

# Efeitos da acupuntura na fibromialgia: revisão integrativa

## *The effects of acupuncture in fibromyalgia: integrative review*

Heloísa Salvador dos Santos Pereira<sup>1</sup>, Mariangela da Silva Nunes<sup>1</sup>, Caíque Jordan Nunes Ribeiro<sup>1</sup>, Maria do Carmo de Oliveira Ribeiro<sup>1</sup>

DOI 10.5935/2595-0118.20210010

### RESUMO

**JUSTIFICATIVA E OBJETIVOS:** A fibromialgia causa dor musculoesquelética constante e sensibilidade generalizada, com presença de hiperalgesia e/ou alodínia, fadiga, distúrbios de sono e problemas cognitivos. Muitas vezes o tratamento farmacológico não é suficiente para aliviar a dor e os pacientes optam por terapias integrativas como a acupuntura em razão da boa tolerância e baixo risco de efeitos adversos. O objetivo foi realizar uma revisão integrativa sobre o uso da acupuntura na analgesia em pacientes com fibromialgia.

**CONTEÚDO:** Foi realizada revisão integrativa em quatro bases de dados (Scopus, Pubmed, CINAHL e Bireme) com uso dos descritores “analgesia”, “acupuncture” e “fibromyalgia” unidos pelo operador booleano AND, com a inclusão de publicações de janeiro de 2009 a dezembro de 2019. Após a leitura e análise, sete artigos foram selecionados.

**CONCLUSÃO:** Os estudos sugerem que a acupuntura seja eficaz para o tratamento da dor em pacientes com fibromialgia, com melhora na qualidade de vida e interferência positiva no sono.

**Descritores:** Acupuntura, Analgesia, Dor Crônica, Fibromialgia, Manejo da dor.

### ABSTRACT

**BACKGROUND AND OBJECTIVES:** Fibromyalgia is a disease that causes constant musculoskeletal pain with an overall increased sensibility, with the possibility of hyperalgesia and/or allodynia, fatigue and sleep perturbation, as well as cognitive issues. Pharmacologic treatments are often not enough to relieve

pain, causing patients to opt for alternative therapies such as acupuncture due to its good tolerance and low risk of adverse effects. The objective was to carry out an integrative review of acupuncture uses in the analgesia of patients with fibromyalgia.

**CONTENTS:** The integrative review surveyed four databases (Scopus, PubMed, CINAHL and Bireme) with the following keywords: “analgesia”, “acupuncture”, and “fibromyalgia” collectively through the AND Boolean operator, including publications from January 2009 to December 2019. From the results of this query, eight articles were chosen.

**CONCLUSION:** Studies suggest that acupuncture is effective for the treatment of pain in patients with fibromyalgia, with improved quality of life and positive interference in sleep.

**Keywords:** Acupuncture, Analgesia, Chronic Pain, Fibromyalgia, Pain management.

### INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma síndrome idiopática caracterizada por quadro crônico de dor musculoesquelética e sensibilidade generalizada, além de fadiga, distúrbios do sono, rigidez matinal, parestesias de extremidades, sensação subjetiva de edema e distúrbios cognitivos. Pode ocorrer também depressão, ansiedade, síndrome da fadiga crônica, síndrome miofascial, problemas digestivos como a síndrome do cólon irritável e doença do refluxo gastroesofágico, síndrome uretral inespecífica, enxaqueca ou cefaleias tensionais, dor pélvica e disfunção temporomandibular<sup>1,2</sup>.

A dor pode ser acentuada com frio, umidade e distúrbios emocionais, contribuindo para o sofrimento e a piora da qualidade de vida dos pacientes<sup>3</sup>. Nos EUA e na Europa a prevalência é de até 5% da população e ultrapassou 10% dos atendimentos em clínicas reumatológicas. No Brasil, ocorre em até 2,5%, em especial em mulheres entre 35 e 44 anos<sup>4</sup>.

A dor na FM pode ser percebida de diversas formas e modificada pela condição emocional. Hiperalgesia e/ou alodínia em razão do baixo limiar na percepção da dor, possivelmente pela amplificação da dor central ou neuropática. A falta de consenso na etiologia da FM dificulta o tratamento e o controle da dor com terapias farmacológicas e não farmacológicas<sup>2,5</sup>.

A acupuntura produz efeito analgésico central, particularmente sobre o tálamo, que tem um papel importante no processamento da informação sensitiva. Além disso, libera endorfinas no cérebro que pertencem ao grupo dos opioides que integram o mecanismo natural de supressão da dor<sup>6</sup>.

O objetivo foi realizar uma revisão integrativa do uso da acupuntura na analgesia em pacientes com FM.

Heloísa Salvador dos Santos Pereira – <https://orcid.org/0000-0003-4006-4319>;  
Mariangela da Silva Nunes – <https://orcid.org/0000-0003-0693-5790>;  
Caíque Jordan Nunes Ribeiro – <https://orcid.org/0000-0001-9767-3938>;  
Maria do Carmo de Oliveira Ribeiro – <https://orcid.org/0000-0003-4719-3893>.

1. Universidade Federal de Sergipe, Departamento de Enfermagem, Aracaju, SE, Brasil.

Apresentado em 30 de abril de 2020.

Aceito para publicação em 18 de janeiro de 2021.

Conflito de interesses: não há – Fontes de fomento: não há.

#### Endereço para correspondência:

Heloísa Salvador dos Santos Pereira

Rua José Araújo Neto, Bloco C1, apto 302, Conjunto Orlando Dantas – Bairro São Conrado

49042-250 Aracaju, SE, Brasil.

E-mail: heloisa.salvadorufs2012@gmail.com

© Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor

## CONTEÚDO

Trata-se de uma revisão integrativa que buscou responder a seguinte questão: quais as evidências sobre a eficácia da acupuntura como método não farmacológico para alívio da dor em pacientes com FM? Foi utilizado o método de Cooper com as seguintes etapas: formulação do problema, coleta dos dados, avaliação dos dados, análise e interpretação e apresentação pública<sup>7</sup>. Foram realizadas buscas nas bases de dados Scopus, Pubmed, CINAHL e Bireme, utilizando os descritores controlados “analgesia”, “acupuncture” e “fibromyalgia” unidos pelo operador booleano *AND*.

Utilizou-se como critérios de inclusão manuscritos publicados no período de janeiro de 2009 a dezembro de 2019, cujo texto completo estivesse disponível, nos idiomas inglês, espanhol ou português e que investigassem a eficácia analgésica da acupuntura em pacientes fibromiálgicos. Foram excluídos da busca pesquisas envolvendo menores de 18 anos, realizados com modelo animal, estudos e séries de caso, editoriais, cartas ao editor, comentários, relatos de experiência e revisões narrativas, integrativas e sistemáticas.

Foram encontrados 194 artigos dos quais 110 tinham o texto completo disponível, 11 foram excluídos por duplicidade, totalizando 99. Inicialmente 22 artigos foram selecionados por título e, em seguida, 19 pela leitura do resumo. Ao final, foram selecionados sete artigos pela leitura do texto completo (Figura 1).

Os artigos incluídos na análise final estão apresentados na tabela 1. Foram classificados de acordo com os níveis de evidência da *Oxford Centre for Evidence-Based Medicine* (OCEBM) 2011, que avalia os artigos em níveis de um a cinco, sendo o primeiro nível o de maior relevância<sup>8</sup>. Em seguida, foi realizada a análise crítica dos resultados através da síntese descritiva dos estudos.

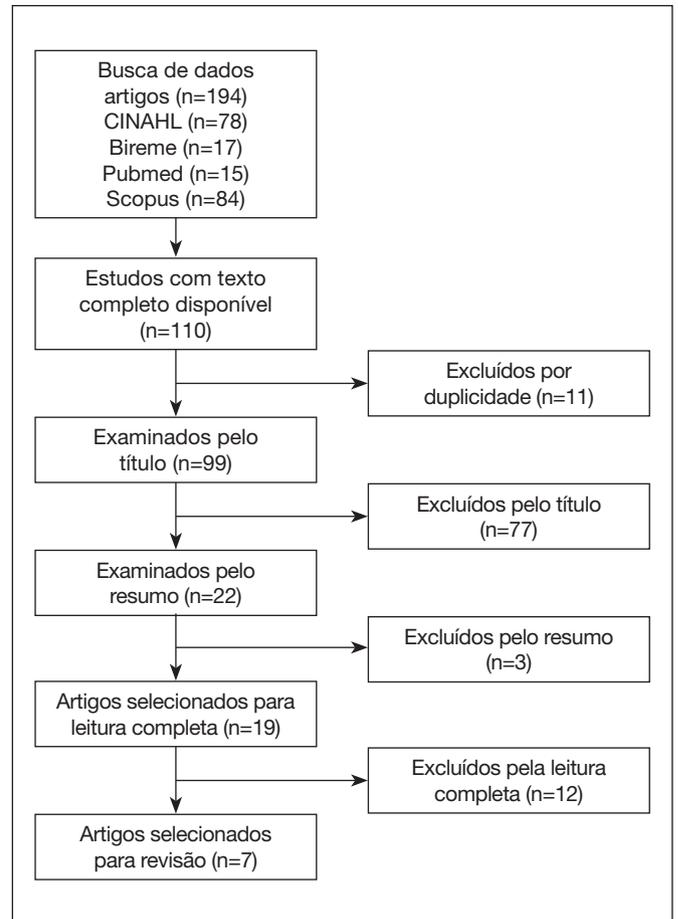


Figura 1. Fluxograma de identificação e seleção de artigos

Tabela 1. Descrição dos artigos incluídos neste estudo

Autores	Nível de evidência	Tipos de pesquisa	Objetivos	Amostra	Resultados
Yüksel et al. <sup>9</sup>	1	ECR	Avaliar os efeitos das aplicações de acupuntura e estimulação elétrica transcutânea de nervos (TENS) na avaliação quantitativa nas alterações na eletroencefalografia (qEEG) e avaliar seus efeitos terapêuticos em pacientes com FM.	n=42 pacientes com FM (n=21 para TENS e n=21 para acupuntura) e n=21 pacientes saudáveis	A aplicação da TENS e da acupuntura parece ser benéfica em pacientes com FM.
Harris et al. <sup>10</sup>	1	ECR	Comparar os efeitos a curto e longo prazo do tratamento com acupuntura tradicional chinesa (ATC) versus tratamento com acupuntura falsa (AF).	n=20 pacientes com FM	A acupuntura evocou aumentos de curto prazo no potencial de ligação ao MOR, em várias regiões de dor e processamento sensorial, incluindo o cíngulo (dorsal e subgenual), ínsula, núcleo caudado, tálamo e amígdala. Também evocou no longo prazo o potencial de ligação ao MOR em algumas das mesmas estruturas, incluindo o cíngulo (dorsal e perigenual), caudado e amígdala. Os efeitos de curto e longo prazo estavam ausentes no grupo falso, no qual pequenas reduções foram observadas, efeito mais consistente com os estudos anteriores com PET de placebo. Aumentos em longo prazo na MOR BP após ATC também foram associados a maiores reduções na dor clínica.

Continua...

**Tabela 1.** Descrição dos artigos incluídos neste estudo – continuação

Autores	Nível de evidência	Tipos de pesquisa	Objetivos	Amostra	Resultados
Vas et al. <sup>11</sup>	1	ECR	Avaliar a eficácia de um protocolo de acupuntura individualizado para pacientes com FM.	n=164 pacientes com FM	O tratamento individualizado com acupuntura em pacientes com FM na atenção primária mostrou-se eficaz no alívio da dor, em comparação com o placebo. O efeito persistiu durante um ano, e os efeitos adversos foram leves e pouco frequentes. É recomendado o uso de acupuntura individualizada em pacientes com FM.
Ugurlu et al. <sup>12</sup>	1	ECR	Determinar e comparar a eficácia da acupuntura real com acupuntura falsa no tratamento da FM.	n=50 pacientes do sexo feminino com FM	A acupuntura melhorou significativamente a dor e sintomas de FM. Embora o efeito simulado seja importante, o tratamento real com acupuntura parece ser eficaz no tratamento da FM.
Stival et al. <sup>13</sup>	1	ECR	Avaliar a eficácia da acupuntura no tratamento da FM, considerando se como desfecho primário a resposta imediata da escala analógica visual (EAV) para avaliação da dor.	n=36 pacientes com FM	A acupuntura, aplicada nos moldes da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) causou redução imediata da dor em pacientes com FM quando comparada à acupuntura simulada.
Zucker et al. <sup>14</sup>	1	ECR	Verificar se a sensibilidade à dor por pressão classificaria diferencialmente a resposta do tratamento ao <i>verum</i> e à acupuntura simulada em pacientes com FM.	n=114 (sendo 59 <i>verum</i> e 55 sham/simulada)	A eficácia da acupuntura na FM pode estar subestimada e tratamento mais personalizado para a FM também pode ser possível.
Karatay et al. <sup>15</sup>	1	ECR	Avaliar os efeitos do tratamento com acupuntura nos níveis séricos de serotonina e substância P (SP), bem como nos parâmetros clínicos em pacientes com FM.	n=75 mulheres randomizadas em três grupos: acupuntura real (AcG), acupuntura simulada (ShG) e acupuntura simulada (SiG)	A acupuntura, ao contrário da acupuntura simulada ou placebo, pode melhorar em longo prazo os resultados clínicos e os valores do neuromediador da dor. Alterações nos níveis séricos de serotonina e SP pode ser uma explicação para os mecanismos de acupuntura no tratamento da FM.

ECR = ensino clínico randomizado.

Foram encontrados sete artigos em inglês, todos eram ensaios clínicos randomizados (ECRs), sendo classificados no nível um com base na OCEBM.

Neste estudo, sete ECRs compararam a acupuntura verdadeira (*verum*) com placebo (*sham*) e comprovaram que a primeira apresenta mais resultados positivos com redução da dor em pacientes com FM<sup>10-15</sup>. A técnica *sham* é um controle placebo no qual alguns pesquisadores usaram dispositivos como uma agulha simulada, podendo tratar-se de uma agulha com dimensões menores que a da agulha da técnica verdadeira, que pode exercer um efeito semelhante à acupuntura ou pode até simular agulhamento ou usar agulhas superficiais em não pontos de acupuntura ou pontos de acupuntura inadequados de acordo com a MTC. Para tanto, é comum optarem por vender os pacientes ou separá-los para que não saibam qual a terapêutica usada. Na técnica *verum* são utilizadas as agulhas nos pontos-gatilhos (PG) de acordo com o estabelecido pela MTC<sup>15</sup>.

O número de pacientes que receberam a técnica *verum* variou entre 20 e 82, enquanto o número de pacientes que receberam tratamento PG variou entre 6 e 18. As sessões foram de 1 a 12, com duração entre 20 e 30 minutos. Apesar de a amostra ser pequena, as análises estatísticas dos sete estudos revelaram que a acupuntura proporcionou diminuição significativa nos escores de dor pelas escalas utilizadas, tanto a longo como em curto prazo, mesmo com poucas sessões de até 30 minutos.

A acupuntura demonstrou, em curto prazo, aumento no potencial de ligação aos sistemas antinociceptivos opioides endógenos e receptores  $\mu$ -opioides (MORs), em várias regiões de dor e processamento sensorial, bem como realizou em longo prazo o potencial de ligação ao MOR em algumas das mesmas estruturas encefálicas<sup>10</sup>. Ela pode ter efeito nos neuromediadores, como serotonina e substância P, o que pode explicar efeitos benéficos que existem em pacientes com FM<sup>16</sup>. Adicionalmente, foi identificado que os efeitos imediatos e de longo prazo não se limitam a redução da dor, mas também reduzem os sintomas como insônia e depressão, além de melhorar o bem-estar dos pacientes. Um dos estudos revelou que a acupuntura foi mais eficaz e com menos efeitos adversos que fármacos comumente utilizados para o tratamento da FM, como a pregabalina e a duloxetine, e que o efeito benéfico persistiu por até um ano<sup>11</sup>.

Corroboram esta pesquisa estudos que identificaram que o tratamento com acupuntura foi eficaz no alívio da dor em pacientes com FM em termos de qualidade de vida e questionário de impacto da FM, melhorando outros sintomas como fadiga e ansiedade<sup>22,23</sup>. Nesse aspecto, acredita-se que a acupuntura atua, além da melhora da dor, no bem-estar, produtividade, humor e demais aspectos da vida diária. Além disso, a acupuntura vem se destacando por oferecer um tratamento rápido e eficaz, com efeitos adversos leves, tais como desconforto e hematomas nos locais de inserção da agulha, sendo praticamente indolor<sup>10-15</sup>.

Métodos não farmacológicos para o alívio da dor, tais como TENS, exercícios físicos, terapia cognitivo-comportamental, dieta, suplementos nutricionais e fitoterapia<sup>9,17</sup> têm sido recomendados para o manejo da FM. A acupuntura se destaca por ser menos onerosa e de mais fácil aplicação quando comparada ao tratamento tradicional, pois este último envolve a participação de vários especialistas, a realização de muitos exames e uso de fármacos que, muitas vezes, são de alto custo e possuem vários efeitos adversos<sup>18-20</sup>. São necessários novos estudos com alta qualidade metodológica e amostra maior e mais significativa que compare a acupuntura *sham* com a *verum*, pois há algumas divergências quanto a sua eficácia<sup>21</sup>.

Este estudo evidenciou que a acupuntura pode ser utilizada em grande variedade de pacientes, em especial, na atenção primária, com efeitos que vão além da analgesia. Pode reduzir os gastos com ambulatorios e internações hospitalares devido às crises de dor nesses pacientes<sup>11,18,20</sup>. A acupuntura é de baixo custo, eficaz e pode ser utilizada em diversos serviços de saúde, tendo em vista que pode promover alívio da dor e, por conseguinte, melhorar a qualidade de vida do paciente e a realização das atividades de vida diária. O desafio é ampliar o acesso a essa prática, em especial nos pacientes que sofrem de sintomas dolorosos e criar um protocolo para seu uso combinado ou individualizado no tratamento da FM.

## CONCLUSÃO

Os estudos sugerem que a acupuntura foi eficaz para o tratamento da dor em pacientes com FM, melhorando a qualidade de vida e o sono.

## CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

**Heloísa Salvador dos Santos Pereira**

Redação – Preparação do original

**Mariangela da Silva Nunes**

Supervisão

**Caíque Jordan Nunes Ribeiro**

Revisão

**Maria do Carmo de Oliveira Ribeiro**

Redação – Revisão e Edição

## REFERÊNCIAS

- Heymann RE, Santos Paiva E, Helfenstein Junior M, Pollak DF, Martinez JE, Provenza JR, et al. Consenso brasileiro de fibromialgia. Rev Bras Reumatol. 2010;50(1):56-66.
- American College of Rheumatology. Fibromyalgia. [acesso em 15 jan 2020]. Disponível em: <https://www.rheumatology.org/I-Am-A/Patient-Caregiver/Diseases-Conditions/Fibromyalgia>
- Hoefler R, Dias CD. Fibromialgia: doença obscura e de tratamentos indefinidos. Rev Bras Farm. 2010;74(1):1-4.
- Heymann RE, Santos Paiva E, Martinez JE, Helfenstein Júnior M, Rezende MC, Provenza JR, et al. Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. Rev Bras Reumatol. 2017;57(2):467-76.
- Oliveira Júnior JO, Almeida MB. O tratamento atual da fibromialgia. Br J Pain. 2018;1(3):255-62.
- Menezes CR, Moreira AC, Brandão WB. Base neurofisiológica para compreensão da dor crônica através da Acupuntura. Rev Dor. 2010;11(2):161-8.
- Roman AR, Friedlander MR. Revisão integrativa de pesquisas aplicada à enfermagem. Cogitare Enferm. 1998;2(3):109-12.
- CEBM - The Centre for Evidence-Based Medicine develops. OCEBM Levels of Evidence. [acesso em 15 jan. 2020]. Disponível em: <https://www.cebm.net/2016/05/ocbm-levels-of-evidence/>.
- Yüksel M, Ayas S, Cabioglu MT, Yulmaz D, Cabioglu C. Quantitative data for transcutaneous electrical nerve stimulation and acupuncture effectiveness in treatment of fibromyalgia syndrome. Evid Based Complement Alternat Med. 2019;96(8):46-9.
- Harris RE, Zubieta JK, Scott DJ, Napadow V, Gracely RH, Clauw DJ. Traditional Chinese acupuncture and placebo (sham) acupuncture is differentiated by their effects on mu-opioid receptors (MORs). Neuroimage. 2009;47(3):1077-85.
- Vas J, Santos-Rey K, Navarro-Pablo R, Modesto M, Aguiar I, Campos MA, et al. Acupuncture for fibromyalgia in primary care: a randomised controlled trial. Acupunct Med. 2016;34(4):257-66.
- Ugurlu FG, Sezer N, Aktekin L, Fidan F, Tok F, Akkus S. The effects of acupuncture versus sham acupuncture in the treatment of fibromyalgia: a randomized controlled clinical trial. Acta Reumatol Port. 2017;42(1):32-7.
- Stival RSM, Cavalheiro PR, Stasiak CES, Galdino DT, Hoekstra BE, Schafrański MD, Acupuntura na fibromialgia: um estudo randomizado controlado abordando a resposta imediata da dor. Rev Bras Reumatol. 2014;54(6):431-6.
- Zucker NA, Tsodikov A, Mist SD, Cina S, Napadow V, Harris RE. Evoked pressure pain sensitivity is associated with differential analgesic response to verum and sham acupuncture in fibromyalgia. Pain Med. 2017;18(8):1582-92.
- Karatay S, Okur SC, Uzkeser H, Yildirim K, Akcay F. Effects of acupuncture treatment on fibromyalgia symptoms, serotonin, and substance p levels: a randomized sham and placebo-controlled clinical trial. Pain Med. 2018;19(3):615-28.
- Braz AS, De Paula AP, Diniz MFM, De Almeida RN. Uso da terapia não farmacológica, medicina alternativa e complementar na fibromialgia. Rev Bras Reumatol. 2011;51(3):269-82.
- Góis ALB. Acupuntura, especialidade multidisciplinar: uma opção nos serviços públicos aplicada aos idosos. Rev Bras Geriatr Gerontol. 2007;10(1):87-100.
- Chao EC. Efectividad de la acupuntura en el alivio del dolor refractario al tratamiento farmacológico convencional. Rev Soc Esp Dolor. 2009;16(2):79-86.
- Da Silva EDC, Tesser CD. Experiência de pacientes com acupuntura no Sistema Único de Saúde em diferentes ambientes de cuidado e (des)medicalização social. Cad Saúde Pública. 2013;29(11):2186-96.
- Martin-Sanchez E, Torralba E, Diaz-Dominguez E, Barriga A, Martin JL. Efficacy of acupuncture for the treatment of fibromyalgia: systematic review and meta-analysis of randomized trials. Open Rheumatol J. 2009;3:25-9.
- Itoh K, Kitakoji H. Effects of acupuncture to treat fibromyalgia: a preliminary randomised controlled trial. Chin Med. 2010;5:11.
- Martin DP, Sletten CD, Williams BA, Berger IH. Improvement in fibromyalgia symptoms with acupuncture: results of a randomized controlled trial. Mayo Clin Proc. 2006;81(6):749-57.