

A EFETIVIDADE DA ACUPUNTURA NA MELHORA DOS SINTOMAS RELACIONADOS À FIBROMIALGIA



Alexia Floriano Rodrigues da Silva¹, Camila Azevedo de Paula¹, Fernanda Malheiros Barbosa¹, Matheus Felipe Botelho Chaves¹, Marcelo Botelho Souza Filho¹, Sabrina Thalita Dos Reis Faria²
¹ Discente da Universidade do Estado de Minas Gerais
² Docente da Universidade do Estado de Minas Gerais

Artigo Original

UNIVERSIDADE DO ESTADO DE MINAS GERAIS
E-mail: alexiaflorianos@gmail.com

RESUMO

A fibromialgia é uma condição caracterizada por dor muscular generalizada e crônica que não apresenta evidência de inflamação nos locais de dor. Dessa forma, o estudo visa avaliar a efetividade da acupuntura como terapia complementar na melhora dos sintomas relacionados à fibromialgia. Assim, esta revisão integrativa foi feita nas bases de dados Pubmed e SciELO. As palavras-chave utilizadas foram “fibromyalgia” AND “acupuncture”. Os critérios de inclusão foram artigos originais, com resultados publicados em português e inglês, que respondiam de maneira adequada à pergunta PICO: "Pessoas com fibromialgia que fazem uso de acupuntura como terapia complementar apresentam melhora na sintomatologia quando comparada com pessoas que não fazem?". Após a análise dos estudos incluídos, o grupo intervenção apresentou diferença estatisticamente relevante no sentido de ressaltar a efetividade da acupuntura como terapia complementar para a fibromialgia, porém mais ensaios clínicos randomizados devem ser feitos para que se comprove sua eficácia.

Palavras-chave: Fibromialgia; Acupuntura; Terapias Complementares.

THE EFFECTIVENESS OF ACUPUNCTURE IN IMPROVING SYMPTOMS RELATED TO FIBROMYALGIA

ABSTRACT

Fibromyalgia is a condition characterized by widespread chronic muscle pain that shows no evidence of inflammation at pain sites. Thus, this study aims to evaluate the effectiveness of acupuncture as a complementary therapy to improve symptoms related to fibromyalgia. An integrative review was carried out on Pubmed and SciELO databases. The keywords used were “fibromyalgia” AND “acupuncture”. The inclusion criteria were

original articles, with published results in Portuguese and English, that adequately answer the PICO question: "Do people with fibromyalgia who use acupuncture as complementary therapy show improvement in symptoms when compared to people who do not?". After an analysis of the included studies, the intervention group showed a statistically significant difference, highlighting the potential of acupuncture as a complementary therapy for fibromyalgia, however more randomized clinical trials must be done to prove its effectiveness.

Keywords: Fibromyalgia; Acupuncture; Complementary Therapies.

INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma condição caracterizada por dor muscular generalizada e crônica que não apresenta evidência de inflamação nos locais de dor. A doença ainda não tem causas totalmente esclarecidas, mas a principal hipótese é que os pacientes apresentem uma alteração na percepção da sensação de dor (SOCIEDADE BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA, 2019). Por conta disso, a pessoa que sofre dessa doença sente diversas dores, além de outros sintomas, como alteração de humor e problemas de sono. A doença não tem cura e tem poucas opções de tratamento, que devem ser realizados de forma multidisciplinar, ao focar principalmente no alívio da dor, melhora na capacidade de executar tarefas e no bem-estar (DEARE, 2013).

A sua prevalência é de aproximadamente 2% na população geral. É responsável por aproximadamente 15% das consultas em ambulatórios de reumatologia e de 5% a 10% nos ambulatórios de clínica geral (AHLES, 1987). A proporção é de aproximadamente nove mulheres para um homem e incide mais comumente em

indivíduos entre 45 e 64 anos de idade (FORSETH, 1992).

O quadro clínico desta síndrome costuma ser polimorfo, exigindo anamnese cuidadosa e exame físico detalhado. O principal sintoma apresentado é a dor crônica e é comum a dificuldade de afirmar exatamente o local da dor, na maioria das vezes os pacientes não conseguem relatar a origem. Além disso, apresentam também dificuldade em nomear a categoria da dor, que pode ser interpretada como queimação, contusão ou até pontada. Outro fator importante é que fatores como o clima, frio e estresse psicológico podem estar ligados ao seu agravamento (RUSSEL, 1992).

Por causa da grande variabilidade do quadro clínico e da ausência de exames laboratoriais ou de imagem, o diagnóstico da fibromialgia depende da experiência médica. Normalmente ele é feito com base em dados do exame físico, análise dos pontos de dor e de sintomas, o que utiliza algumas diretrizes, sendo as do Congresso Americano de Reumatologia (ACR) de 1990, juntamente com os critérios elaborados em 2010, as mais eficazes (HEYMANN, 2017).

Nesse cenário, o tratamento dessa doença pode ser feito de forma farmacológica, ao tratar os sintomas ou as dores, paliativa e de forma a melhorar a qualidade de vida da pessoa além da diminuição das angústias, sendo o exercício físico e a adoção de técnicas de relaxamento, ações consideráveis (HEYMANN, 2017). Nesse sentido, dentre os tratamentos não farmacológicos empregados, a acupuntura tem se mostrado eficiente para o alívio da dor. Essa técnica atua sobre os neurotransmissores relacionados à dor e depressão, apresentando ótimos efeitos neurobiológicos (MENEZES, 2010).

A acupuntura é uma modalidade da medicina chinesa que usa finas agulhas em pontos específicos do corpo (pontos de acupuntura) para estimular áreas dele. É usada para aliviar diversos tipos de dor e atua de forma a reduzir inflamações e estimular a liberação de endorfinas (DEARE, 2013). As áreas da pele correspondentes aos pontos de acupuntura apresentam uma maior concentração de terminações nervosas livres e encapsuladas (CHONGHUO, 1993). Segundo essa modalidade da medicina chinesa, algumas deficiências de Qi (termo utilizado pelos orientais para se referir à Energia) estão presentes no processo patológico, que é responsável por causar um bloqueio de Qi por meio dos meridianos, o que leva à dor ou impotência funcional dos músculos. Nesse sentido, a finalidade da acupuntura é equilibrar o Qi entre o Yin-Yang. Essas energias em equilíbrio representam um organismo saudável e

quando em desequilíbrio, geram doenças (YAMANURA, 2001). Dessa forma, o tratamento com acupuntura atua proporcionando uma elevação do fluxo sanguíneo nos “tender points” e um aumento dos níveis de endorfina e serotonina, o que diminui a dor nesses determinados pontos (SPROTT, 1998). Sabe-se que as estimulações elétricas das vias e dos núcleos discriminativos sensitivos e da medula espinhal e do encéfalo geram analgesia prolongada por liberação nas fendas sinápticas neurotransmissoras com atividade antinociceptiva. Assim, mecanismos analgésicos semelhantes ao da estimulação elétrica parecem ocorrer quando a acupuntura é utilizada (TEIXEIRA, 1996). Por ter essas propriedades, acredita-se que essa prática pode ser uma aliada no tratamento da fibromialgia, sendo essa a intenção desta revisão integrativa.

METODOLOGIA

Esse artigo representa uma revisão integrativa, aquela em que os resultados dos estudos incluídos são sintetizados e geram conclusões gerais sobre o tema de interesse (GANONG, 1987). Estudos de revisão integrativa favorecem o acesso aos principais resultados de pesquisas e representam a construção de um saber crítico (MENDES, 2008).

A pesquisa foi feita nas bases de dados Pubmed e SciELO. Os critérios de inclusão foram artigos originais, com resultados publicados em português ou inglês e que respondam de maneira adequada ao questionamento que deu

início à revisão. A estratégia de busca utilizada foi o uso de descritores que condizem com o tema da revisão e que podem facilitar na busca por evidências. As palavras-chave estavam na língua inglesa e incluíram "fibromyalgia" AND "acupuncture".

Foram encontrados 208 resultados no Pubmed e 8 no SciELO. Dois desses estudos foram incluídos nesta revisão e foram analisados de forma qualitativa. Após a leitura crítica dos ensaios clínicos incluídos, os principais dados estatísticos foram sintetizados e relatados na redação desta revisão.

RESULTADOS

No ensaio clínico randomizado de STIVAL (2014), 36 pacientes portadores de fibromialgia foram distribuídos de maneira randomizada em um grupo de intervenção (n=21) e um grupo controle (n=15). Os voluntários que participaram da intervenção foram submetidos à acupuntura, com agulhas de 0,20x40mm inseridos perpendicularmente nos pontos pericárdio, coração, baço, intestino grosso, fígado e estômago. Já o grupo controle, recebeu agulhamento placebo, e foi utilizado agulhas com 0,18x8mm para estimular superficialmente pontos 15 mm à esquerda dos pontos verdadeiros. Os voluntários dos dois grupos participaram de uma sessão com duração de 20 minutos e imediatamente antes e após a intervenção os pacientes responderam a escala visual analógica de dor (EVA). Essa escala utiliza uma régua de 0 a 10cm, em que o número zero significa a ausência de dor e o

número 10 a pior dor já experimentada pelo indivíduo. Após a realização da sessão, ambos os grupos apresentaram melhora no resultado da EVA após a intervenção proposta. O grupo intervenção apresentou uma variação - 4,36 +/- 3,23 entre a EVA inicial e a EVA final, o que foi significativo com (p= 0,0001). Já o grupo controle apresentou uma variação do EVA (-1,70 +/- 1,55), mas a diferença não atingiu o limiar de significância estatística (p= 0,06). Porém, em relação ao tamanho do efeito avaliado por meio do coeficiente d de Cohen, a acupuntura se mostrou efetiva em ambos os grupos: na intervenção do grupo controle, resultou em um efeito considerado médio (d= 0,69), e na acupuntura, um efeito grande (d= 1,7). Por fim, em relação a amplitude de variação da EVA (EVA inicial – final), a diferença entre os dois grupos favoreceu o procedimento verdadeiro de maneira estatisticamente significativa (p= 0,005) e o efeito d de Cohen de 1,05 (efeito grande).

Em outro ensaio clínico randomizado incluído, o de TAKIGUCHI (2008), 12 mulheres com idades entre 35 e 60 anos com diagnóstico de fibromialgia foram alocadas randomicamente entre um grupo A (n =5) e um grupo B (n =7). O grupo A recebeu acupuntura segundo a medicina tradicional chinesa, com a escolha dos pontos seguindo o diagnóstico próprio da técnica (cada paciente recebeu um tratamento personalizado, em pontos específicos do diagnóstico realizado), e já o grupo B recebeu agulha nos seguintes pontos: base do occipital, trapézio, supra

espinhoso e epicôndilo lateral, visando a supressão da dor. Vale ressaltar que a dor foi avaliada por uma escala analógica visual da dor (EVA) - uma régua de 10 cm, em que o número zero significa ausência de dor e o número 10, dor insuportável. Também foi avaliado a dolorimetria pelo dolorímetro de Fischer (algômetro de pressão) que avalia o limiar de dor dos 18 "tender points". Ainda, foi avaliada a qualidade de vida pelo Questionário de Impacto da Fibromialgia (QIF) que avalia dor, cansaço, sono, rigidez, ansiedade e depressão, e por último a qualidade do sono pelo Inventário do Sono (IS), que foi dividido nos quesitos antes de dormir, durante a noite e ao acordar, ressaltando que quanto maior o resultado, melhor a qualidade do sono. Os grupos receberam acupuntura uma vez por semana, durante 8 semanas, com inserção de 8 agulhas, com profundidade de aproximadamente meia polegada em cada ponto, durante 25 minutos. Houve melhora da dor nos dois grupos, porém com diferença estatisticamente significativa apenas no grupo B ($p=0,012$). Em relação ao QIF somente o grupo B apresentou diferença estatisticamente significativa nos itens dor ($p=0,025$), cansaço ($p=0,004$), ansiedade ($p=0,018$) e depressão ($p=0,021$). Já em relação ao sono, o grupo A apresentou diferença estatisticamente significativa nos quesitos durante a noite e ao acordar ($p<0,05$), e o grupo B houve melhora em todos os itens ($p<0,05$). Por fim, em relação ao limiar de dor em cada "tender point" antes e após o tratamento, o grupo A apresentou diferença

estatisticamente significativa apenas no ponto do trapézio, com ($p=0,007$). E no grupo B, os "tender point" cervical baixa, trapézio, segunda articulação costovertebral e a média dos "tender point" apresentaram diferença estatisticamente significativa ($p<0,05$).

DISCUSSÃO

Avaliou-se, a partir do agrupamento dos estudos, a questão da efetividade da acupuntura na melhora dos sintomas relacionados à fibromialgia, em que diante da revisão foi possível observar uma melhora nos quadros da síndrome fibromiálgica apresentados por pacientes submetidos à técnica da acupuntura. No entanto, cabe ressaltar que tal contexto apresentou diferenças no que tange à taxa estatística de melhora, haja vista que a técnica de acupuntura englobou divergências em suas características, destacando-se a acupuntura simulada e a acupuntura, e nos tipos locais de aplicação em relação aos diferentes grupos submetidos aos ensaios clínicos randomizados.

No estudo de STIVAL (2014), em que houve a divisão dos pacientes em dois grupos, é possível observar que os voluntários do grupo controle, estes que receberam a técnica da acupuntura simulada, e do grupo intervenção, estes que foram submetidos à acupuntura, obtiveram melhoras subsequentes relevantes na dor. A variação da escala analógica de dor (EVA) do grupo controle foi menor quando comparada com a do grupo intervenção, porém a expressividade dos coeficientes de

Cohen permite apresentar o quadro de melhora, ainda que de efeito médio, dos voluntários do grupo controle. Já o grupo intervenção, apresentou uma maior variação no que tange à escala visual analógica e, levando em consideração também a expressividade dos coeficientes d de Cohen, apresentou um efeito grande em relação ao contexto de analgesia. Ainda que apresente uma quantidade pequena de pacientes presentes no ensaio clínico randomizado, o estudo de STIVAL (2014) obteve uma estatística observável significativa, destacando a presença de erro-beta não expressivo. Sendo assim, foi possível observar que, a partir do estudo de STIVAL (2014), a acupuntura propicia uma melhora significativa das dores em relação aos pacientes com quadros de fibromialgia em comparação com os efeitos observados nos voluntários submetidos à acupuntura simulada, apesar de ambos os grupos apresentarem melhora quando submetidos aos respectivos tratamentos. Além disso, é importante destacar que se considera de fundamental importância a realização de mais estudos, possibilitando com que se enquadre maior quantidade de voluntários e maior tempo de acompanhamento frente ao tratamento realizado pela acupuntura simulada e acupuntura, a fim de proporcionar uma avaliação com maior precisão no que tange à efetividade da acupuntura na melhora dos sintomas relacionados à fibromialgia.

O estudo de TAKIGUCHI (2008) realizou a divisão dos pacientes, estes que

possuem o diagnóstico de fibromialgia, em dois grupos, a partir da adoção de um ensaio clínico randomizado. O grupo A foi submetido à técnica de acupuntura seguindo a medicina tradicional chinesa, em que o tratamento foi de modo personalizado, englobando pontos específicos do diagnóstico realizado. Dessa forma, pode-se apontar que tal grupo levou em conta a especificidade de cada paciente, fazendo com que os locais do tratamento fossem realizados em consonância com as peculiaridades dos voluntários submetidos à acupuntura tradicional chinesa. Já em relação ao grupo B, houve a padronização de certos pontos no que tange à realização da acupuntura, ocorrendo, assim, a recepção da agulha em locais determinados, como na base do occipital, trapézio, supra espinhoso e epicôndilo lateral. No estudo de TAKIGUCHI (2008), foi possível observar uma melhora no quadro da dor em ambos os grupos, porém, apesar de a medicina tradicional chinesa adotar o conceito de não dissociação entre mente e corpo e levar em conta a especificidade e peculiaridade do paciente no tratamento, o grupo B expressou um quadro de melhora significativa, englobando, inclusive, uma analgesia da dor em pontos divergentes e distantes dos quais receberam a agulha, demonstrando, dessa forma, que a diminuição da dor no grupo B indica certo impacto sistêmico no que tange à inserção da agulha.

Além disso, em relação ao grupo B e diante do Questionário de Impacto da Fibromialgia (QIF), somente tal grupo

obteve diferenças estatísticas relevantes nos quadros de dor, cansaço, ansiedade e depressão. No que tange à qualidade do sono, este aspecto é impactado pela presença de dores crônicas, o que permite, assim, observar que, como o grupo A e o grupo B apresentaram quadros de melhora da dor, ambos os grupos demonstraram diferenças estatísticas significantes, sendo o grupo A nos quesitos durante a noite e ao acordar, e o grupo B houve melhora em todos os itens. A qualidade do sono e a dor impactam diretamente na qualidade de vida, sendo possível, dessa maneira, observar que, diante do estudo de TAKIGUCHI (2008), a melhora desses dois fatores impactam de modo positivo nos valores de QIF, reduzindo, assim, as consequências da fibromialgia nos pacientes.

A efetuação do cálculo do espaço amostral no estudo de TAKIGUCHI (2008) não foi realizada, fazendo, assim, com que não se possa afirmar se um número superior de voluntários ocasionaria desfechos mais precisos em relação à efetividade do tratamento da acupuntura na melhora dos sintomas relacionados à fibromialgia.

CONCLUSÃO

O ensaio clínico randomizado de STIVAL (2014) demonstrou que apesar da melhora dos dois grupos, os voluntários que receberam a acupuntura verdadeira tiveram uma melhora estatisticamente significativa quando comparado ao grupo controle. Já o ensaio de TAKIGUCHI (2008) mostrou uma maior diferença

estatística em relação à melhora na dor, limiar de dor e no sono, apesar de todos os grupos apresentarem melhoras.

Dessa forma, é possível perceber uma relação estatisticamente positiva entre a acupuntura e a melhora da dor na fibromialgia. A qualidade do sono e a dor impactam diretamente a qualidade de vida dos pacientes e a acupuntura pode ser de grande ajuda para a ascensão do quadro clínico e redução das consequências da fibromialgia nos enfermos em relação aos que não fazem o uso dessa técnica chinesa. Porém, mais ensaios clínicos randomizados devem ser feitos para que se comprove sua eficácia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AHLES TA, Yunus MB, Masi AT. Is chronic pain a variant of depressive disease? The case of primary fibromyalgia syndrome. *Pain* 29: 105-11, 1987. Acesso em 15/04/2021. Disponível em:

<
https://journals.lww.com/pain/Abstract/1987/04000/Is_chronic_pain_a_variant_of_depressive_disease_.10.aspx>.

CHONGUO, T. Tratado de medicina chinesa. 1. ed. São Paulo: Roca, 1993

DEARE JC, Zheng Z, Xue CCL, Liu JP, Shang J, Scott SW, Littlejohn G. Acupuncture for treating fibromyalgia. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2013, Issue 5. Art. No.: CD007070. DOI: 10.1002/14651858.CD007070.pub2.

Acesso em: 15/04/2021. Disponível em:

<
<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/do>

- i/10.1002/14651858.CD007070.pub2/full >.
- FORSETH KO, Gran JT. The prevalence of fibromyalgia among aged 20-49 years in Arendal, Norway. *Scand J Rheumatol* 1992; 21:74-8. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3109/03009749209095071> >.
- GANONG LH. Integrative review of nursing research. *Res Nursing Health*. 1987 Feb; 10(1):1-11. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/nur.4770100103> >.
- HEYMANN, Roberto E. *et al.* Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. *Revista Brasileira de Reumatologia*. Volume 57, Supplement 2, 2017, Pages 467-476. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2255502117300482?via%3Dihub> >.
- MENDES KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto Contexto Enferm*. 2008; 17(4):758-64. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072008000400018&lng=pt&tlng=pt >.
- MENEZES CRO, Moreira ACP, Brandão WB. Base neurofisiológica para compreensão da dor crônica através da Acupuntura. *Rev Dor*. 2010;11(2):161-8. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < <http://files.physis4.webnode.com/200000031-cf50dd04e8/Dor%20Cr%C3%B4nica%20e%20Analgesia%20pela%20Acupuntura.pdf> >
- RICHARDSON WS, WILSON MC, NISHIKAWA J, et al. The well-built clinical question: a key to evidence-based decisions. *ACP Journal Club*. 1995 Nov-Dec; 123:12. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < <https://www.acpjournals.org/doi/10.7326/ACPJC-1995-123-3-A12> >.
- Hyde BM, Goldstein J, Levine P, editors. *The clinical and scientific basis of myalgic encephalomyelitis/ chronic fatigue syndrome*. Ottawa: Nightingale Research Foundation; 1992. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < <http://orthomolecular.org/library/jom/1993/pdf/1993-v08n03-p185.pdf> >.
- SANTOS, Cristina Mamédio da Costa; PIMENTA, Cibele Andruccioli de Mattos; NOBRE, Moacyr Roberto Cuce. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 15, n. 3, p. 508-511, June 2007. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: < http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692007000300023&lng=en&nrm=iso >.
- Sociedade Brasileira de Reumatologia. *Fibromialgia*. São Paulo - SP.
- SPROTT H, Franke S, Kluge H, Heig G. Pain Treatment of Fibromyalgia by Acupuncture. *Rheumatol Int*. 1998;18(1):35-36. Acesso em:

15/04/2021. Disponível em: <
<https://link.springer.com/article/10.1007%2Fs002960050051> >.

STIVAL RSM, CAVALHEIRO PR, STASIAK CES, et al. Acupuntura na Fibromialgia: um estudo randomizado-controlado abordando a resposta imediata da dor. Rev. Brasileira de Reumatologia, Ponta Grossa, v. 54, n.6, p. 431-436, 2014. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: <
<https://www.scielo.br/pdf/rbr/v54n6/0482-5004-rbr-54-06-0431.pdf> >.

TAKIGUCHI RS, FUKUHARA VS, SAUER JF, et al. Efeito da acupuntura na

melhora da dor, sono e qualidade de vida em pacientes fibromiálgicos: estudo preliminar. Rev. Fisioterapia e Pesquisa, São Paulo, v. 15, n. 3, p. 280-284, 2008. Acesso em: 15/04/2021. Disponível em: <
<https://www.scielo.br/pdf/fp/v15n3/11.pdf> >.

IMAMURA, ST. Eletroacupuntura Ryodoraku. São Paulo: Sarvier. Associação Paulista de Medicina (APM); 1996 p. 25-41.

YAMAMURA, Ysao. Acupuntura Tradicional. A Arte de Inserir. São Paulo: Roca 2001