 2016), tem origem idiopática e consequências sistêmicas (PRABHAKAR *et al.*, 2019). Encontra-se em 0,4% a 9,3% da população, com predileção pelo sexo feminino e após a meia-idade (MARTÍNEZ & MACÍAS, 2012; PATEL *et al.*, 2020; PRABHAKAR *et al.*, 2019;). Caracteriza-se por dor crônica musculoesquelética generalizada, associada à fadiga, distúrbios do sono e alterações do humor (PATEL *et al.*, 2020; PRABHAKAR *et al.*, 2019).

A fisiopatologia inespecífica e a variedade de sintomas dificultam sua abordagem (OLIVEIRA JÚNIOR & RAMOS, 2019; PEREIRA et al.,2021). Acredita-se que a patogênese envolva alterações no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, processamento sensorial anormal, fatores comportamentais e psicológicos (MARTÍNEZ & MACÍAS, 2012). Há diminuição do limiar de dor e aumento da resposta a estímulos sensoriais. (CHINN *et al.*, 2016; MARTÍNEZ & MACÍAS, 2012; PRABHAKAR *et al.*, 2019).

Embora o exame de tender points seja feito tradicionalmente como diagnóstico, atualmente não é aceito como achado clínico confiável. A retirada deste parâmetro ajustou a definição da doença para caracterização em dores difusas e sintomas chaves adicionais (fadiga, sono, cognição, sintomas somáticos relatados) (HEYMANN *et al.*, 2017).

O tratamento envolve abordagem multiprofissional, focando na melhora da qualidade de vida e manejo sintomático (CHINN *et al.*, 2016; PATEL *et al.*, 2020; PRABHAKAR *et al.*, 2019). A farmacoterapia abrange antidepressivos, relaxantes musculares, medicamentos sedativos e anticonvulsivantes (CHINN *et al.*, 2016; MARTÍNEZ & MACÍAS, 2012; PATEL *et al.*, 2020). Outras modalidades incluem: fisioterapia, exercício físico, Terapia, massagem e estimulação magnética transcraniana. (CHINN *et al.*, 2016; MARTÍNEZ & MACÍAS, 2012; PRABHAKAR *et al.*, 2019).

Dentro da fisioterapia, a acupuntura vem sendo muito promissora (MARTÍNEZ & MACÍAS, 2012; OZEN *et al.*, 2019). Trata-se de uma forma de medicina tradicional chinesa envolvendo a colocação de agulhas finas em pontos localizados em meridianos associados a órgãos e vísceras (CHINN *et al.*, 2016, PATEL *et al.*, 2020). A eficácia baseia-se na modulação da dor, liberando opióides endógenos e serotonina (plasma e no SNC), gerando ação analgésica, sedativa e anti-inflamatória (KELLY & WILLIS, 2019; OZEN *et al.*, 2019; PEREIRA *et al.*, 2021). Este estudo objetivou evidenciar os impactos da acupuntura como terapia para pacientes com FM.

**2. MÉTODO**

Trata-se de uma revisão bibliográfica sobre a efetividade da acupuntura em relação a alívio de dor, fadiga e melhora da qualidade de vida, como terapêutica integrativa da fibromialgia. Foram selecionados artigos científicos publicados nas bases de dados LILACS, SciELO, Periódicos da CAPES, PubMed, BVS, MEDLINE e Google Acadêmico.

Os critérios de inclusão foram artigos de revisão bibliográfica, revisão sistemática, revisões integrativas, metanálises e estudos randomizados, em inglês e português, de 2012 a maio de 2021. Os descritores utilizados foram: “Fibromialgia”; “medicina integrativa” e “acupuntura”.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

**3.1. Acupuntura e a dor na FM**

A partir da análise bibliográfica, evidenciou-se que as sessões de acupuntura culminaram em diminuição de pontos dolorosos e redução da escala visual analógica da dor (EVA) (BAI *et al.*, 2014; CHINN *et al.*, 2016; HAN *et al.*, 2020; STIVAL *et al.*, 2014). Além disso, exercícios físicos aeróbicos, quando associados à terapia multiprofissional da FM (incluindo-se a acupuntura), aumentam o limiar de dor dos pacientes e reduzem fadiga e rigidez (BAI *et al.*, 2014; BIDONDE *et al.*, 2017).

**3.2. Diferentes tipos de acupuntura na FM**

Diversas técnicas de acupuntura analisadas, dentre elas a acupuntura manual tradicional chinesa, verum e a eletroacupuntura (EA), mostrando-se seguras e capazes de amenizar dor, rigidez, melhorar qualidade do sono, bem-estar geral e ansiedade (BAI *et al.*, 2014; CHINN *et al.*, 2016; DEARE *et al.*, 2013; KARATAY *et al.*, 2017; KIM *et al.*, 2019; PATEL *et al.*, 2020). Também foi relatada melhora da fadiga (DEARE *et al.*, 2013; STIVAL *et al.*, 2014). Porém, 2 estudos declararam não terem encontrado evidências significativas que determinassem a redução de dor (KIM *et al.*, 2019, PATEL *et al.*, 2020). A eletroacupuntura apresentou melhores resultados quando comparada a acupuntura manual (CHINN *et al.*, 2016; DEARE *et al.*, 2013).

**3.3. Acupuntura tradicional x acupuntura placebo:**

Várias literaturas utilizaram a acupuntura sham (um procedimento placebo) como controle para determinar a eficácia da acupuntura Medicinal Chinesa Tradicional (MCT - acupuntura verdadeira). Seis artigos relataram que os grupos-controle submetidos à acupuntura sham sentiram leve melhora da dor. Todavia, esses resultados não tiveram tanta significância quanto os observados com grupos experimentais (acupuntura propriamente dito), os quais a melhora da dor foi consideravelmente maior. Assim, a redução da dor após acupuntura não poderia ser devida unicamente ao efeito placebo. (KARATAY *et al.*, 2017; KELLY & WILLIS, 2019; KIM *et al.*, 2019; MARTÍNEZ & MACÍAS, 2012; OLIVEIRA JÚNIOR & RAMOS, 2019; STIVAL *et al.*, 2014;). Entretanto, outros 3 trabalhos afirmaram não haver evidências suficientes para comprovar a eficácia de tal terapia. (BAI *et al*, 2014; STIVAL *et al.*, 2014). Em relação à fadiga, ambas são consideradas ineficazes em pacientes com fibromialgia (KIM *et al.*, 2019).

**4. CONCLUSÃO**

A acupuntura é uma terapia segura e, apesar de alguns dados conflitantes, podemos concluir que há evidências suficientes na literatura para afirmarmos que essa prática traz benefícios ao tratamento de pacientes portadores da FM. Essa técnica resulta em alívio da dor, depressão, diminuição da ansiedade, melhora da qualidade do sono e aumenta qualidade de vida no geral dos pacientes submetidos a essa terapia. Portanto, a abordagem do paciente com fibromialgia por meio de tratamento multiprofissional que inclua a acupuntura em associação com terapêuticas tradicionais é extremamente positiva e deve ser encorajada.

**5. REFERÊNCIAS**

BAI, Y. *et al*. Efficacy of acupuncture on fibromyalgia syndrome: a meta-analysis. Journal of Traditional Chinese Medicine, v. 34, n. 4, p. 381–391, 2014.

BIDONDE, J. *et al.* Aerobic exercise training for adults with fibromyalgia. Cochrane Database of Systematic Reviews, n. 6, 2017.

CHINN, S. *et al.* Fibromyalgia pathogenesis and treatment options update. Current Pain Headache Reports, p. 25–25, 2016.

DEARE, J.C. *et al*. Acupuncture for treating fibromyalgia. Cochrane Database of Systematic Reviews, n. 5, 2013.

HAN, M. *et al.* Acupuncture for primary fibromyalgia: study protocol of a randomized controlled trial. Trials, v. 21, n. 1, 2020.

HEYMANN, R.E. *et al*. Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. Revista Brasileira de Reumatologia, v. 57, p. 467-476, 2017.

KARATAY, S. et al. Effects of acupuncture treatment on fibromyalgia symptoms, serotonin, and substance P levels: a randomized sham and placebo-controlled clinical trial. Pain Medicine, v. 19, n. 3, p. 615–628, 2017.

KELLY, R.B. & WILLIS, J. Acupuncture for pain. American Family Physician, v. 100, n. 2, p. 89-96, 2019.

KIM, J. et al. Comparing verum and sham acupuncture in fibromyalgia syndrome: a systematic review and meta-analysis. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, v. 2019, p. 1–13, 2019.

MARTÍNEZ, N.R. & MACÍAS, M.A. Acupuntura en el manejo complementario de la fibromialgia. Revista Colombiana de Reumatología, v. 19, n. 1, p. 27-39, 2012.

OLIVEIRA JÚNIOR, J.O. & RAMOS, J.V.C. Adherence to fibromyalgia treatment: challenges and impact on the quality of life. Brazilian Journal Of Pain, v. 2, n. 1, 2019.

OZEN, S. et al. A comparison of physical therapy modalities versus acupuncture in the treatment of fibromyalgia syndrome: a pilot study. Journal of Alternative and Complementary Medicine, p. 296–304, 2019.

PATEL, M. et al. The role of acupuncture in the treatment of chronic pain. Best Practice & Research Clinical Anaesthesiology, v. 34, n. 3, p. 603–616, 2020.

PEREIRA, H.S.S. et. al. Efeitos da acupuntura na fibromialgia: revisão integrativa. Jornal Brasileiro da Dor, v. 4, n. 1, 2021.

PRABHAKAR, A. et al. The role of complementary and alternative medicine treatments in fibromyalgia: a comprehensive review. Current Rheumatology Reports, v. 21, n. 5, 2019.

STIVAL, R.S.M. et al. Acupuntura na fibromialgia: um estudo randomizado‐controlado abordando a resposta imediata da dor. Revista Brasileira de Reumatologia, v. 54, n. 6, p. 431–436, 2014.