

ACUPUNTURA COMO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA

ACUPUNCTURE AS TREATMENT OF FIBROMYALGIA

Ana Beatriz Magalhães Brito¹
Camilly Ingrid Araújo Silva²
Cristiane Barreto Andrade Ferreira³
Laryssa Cristhina Cassimiro Evangelista⁴
Leticia Cristina Araújo Lima⁵
Maria Cristina Martins Moraes⁶
Silvia Mara Martins⁷
Adamar Nunes Coelho Júnior⁸

RESUMO: Caracterizada pela dor crônica, a fibromialgia manifesta seus sintomas de forma constante. Estes causam grande impacto na qualidade de vida do paciente. A mesma vem sendo tratada de forma alopática, porém associada a acupuntura, técnica tradicional chinesa, já sendo possível notar melhoras significativas em seus sintomas. A acupuntura vem se destacando e ganhando adeptos por ser um tratamento não farmacológico. Consiste na estimulação dos pontos energéticos, encontrados em todas as partes do corpo humano. Essa estimulação possibilita a liberação do fluxo de energia acumulada, assim trazendo alívio e diminuição das dores.

559

Palavras-Chaves: Fibromialgia. Acupuntura. Analgesia.

ABSTRACT: Characterized by chronic pain, fibromyalgia constantly manifests its symptoms. These have a great impact on the patient's quality of life. It has been treated allopathically, but associated with acupuncture, a traditional Chinese technique, it is already possible to notice significant improvements in its symptoms. Acupuncture has been standing

¹ Discente do curso de Biomedicina da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: annabibs38@gmail.com

² Discente do curso de Biomedicina da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: camilyingrid2001@hotmail.com

³ Discente do curso de Biomedicina da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: crisbarretoandrade@hotmail.com

⁴ Discente do curso de Biomedicina da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: laryssa.evan@gmail.com

⁵ Discente do curso de Biomedicina da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: leticialima2001.lc@gmail.com

⁶ Discente do curso de Biomedicina da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: mariammoraes606@gmail.com

⁷ Discente do curso de Biomedicina da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: silviamaramartins.123@gmail.com

⁸ Orientador: Docente da Faculdade Única de Ipatinga (FUNIP). Email: adamarft@yahoo.com.br

out and gaining adherents for being a non-pharmacological treatment. It consists of the stimulation of energy points, found in all parts of the human body. This stimulation allows the release of the accumulated energy flow, thus bringing relief and reduction of pain.

Keywords: Fibromyalgia. Acupuncture. Analgesia.

INTRODUÇÃO

A fibromialgia é caracterizada como uma síndrome, por estar relacionada ao número de sintomas e não a um mau funcionamento específico. Tem como característica dor crônica, não inflamatória, sensibilizando o sistema nervoso central (SNC). O tratamento inclui o alívio dos sintomas, uma vez que sua cura é incerta. Seus principais sintomas são dores prolongadas ao longo do corpo, sensibilidade nos músculos, articulações e outros tecidos moles. Junto à dor, a fibromialgia pode causar fadiga, distúrbios do sono, dores de cabeça, alterações do humor, depressão, ansiedade. Tais sintomas provocam impacto negativo na qualidade de vida (TAKIGUCHI, *et al.* 2008).

560

A acupuntura tem sido reconhecida como uma modalidade terapêutica utilizada para promover ampla ação sobre as condições de dor na fibromialgia, por meio dos efeitos neurobiológicos que agem interferindo nos neurotransmissores que tenham relação com a dor. A acupuntura promove inúmeras mudanças fisiológicas no organismo humano.

No tratamento da fibromialgia a acupuntura pode provocar analgesia, resultado da estimulação sensorial pelas agulhas, estímulo na liberação de encefalinas, serotonina e endorfinas, gerando uma resposta à dor. Ao estimular os pontos com as agulhas, há um aumento do fluxo cerebral, promovendo o controle da dor (MARCHESINI STIVAL, *et al.* 2014). O objetivo do presente estudo foi abordar a acupuntura como tratamento da fibromialgia.

1 METODOLOGIA

Este estudo trata-se de uma revisão de literatura sobre a ação da acupuntura como tratamento da fibromialgia. Para tanto, 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* (*Scientific Electronic Library OnLine*) e também o Google Acadêmico. Além dessas Bases de Dados, pesquisou-se também a Base de Dados australiana chamada *PEDro* (*Physiotherapy Evidence Database*) que indexa diversas revistas com artigos escritos para a comunidade internacional de fisioterapeutas e outros profissionais da saúde, enfatizando a fisioterapia baseada em evidência.

A escolha da Base de Dados *PEDro* foi devido ao fato de sabidamente a categoria profissional dos fisioterapeutas ser uma categoria mais atuante no tratamento não farmacológico das dores músculo esqueléticas. Assim, tem-se essa Base de Dados como uma importante fonte de pesquisa para os fisioterapeutas e também para os biomédicos e outros profissionais da saúde.

Os artigos científicos selecionados atenderam os critérios de inclusão estabelecidos pelos autores da pesquisa: relevância do tema, artigos de revisão, data de publicação de 2004 até 2021, no idioma português, espanhol e inglês. O intervalo entre as datas de publicação (2004 a 2021) foi devido à escassez de artigos que enfocavam a ação da acupuntura como tratamento da fibromialgia.

Os artigos foram selecionados em grupos: primeiro grupo de artigos foram aqueles que traziam, em seu texto, apenas assuntos relacionados à fibromialgia; o segundo grupo de artigos traziam, em seu texto, apenas assuntos relacionados à acupuntura e o terceiro grupo de artigos traziam, em seu texto, a associação entre os dois assuntos: acupuntura e fibromialgia. Os artigos classificados nos grupos 1 e 2 foram utilizados como referencial teórico deste trabalho.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Acupuntura como tratamento não farmacológico da Fibromialgia

A fibromialgia é uma síndrome idiopática que acomete sobretudo o sistema musculoesquelético. Seus sinais e sintomas estão mais relacionados a dores crônicas generalizadas em função da modificação do funcionamento dos neurônios e das vias nociceptoras. A fibromialgia é uma síndrome que pode também apresentar outros sintomas

como fadiga, distúrbios cognitivos, alterações do humor, irritação, insônia. A fibromialgia ainda é considerada, nos dias atuais, uma síndrome incurável. Os tratamentos buscam tratar as dores e melhorar a qualidade de vida dos doentes (PEREIRA, *et al.* 2021).

Por meio dos critérios de diagnósticos do *American College of Rheumatology* (ARC), são fibromiálgicos os indivíduos que apresentam dor crônica difusa permanente há mais de três meses (LORENA, *et al.* 2016).

Cada local ou ponto de dor é considerado um “*Tender Point*”, termo 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 muito comuns na síndrome dolorosa miofascial (GROSSMANN, *et al.* 2012; FASSICOLLO, *et al.* 2017).

O exame físico é um método de diagnóstico que busca a identificação dos *tender points*. Seu diagnóstico é eminentemente clínico, não apresentando alterações em exames laboratoriais/ou radiológicos. Sua prevalência é de cerca de 2,5% da população mundial, acometendo principalmente indivíduos do sexo feminino (LORENA, *et al.* 2016).

562

Como uma das propostas terapêuticas para alívio da dor (analgesia) e melhora na qualidade de vida dos fibromiálgicos, tem-se a acupuntura que é um método terapêutico originado na China que consiste na estimulação de pontos cutâneos em meridianos (canais de energia) para o reestabelecimento do equilíbrio energético. Sua aplicabilidade é eficaz como tratamento coadjuvante, destacando a importância em respeitar a localização anatômica dos pontos de acupuntura (TAKIGUCHI, *et al.* 2008).

A acupuntura ocorre por meio de estímulos nas terminações nervosas diferenciadas da derme, tecido celular subcutâneo e músculos. Ativa o sistema de supressão de dor da medula espinhal e do cérebro, aumentando a produção de substâncias anti-inflamatórias no SNC, como serotonina, endorfinas e encefalina. Estas substâncias possuem fortes efeitos analgésicos e sua ação promove a diminuição da dor (FRANCHINI, 2013).

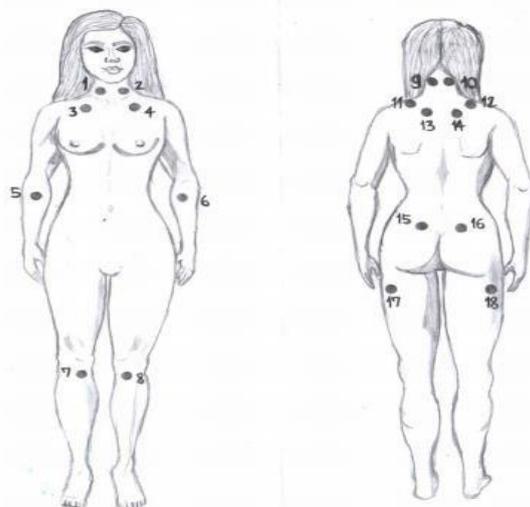
ACUPUNTOS

O tratamento com medicamentos alopáticos sempre será a primeira opção para tratar a dor e o mais utilizado, porém, a possibilidade de provocar efeitos adversos e indesejáveis no organismo não pode ser menosprezado. A maioria dos pacientes desconhecem a possibilidade de outros tratamentos alternativos e coadjuvantes como a acupuntura, utilizada com sucesso para este fim, que busca a analgesia, melhora do sono, humor, fadiga (SANTOS, 2017).

No exame físico, o diagnóstico é definido com a presença de 11 dos 18 *tender points* espalhados pelo corpo. Tais 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 (TAKIGUCHI, *et al.* 2008).

A Figura 1 apresenta a localização dos pontos dolorosos (*tender points*) nos pacientes fibromiálgicos. Ressalta-se que desses 18 pontos o paciente deve apresentar dor em pelo menos 11 deles segundo Takiguchi *et al.* (2008).

Figura 1: Localização dos *tender points*



Fonte: Autores da pesquisa

O Quadro 1 apresenta a localização dos acupontos em consonância com a Figura 1 que registra os *tender points*. É importante salientar que alguns acupontos podem ser coincidentes com os *tender points* e, também podem ser utilizados como locais de inserção da agulha, mesmo sendo um ponto doloroso (WEN, 2014).

Quadro 1- Acupontos utilizados na localização dos *tender points*

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

Fonte: Wen, 2014

De acordo com a teoria dos cinco elementos, os pacientes diagnosticados com fibromialgia apresentam um quadro de transtorno energético no fígado, baço/pâncreas e nos rins. Este excesso de energia leva ao aparecimento dos distúrbios no organismo que se associam aos sintomas de dor crônica no sistema musculoesquelético (DA SILVA PASSOS, 2016).

A técnica da acupuntura consiste em inserir pequenas agulhas metálicas em locais específicos no corpo do paciente (acupontos), possibilitando a liberação do fluxo de energia acumulada. A sessão tem duração média de 30 a 40 minutos, compreendida desde a reavaliação do paciente até a inserção e manipulação das agulhas promovendo efeitos locais e sistêmicos. Durante o tratamento, as agulhas inseridas nos acupontos podem receber estimulação manual que “transmite” esta estimulação ao local em que estão inseridas, da mesma forma, elas também podem receber estímulos elétricos para aumentar a eficácia do tratamento (CLARKE, 2004).

565

As agulhas podem ser inseridas exatamente no local dos *tender points* ou em sua volta, circulando-os para que haja uma maior diminuição dos sintomas dolorosos. Quando as agulhas são posicionadas ao redor dos *tender points*, eletrodos do tipo “dente de jacaré” são aderidos em suas hastes para que uma corrente elétrica contínua, passe por ela e alcance o território dolorido. Vale ressaltar que o tratamento é específico para cada tipo de paciente devido aos sintomas, níveis de dor e incômodo (SANTOS, *et al.* 2006).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dentre os tratamentos utilizados para a fibromialgia tem destaque a acupuntura. O uso dessa técnica tem sido de grande auxílio e eficácia para amenizar a dor e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Apesar de ser uma técnica milenar e de baixo custo, uma vez que as agulhas são de preço módico, alguns pacientes ainda desconhecem sua aplicabilidade.

A acupuntura faz parte das Práticas Integrativas e Complementares à Saúde (PICS) e, portanto, está previsto como tratamento no Sistema Único de Saúde (SUS) desde 2006.

Com isto, o tratamento com a acupuntura vai aumentando seus adeptos e a técnica tende a ser cada vez mais conhecida.

Entretanto, necessário dizer que ainda falta muito para que a população em geral, tenha conhecimento sobre o tratamento da fibromialgia pela acupuntura.

Embora a acupuntura faça parte das PICS recomenda-se uma divulgação intensa nos órgãos oficiais do governo, informando a população sobre seus benefícios e que o tratamento está acessível a todos e a todas, em especial, os fibromiálgicos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CLARKE T. *Treatment of fibromyalgia with acupuncture and counseling*. BCMJ, 2004;46:121-23 Retrieved online at. Disponível em: <https://bcmj.org/articles/treatment-fibromyalgia-acupuncture-and-counseling> Acesso em 23 de mar. 2021.

566

DA SILVA PASSOS, RAFAEL; BOAS, SARA SOUZA VILAS; PRATES, RAHAB

VIEIRA. Efeitos da acupuntura na fibromialgia: Uma revisão bibliométrica. **Acta Biomedica Brasiliensia**, v. 7, n. 2, p. 15-21, 2016.

FASSICOLLO CARLOS EDUARDO, GRACIOSA MAYLLI DAIANI, GRAEFLING

BARBARA FLISSAK, RIES LILIAN GERDI KITTEL. Temporomandibular dysfunction, myofascial, craniomandibular and cervical pain: effect on masticatory activity during rest and mandibular isometry. *Rev Dor. São Paulo*, 2017 jul-set;18(3):250-4

FRANCHINI, CÁSSIA DE FÁTIMA MONTEIRO. Tratamento não-farmacológico de pacientes com fibromialgia. **Brasilian Journal of Surgery and Clinical Research**, 2013.

GROSSMAN EDUARDO, TAMBARA JOSEANE STECKEL, GROSSMANN THIAGO

KREUTZ, DE SIQUEIRA JOSÉ TADEU TESSEROLI. O uso da estimulação elétrica nervosatrancutânea na disfunção temporomandibular. *Rev Dor. São Paulo*, 2012 jul-set;13(3):271-6

LORENA, SUÉLEM BARROS DE LORENA, EDUARDO AUGUSTO DOS SANTOS PIMENTEL, VANESSA MEDEIROS FERNANDES, MÁRCIO BOTELHO PEDROSA, ALINE RANZOLIN, ANGELA LUZIA BRANCO PINTO DUARTE. Avaliação de dor e

qualidade de vida de pacientes com fibromialgia. **Revista dor**, v. 17, n. 1, p. 8-11, 2016.

MARCHESINI STIVAL, REBECCA SARAY MARCHESINI STIVAL, PATRÍCIA RECHETELLO CAVALHEIRO, CAMILA STASIAK, DAYANA TALITA GALDINO, BIANCA ELIZA HOEKSTRA, MARCELO DERBLI SCHAFRANSKI. 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.

PEREIRA, HELOÍSA SALVADOR DOS SANTOS PEREIRA, MARIANGELA DASILVA NUNES, CAÍQUE JORDAN NUNES RIBEIRO, MARIA DO CARMO DE

OLIVEIRA RIBEIRO. Efeitos da acupuntura na fibromialgia: revisão integrativa. **BrJP**, n.AHEAD, 2021.

SANTOS, A. M. B. ASSUMPÇÃO A, MATSUTANI LA, PEREIRA CAB, LAGE LV,

MARQUES AP. Depressão e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia. **Brazilian Journal of Physical Therapy**, v. 10, n. 3, p. 317-324, 2006.

SANTOS, MARIANE FERREIRA DOS. O efeito analgésico da acupuntura na dor

crônica esua aplicabilidade no Sistema Único de Saúde: Revisão da literatura. 2017.

TAKIGUCHI, RAYMOND S. TAKIGUCHI, VANESSA SATIE FUKUHARA,
JULIANAFERREIRA SAUER, ANA ASSUMPÇÃO, AMÉLIA PASQUAL
MARQUES. Efeito da

acupuntura na melhora da dor, sono e qualidade de vida em pacientes fibromiálgicos:
estudopreliminar. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 15, n. 3, p. 280-284, 2008.

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