



CENTRO UNIVERSITÁRIO DOS GUARARAPES

ÂNIMA EDUCAÇÃO

ESCOLA DE SAÚDE E BEM-ESTAR

CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA

BEATRIZ REIS DE ALMEIDA SEIXAS

**O BENEFÍCIO DA ACUPUNTURA COMO RECURSO FISIOTERAPÊUTICO
NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM DORES CRÔNICAS: REVISÃO DE
LITERATURA**

Jaboatão dos Guararapes

2022

BEATRIZ REIS DE ALMEIDA SEIXAS

**O BENEFÍCIO DA ACUPUNTURA COMO RECURSO FISIOTERAPÊUTICO
NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM DORES CRÔNICAS: REVISÃO DE
LITERATURA**

Trabalho de conclusão de curso apresentado ao
Curso de Fisioterapia, Centro Universitário dos
Guararapes, Ânima educação, como requisito
parcial para a obtenção do título de graduado em
bacharelado em Fisioterapia.

Orientadora: Prof.^a Catarina Freitas

Jaboatão dos Guararapes

2022

BEATRIZ REIS DE ALMEIDA SEIXAS

**O BENEFÍCIO DA ACUPUNTURA COMO RECURSO FISIOTERAPÊUTICO
NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM DORES CRÔNICAS: REVISÃO DE
LITERATURA**

Este Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado adequado à obtenção do título de Bacharel e aprovado em sua forma final pelo Curso de Fisioterapia do Centro Universitário dos Guararapes, Ânima Educação.

Jaboatão dos Guararapes, 16 de dezembro de 2022.

BANCA EXAMINADORA

Prof^a. e orientadora Catarina Fernandes de Freitas
Centro Universitário dos Guararapes

Prof. Antonio Guilherme Rocha Guimarães
Centro Universitário dos Guararapes

Prof. Diego Rodrigues da Silva
Centro Universitário dos Guararapes

Prof^a. Walquiria Aparecida Sousa Gomes
Centro Universitário dos Guararapes

RESUMO

As dores crônicas tratam-se de um mal comum na vida das pessoas, são dores persistentes que podem vir a durar meses, ou até anos, tratam-se de dores que podem vir a ser causadas tanto por inflamações como disfunções dos nervos. Como uma forma de trabalho além das terapias medicamentosas a acupuntura vem como um tratamento alternativo buscando tratar de forma que não seja necessário o uso de farmacológicos. Dando ênfase em uma forma alternativa para ser composta nos tratamentos das dores crônicas. Este estudo teve como objetivo avaliar os benefícios da acupuntura em pacientes com dores crônicas. Ao fazer a análise de artigos com base no scielo, considerando os requisitos de serem entre os anos de 2012 - 2022, artigos e editoriais, foram encontrados no teor acupuntura 494 dos mesmos, sendo posteriormente aprovados somente 7, na base de pesquisas das dores crônicas foram encontrados 966, no qual 7 passaram pelos critérios e nas modalidades de fisioterapia encontraram-se 318 com somente 2 sendo aprovados. Verificou-se então que o emprego da acupuntura é altamente recomendável por estudos e organizações de saúde em todo mundo.

Palavras-chave: Acupuntura. Modalidades de Fisioterapia. Dor crônica.

ABSTRACT

Chronic pain is a common affliction in people's lives, it is persistent pain that can last for months or even years, it is pain that can be caused by both inflammation and nerve dysfunction. As a form of work in addition to drug therapies, acupuncture comes as an alternative treatment seeking to treat in a way that the use of pharmacological drugs is not necessary. Emphasizing an alternative way to be composed in the treatment of chronic pain. This study aimed to evaluate the benefits of acupuncture in patients with chronic pain. When analyzing articles based on scielo, considering the requirements of being between the years 2012 - 2022, articles and editorials, 494 of them were found in the acupuncture content, being later approved only 7, in the chronic pain research base 966 were found, in which 7 passed the criteria and in the physiotherapy modalities 318 were found with only 2 being approved. It was then found that the use of acupuncture is highly recommended by studies and health organizations around the world.

Keywords: Acupuncture. Physical Therapy Modalities. Chronic Pain.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	6
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	7
2.1 FISIOTERAPIA NAS DORES CRÔNICAS.....	8
2.2- A MEDICINA TRADICIONAL CHINESA NO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO DE DORES CRÔNICAS.....	9
2.3- ACUPUNTURA E SUAS TÉCNICAS PARA ALÍVIOS DAS DORES CRÔNICAS...	10
3 METODOLOGIA.....	13
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	14
5 CONCLUSÃO.....	20
REFERÊNCIAS	21

1 INTRODUÇÃO

A dor crônica tem elevada prevalência na população geral e provoca danos à qualidade de vida, afetando aspectos físicos, emocionais, cognitivos e sociais, além de acarretar custos elevados à sociedade. Em relação às opções de tratamento para a dor crônica, normalmente são realizadas abordagens com associação das terapias farmacológicas e não farmacológicas, nas quais atuam podendo contribuir para o sucesso do tratamento. Segundo estudos que testaram programas de manejo da dor crônica com equipes interprofissionais utilizaram diferentes componentes: exercícios de flexibilidade, alongamentos, estratégias educativas e técnicas de relaxamento, reduzindo significativamente a intensidade da dor, os sintomas depressivos, o estresse e a ansiedade (ALI, 2022).

Diante disso, deve-se destacar que a Dor Crônica, é compreendida como condição que envolve sofrimento e interfere nas atividades diárias, sendo normalmente acompanhada por angústia, entre outros sinais e sintomas. A mesma pode estar vinculada a uma condição primária ou secundária. A Síndrome da Dor Crônica Primária é entendida como dor persistente por três meses a um ano, associada à angústia emocional significativa, em que os sintomas não estejam mais bem relacionados a outros diagnósticos. Já a Síndrome da Dor Crônica Secundária é aquela na qual sua extensão pode vir a ocorrer entre 1 ano ou mais, sendo compatível com doenças mais específicas (MIOTTO, 2022).

Entre os tratamentos disponíveis, as terapias alternativas e complementares são muito utilizadas. Os efeitos adversos dos medicamentos e sua indisponibilidade, principalmente nos países em desenvolvimento, são alguns dos motivos para a escolha de outras formas de tratamento para a dor (MALTA, 2022).

Com isso, a Acupuntura tem se mostrado eficaz como coanalgésico pela capacidade de diminuir a quantidade de fármacos utilizados para o controle da dor e raramente ser contraindicada, ressaltando que a PNPIC foi aprovada no Sistema Único de Saúde (SUS) pela portaria 971/2006 do MS, a prática de acupuntura pode ser realizada por profissionais de saúde que tenham realizado o curso de especialização (MARTINS, 2017).

Indicada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) a acupuntura representa uma opção terapêutica, podendo ser usada de forma isolada ou integrada com outros recursos terapêuticos. Conforme as pesquisas feitas em diversos trabalhos publicados, a Acupuntura tem apresentado um efeito positivo e potente no tratamento da dor. Sendo um grande fator aliado com respostas positivas na sua aceitação vinda do ocidente. Além do alívio da dor, a

Acupuntura é comumente utilizada na Medicina Chinesa (MC) para tratar diversas patologias (GÁLVEZ-SÁNCHEZ, 2020).

Os estudos realizados com intuito de comprovar os benefícios da acupuntura no tratamento de dores são caracterizados em sua grande maioria por artigos de intuito com a classificação e comparação entre os estudos já existentes. Neste sentido, o objetivo do trabalho é reunir dados existentes na literatura para compreender e elucidar os benefícios da acupuntura no tratamento da dor.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A dor crônica é uma das queixas mais comuns no mundo, tendo uma prevalência global na população adulta de 37% na meia idade e atingindo mais mulheres do que homens, pois trata-se de uma prolongação de dor no qual o paciente relata. Em um estudo realizado pela UFSC em 2015, no qual a partir das pesquisas feitas, puderam ser obtidos os dados nos quais mostram uma prevalência global com base na utilização da dor crônica, dentro do estudo, um de seus achados mais frequentes foi a lombalgia, na qual foi atestada como um limitante de atividade com média de 7,3%, o que significa que 540 milhões de pessoas foram afetadas. Onde nos tempos atuais a dor lombar crônica é considerada a causa número um em incapacidade no mundo e com isso afastamentos de trabalho (DESCONSI, 2019).

No Brasil, dados da Pesquisa Nacional de Saúde de 2013 revelam a prevalência de 18,5% de queixas relacionadas a problemas crônicos. Segundo os dados da pesquisa por estado, o Rio Grande do Sul foi o que apresentou proporcionalmente mais casos de dores crônicas, com um limiar maior sendo este a região da coluna, com uma média de 22% da população. Dentre os respondentes que possuíam problema crônico, 17,1% referiram grau intenso ou muito intenso de limitações nas atividades habituais devido a essa queixa (FERREIRA, 2022).

Estas dores compreendem cerca de 150 condições diferentes, das quais osteoartrite de quadril e joelho, artrite reumatoide, lombalgia e cervicalgia e gota representam cerca de 75% do total, e todas apresentam a dor e suas consequências limitantes como um fator comum. A carga global (ou impacto) da dor relacionada às condições é o segundo entre os mais incapacitantes, perdendo apenas para os transtornos mentais, de acordo com o Global Burden of Disease (GBD). As dores crônicas acarretam com elas um desaceleramento significativo, especialmente quando se trata de adultos mais velhos, resultando em baixos níveis de atividade física, diminuição da mobilidade, depressão, comprometimento cognitivo, quedas e piora da qualidade do sono (LOPES, 2018).

Um dos fatores de recomendação para um determinado alívio nestas dores, são as aplicações de técnicas que consigam amenizar as dores do corpo, um destes tratamentos vem com base nas Medicinas Tradicionais Chinesas, que vem se aplicando na área de saúde desde a época de suas aprovações pelo mundo, uma destas técnicas que possui um grande destaque é a acupuntura, servindo como um pilar, pois trata de um desenvolvimento a partir da observação dos fenômenos que ocorrem na natureza, um sistema que apresenta o corpo humano como um todo e como uma parte da natureza, que se baseia na estimulação com agulhas de pontos

específicos definidos na anatomia humana, tratando assim de dores tanto corporais físicas como experiências emocionais e sensoriais (VERA, 2013; MYLENA, 2021).

2.1 FISIOTERAPIA NAS DORES CRÔNICAS

A dor crônica provoca, com frequência, sinais vegetativos, que se desenvolvem gradualmente. A dor constante e persistente pode causar depressão e ansiedade e interferir em quase todas as atividades. Os pacientes podem se tornar inativos, socialmente afastados e preocupados com a saúde física. O prejuízo psicológico e social pode ser grave, causando ausência de função na prática. Deve-se avaliar a etiologia da dor crônica adequadamente e caracterizá-la para, se possível, chegar a um diagnóstico. No entanto, uma vez realizada a avaliação completa. A melhor conduta é concentrar-se no alívio da dor e na restauração da função (MIOTTO, 2022).

Com o sentido nas dores crônicas de ordem mecânica pode vir a existir sua mitigação com técnicas de fisioterapia. O tratamento se fundamenta na avaliação da eficiência dos movimentos e exercícios para ganho de mobilidade e estabilidade que geram alívio da dor, tratando diretamente as causas do problema (PINTO, 2014).

O tratamento das dores crônicas por meio da fisioterapia tem por objetivo o reequilíbrio de todos os grupos musculares, melhorando os ajustes posturais estáticos e dinâmicos com foco na abordagem global, por meio das técnicas apropriadas para o mesmo, como alongamentos, realizar pequenos ajustes diários com base em praticar regularmente exercícios indicados pelo fisioterapeuta, para manter e auxiliar na força muscular (PEREIRA, 2012).

Se faz necessária uma avaliação por um fisioterapeuta, terapeuta ocupacional e avaliação psiquiátrica formal, onde o alívio da dor e a melhora funcional são improváveis se os transtornos psiquiátricos concomitantes não forem tratados. Dado isto, na adequação do tratamento destas dores, são comumente utilizados fármacos analgésicos, assim como muitos pacientes se beneficiam de fisioterapia. As técnicas spray-and-stretch uma técnica de alongamento pode aliviar os pontos-gatilho miofasciais, também como a estimulação nervosa elétrica transcutânea (ENET) pode vir a ser utilizada em baixa corrente em uma oscilação de baixa frequência para ajudar a tratar a dor. Outra forma de tratamento vem das Técnicas de medicina integrativa e muitas vezes podem ser usadas para tratar a dor crônica. Estas técnicas incluem acupuntura, técnicas mente-corpo, como yoga, técnicas envolvendo manipulação, terapias corporais e terapias energéticas (LOPES, 2018, BORINI, 2021).

2.2 MEDICINA TRADICIONAL CHINESA NO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO DE DORES CRÔNICAS

De acordo com as pesquisas, a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) trata-se de um conjunto de técnicas terapêuticas milenares chinesas que promovem a Saúde Integral do Indivíduo. Alguns exemplos das mesmas são: Acupuntura, Massagem, Auriculoterapia, Reflexologia Podal, Fitoterapia, Moxabustão, Tai Chi Chuan e Dietoterapia Chinesa. Segundo a crença popular, as mesmas surgiram há 5 mil anos. Entretanto, evidências arqueológicas registram seu estabelecimento, em torno do ano 2.000 a.C, às margens dos rios Amarelo e Azul, no noroeste da China (GÁLVEZ-SÁNCHEZ, 2020).

A MTC começou a ser introduzida há cerca de um século no Brasil e neste tempo foi conquistando a população, por causa dos resultados positivos, com baixo custo e de fácil implementação. Trazendo consigo um novo olhar para tratamentos, nos quais seriam o de equilibrar e tratar a pessoa de forma holística, ou seja, cuidar do todo em si, para obter saúde em cada parte do corpo. Trazendo consigo um olhar totalizante descrito como: Proteger, Prevenir, Recuperar e Reabilitar (DIAS, 2012).

Um conciliamento ocorre com a aplicação de técnicas de MTC, tendo como primórdio a acupuntura, em seus tratamentos fisioterapêuticos, por tratar-se da técnica mais bem vista e conhecida, onde através de seus conjuntos de manuseios os profissionais tendem a avaliar o conjunto mente e corpo de pacientes, utilizando de como procedimentos diagnósticos, na anamnese integrativa, palpação do pulso, inspeção da língua e da face (MOURA, 2019).

2.3 ACUPUNTURA E SUAS TÉCNICAS PARA ALÍVIOS DAS DORES CRÔNICAS

A acupuntura trata-se de uma terapia na medicina tradicional chinesa, sendo um dos componentes mais amplamente aceitos das terapias integrativas no mundo ocidental. Acredita-se que estimulando esses pontos específicos do corpo, há um redirecionamento do fluxo do qi (força vital universal) ao longo das vias de energia (meridianos) e, assim, um restabelecimento do equilíbrio do corpo. Tratando-se de um procedimento não doloroso, mas que, porém, pode vir a causar uma sensação de formigamento. Potencializando o estímulo girando, aquecendo ou manipulando a agulha de outros modos (MARTINS, 2017).

Os pontos de acupuntura também podem ser estimulados por: Pressão (chamada acupressão), Laser (também chamado laserterapia de baixa intensidade) e uma corrente elétrica de voltagem muito baixa (eletroacupuntura) aplicada na agulha, na qual os acupontos em que serão aplicados são definidos como um ponto da pele de sensibilidade espontânea ao estímulo e à resistência elétrica reduzida. Possui em si um diâmetro de 0,1 a 5cm (LOPES, 2018).

A utilização da acupuntura no tratamento da dor ocorre através do estímulo no corpo causado pelas agulhas, fazendo que as substâncias responsáveis pela sensação de bem-estar, como endorfina e serotonina sejam liberadas, restabelecendo o equilíbrio e o funcionamento do corpo. A mesma, porém, não visa tratar apenas o local lesionado ou aos agentes agressores, mas busca principalmente estimular os mecanismos de compensação, agindo no Sistema Nervoso Central (SNC) para restabelecer o equilíbrio do corpo como um todo (PEREIRA, 2012).

Além disso, esta estimulação pode alterar a circulação sanguínea e favorecer o relaxamento da musculatura, bem como diminuir a inflamação e a dor. Onde os prováveis receptores dos acupontos seriam os plexos nervosos, elementos vasculares e feixes musculares. Nesses acupontos também foram observadas funções específicas de mastócitos e células nervosas, sendo que após a estimulação desses pontos através de agulha também foi observado a degranulação de mastócitos. Estes mastócitos estão associados às reações de hipersensibilidade imediata, inflamação e doenças parasitárias. Ainda contando com a descoberta de que é possível reduzir os sinais de dor oriundos do mesmo local quando há estimulação dos receptores táteis periféricos das fibras sensoriais, salientando que este mecanismo acompanhado da estimulação do sistema de analgesia são os possíveis fundamentos da acupuntura (CONTATORE, 2021).

Em regiões em que a acupuntura está mais integrada à cultura, particularmente na China, estudos publicados sobre acupuntura são mais abundantes e de escopo mais amplo. Deve-se interpretar os resultados que mostram eficácia à luz do fato de que as intervenções incluem o esquema completo da medicina tradicional chinesa do qual a acupuntura é apenas um componente (GOMES, 2012). Os efeitos adversos da acupuntura são difíceis de quantificar e, embora os tratamentos sejam geralmente seguros, a habilidade e o cuidado variam entre os profissionais. Uma revisão sistemática de 2013 dos raros efeitos adversos (1,3 por 1.000 tratamentos) depois da acupuntura incluiu, que podem vir a ocorrer casos de infecção, Paralisia do nervo periférico e Tamponamento cardíaco, porém embora alguns desses efeitos adversos sejam graves, 95% do total de efeitos adversos relatados causara pouco ou nenhum dano (MOURA, 2019).

3 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão literária com base em pesquisas científicas na língua portuguesa e inglesa sobre os benefícios da utilização da acupuntura como tratamento fisioterapêutico em pacientes com dores crônicas, realizado no município de Jaboatão dos

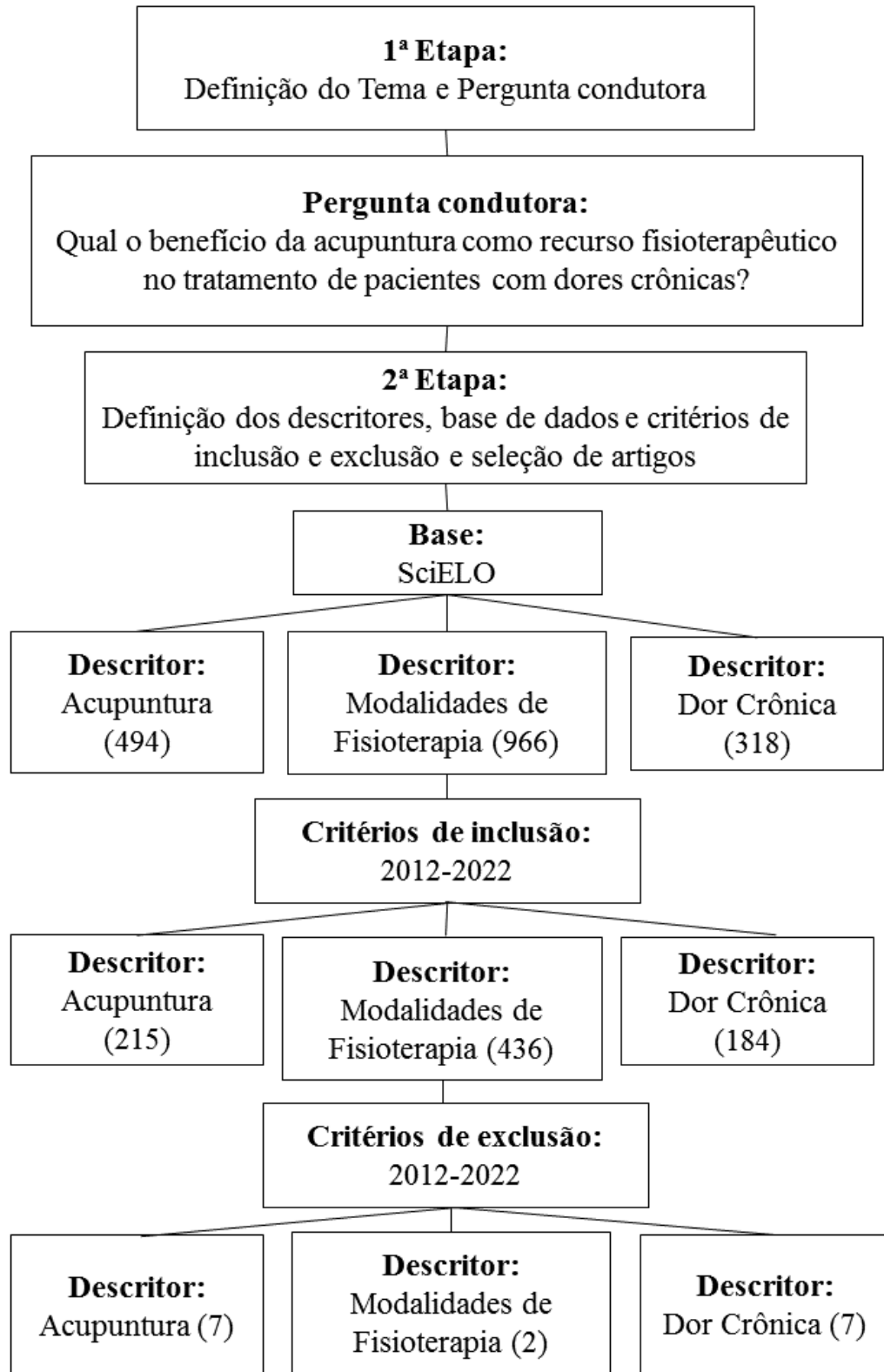
Guararapes, entre o período de agosto a dezembro de 2022, no Centro Universitário dos Guararapes - UNIFG.

A base de dados eletrônica utilizada fora: Scientific Electronic Library Online (SCIELO). Para o processo de busca dos trabalhos científicos, foram selecionadas as seguintes palavras-chave: Acupuntura, Modalidades de Fisioterapia e Dor Crônica no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Com base no objetivo proposto para a elaboração deste estudo acadêmico, optou-se pelos critérios de inclusão e exclusão das elaborações científicas, a partir da base de dados, análise e categorização dos estudos encontrados e por fim os resultados e as discussões dos achados.

Como critério de inclusão foi determinado por artigos publicados no intervalo entre 2012 a 2022 e como critério de exclusão artigos que não correspondem ao assunto pesquisado.

A amostra desta revisão constou em suas pesquisas: Ao pesquisar Acupuntura no Scielo, foram adquiridos 494 resultados, analisados posteriormente com uma pesquisa ampla baseada nas categorias de: serem dentre 2012 a 2022, serem artigos e editoriais, para uma redução de 215, no qual somente 7 foram aprovados pelo critério de avaliação para contexto da revisão, embasando títulos e conteúdos apresentados e aprovados, Ao pesquisar dor crônica no Scielo, 966 resultados foram encontrados, porém ao incluir algumas especificações como artigo e editoriais em análises sobraram somente 436, nas quais foram escolhidas 7 com base nos critérios de avaliação dos mesmos, Em modalidades da fisioterapia foram encontrados no Scielo, 318 resultados, e com base nos requisitos desejados, essa quantia fora reduzida para 184, com uma aprovação de 2, seguindo as questões pré-estabelecidas. Foram selecionados um total de 16 artigos científicos.

Figura 1- Fluxogramados artigos científicos identificados na base de dados com aplicação dos critérios de exclusão e inclusão.



4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

As informações apresentadas nos 16 artigos selecionados nesta revisão integrativa da literatura, estão apresentadas no Quadro 1 abaixo, demonstrando os seguintes tópicos: título dos artigos, autor/ano, objetivo e resultados. O quadro 1 apresenta as especificações de cada artigo.

Quadro 1 - Caracterização dos estudos selecionados por título dos artigos, autores, objetivos e conclusão.

TÍTULO/AUTOR/ ANO DE PUBLICAÇÃO	OBJETIVO	AMOSTRAGEM	RESULTADOS
Efeitos da acupuntura no tratamento de dor lombar em gestantes. (MARTINS, 2017)	Avaliar os efeitos da acupuntura no tratamento da dor lombar em gestantes no segundo e terceiro trimestre de gravidez.	180 mulheres analisadas.	Redução da dor e melhora do sono
Dor crônica, ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de enfermagem em tempos de pandemia. (MIOTTO et.al., 2022)	Identificar as manifestações de DC, ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de Enfermagem	167 estudantes com somente 119 com amostras efetivas, correspondendo a 71,3%.	Redução da dor, da fadiga, de sintomas de ansiedade e tensão; e melhora da qualidade do sono
Brief interprofessional intervention for chronic pain management. (ALI et al., 2022)	Testar os efeitos de uma breve intervenção interprofissional na crença de autoeficácia, intensidade da dor, incapacidade, fadiga e sintomas depressivos em pessoas com dor crônica	25 pessoas com dor crônica	O grupo intervenção apresentou maior redução da dor ($p = 0,001$), da insônia ($p = 0,018$) e melhor satisfação com a vida ($p = 0,007$) quando comparado ao grupo-controle

Impacto de um programa de educação continuada na qualidade assistencial oferecida pela fisioterapia em terapia intensiva. (PINTO et al., 2014)	Avaliar o impacto da implantação de protocolos assistenciais e treinamento profissional, no processo de melhoria da qualidade	89 pacientes, 48 na fase pré-intervenção 41 na fase pós-intervenção.	Redução de dores, melhoras no estilo de vida e melhora do sono
Tratamento de pacientes com dor lombar crônica inespecífica por fisioterapeutas: um estudo transversal. (DESCONSI, et al., 2019)	Descrever atitudes e crenças dos fisioterapeutas que atuam pelo SUS no atendimento de pacientes com DLCI e identificar a relação entre suas características demográficas e profissionais e as orientações de tratamento da DLCI.	57 fisioterapeutas atuantes em serviços de saúde.	Redução da dor e melhora do sono
Suffered life, hard life: adverse experiences in childhood of people with chronic musculoskeletal pain. (BORINI et al., 2021)	Analisar as experiências adversas vividas na infância por pessoas com dor musculoesquelética crônica, sob a ótica da psicossomática psicanalítica.	22 pessoas convidadas.	Redução da dor; e do uso de medicamentos para alívio da dor no grupo-intervenção (73,9%) comparado ao controle (41,2%)
Acupuntura em adolescentes com fibromialgia juvenil. (DIAS et al., 2012)	Descrever a utilização da acupuntura em adolescentes com fibromialgia juvenil.	Análise de 791 prontuários e fichas de avaliação em acupuntura,.	Redução da dor ($p < 0,001$)
Acupuntura no manuseio da dor orofacial e do tinido: Relato de caso. (VERA et al., 2013)	Relatar o caso de uma paciente com dor orofacial e tinido tratada com acupuntura e seus resultados após o tratamento.	Paciente do sexo feminino, 32 anos.	Redução da dor maior no grupo intervenção quando comparado ao controle ($p = 0,032$)
Influence of acupuncture on the pain perception threshold of muscles	Evaluate the immediate and delayed PPT after the ACP stimulus in	47 mulheres saudáveis, com idades entre 18 e 55 anos.	Redução maior da dor crônica, melhoras de ADM

submitted to repetitive strain. (LOPES et al., 2018)	a single application in healthy, sedentary subjects, subjected to repetitive efforts.		
Effects of auricular acupuncture on chronic pain in people with back musculoskeletal disorders: a randomized clinical trial. (MOURA et al., 2019)	Avaliar o PPT imediato e tardio após o estímulo ACP em uma única aplicação em indivíduos saudáveis, sedentários, submetidos a esforços repetitivos.	Avaliação em 535 pessoas.	Redução maior da dor crônica cervical e do uso de medicamentos; melhora na qualidade do sono e bem-estar psicológico no grupo intervenção, quando comparado ao controle ($p < 0,05$)
Autocuidado autorreferido: contribuições da Medicina Clássica Chinesa para a Atenção Primária à Saúde. (CONTATORE al., 2021)	Debater o potencial do autocuidado desenvolvido via Medicina Clássica Chinesa.	Foram avaliados 20 casos.	Melhoras de entendimento da área com avaliações para melhora de condições de autocuidado e qualidade de vida
Dor crônica na coluna entre adultos brasileiros: dados da Pesquisa Nacional de Saúde 2019. (MALTA et al., 2022)	Contribuir para o avanço no conhecimento do panorama da DCC e auxiliar na elaboração de ações específicas que controlem os fatores associados a esse problema.	A amostra final foi de 94.114 domicílios com a realização de entrevista e taxa de resposta de 93,6%.	Houve redução na intensidade da dor no grupo-intervenção e placebo entre a avaliação inicial e final ($p < 0,05$), e no grupo intervenção entre a avaliação inicial e follow-up ($p < 0,05$)
Musculoskeletal pain, multimorbidity and associated factors in individuals followed at a physiotherapy service: cross-sectional observational study. (FERREIRA, A. F. et al. 2022)	Determinar a frequência de DME e multimorbidade, principais sintomas e limitações em pacientes internados no serviço de fisioterapia.	62 pacientes avaliados, 89% sendo mulheres.	Redução da dor ($p < 0,001$)
Tratamento fisioterapêutico após reconstrução do	Identificar e analisar o conteúdo de artigos	Constituído de 237 estudos.	ção da dor, ora na qualidade de vida

ligamento cruzado anterior. PEREIRA, M. et al. / 2012	científicos publicados que verifiquem a evolução na recuperação funcional de indivíduos submetidos à reconstrução do LCA com enxerto BTB ou FSSG e que comparem se há diferença na reabilitação entre as duas técnicas.		
Diagnostic criteria for fibromyalgia: Critical review and future perspectives (GÁLVEZ-SÁNCHEZ; REYES, 2020)	Os critérios diagnósticos são de importância primordial para melhorar a pesquisa da SFM e a compreensão da doença.	Critérios diagnósticos baseados nas revisões de 1990 e 2010 da Escala Polissintomática de Angústia e do Questionário FMS Survey.	Redução de quadros de apresentados em 78% das análises.
A acupuntura na terapia complementar no tratamento de fibromialgia. (MYLENA et al., 2021)	Discutir sobre as potencialidades de utilização da acupuntura, na proposta de prática integrativa e complementar em saúde, para pacientes com fibromialgia no que diz respeito a minimização arcabouço teórico, assim como para o mapeamento dos acupontos apresentados pelos artigos, houve consulta integral a atlas e obras específicas de acupuntura.	Comparativo dentre 10 avaliações sobre acupuntura, nos anos de 2014 a 2018.	Melhora na qualidade de sono, redução no ponto de dor.

Tratamento do estresse psicológico pela acupuntura, avaliado pela eletromiografia do músculo trapézio. (GOMES et al., 2012)	Propor um tratamento alternativo para o estresse psicológico, por meio da acupuntura.	10 indivíduos para o grupo controle (GC), 10 para o grupo estressado (GE).	Os valores de RMS, estatisticamente significativos ($p < 0,01$).
---	---	--	--

Fonte: A autora, 2022.

Após a análise dos nossos resultados nesse estudo, houve a proposta precursora do tema proposto de benefícios da acupuntura em dores crônicas, podendo-se perceber com os estudos citados no quadro 1, através das estatísticas significativas quanto à melhora da dor e da qualidade de vida dos indivíduos acometidos.

Mylena e colaboradores (2021) observaram que o tratamento da dor com acupuntura, além de proporcionar melhora do quadro algico e da qualidade do sono, melhora significativamente a qualidade de vida, a rigidez, o cansaço e a depressão no perfil de pacientes.

Dias e colaboradores (2012) realizaram um estudo de seis sessões de acupuntura com pacientes que apresentavam o diagnóstico de fibromialgia. Ao final do estudo os autores chegaram à conclusão de que a acupuntura mostrou uma melhora reduzida referente ao quadro algico, porém se tornou eficaz no tratamento quanto aos sintomas de ansiedade e a fadiga.

Em seus estudos Contatore (2021) retrata que a técnica de acupuntura sugere que para a punção da agulha a localização dos acupontos não é significante, sendo evidenciada a diminuição dos sintomas mesmo que a punção nos locais que não são dolorosos nem pertencentes a um meridiano de acupuntura. Além disto, de acordo com a MTC, o indivíduo deve ser considerado único, com suas especificidades e peculiaridades, o que irá influenciar na escolha dos acupontos.

Há estudos que relatam que a acupuntura após realizar a liberação de endorfinas e encefalinas melhora o quadro algico (GÁLVEZ-SÁNCHEZ; REYES, 2020). Porém existem outros estudos que relatam que a acupuntura bloqueia a aferência dolorosa através de duas formas, sendo a primeira por inibição de neurônios transmissores da dor e o segundo por aferência nociceptiva pela ativação de sistemas supressores da algia (BAI et. al.; 2014).

Acordando com o estudo realizado por Lopes e colaboradores (2018), a técnica de acupuntura para tratamento das dores crônicas, proporciona resultados significativos na melhora do quadro algico e da qualidade de vida dos indivíduos acometidos pelas mesmas.

Avaliados nos estudos de Gomes e colaboradores (2012) evidenciaram que a acupuntura foi eficaz quando comparada aos cuidados de rotina, com base nos cuidados ao estresse psicológico. No estudo de Maestu (2013) relataram que ambos tratamentos anestésicos e a acupuntura obtiveram eficácia no alívio da dor, e estresse, porém a acupuntura foi superior nos efeitos imediatos, se tornando um tratamento mais útil.

5 CONCLUSÃO

A elaboração desse estudo justifica-se pela necessidade de ampliar o conhecimento sobre a acupuntura e seus métodos no tratamento de dores crônicas. Através da análise de artigos voltados para um complemento de ambos os assuntos, levando ao resultado por meio destes poucos artigos selecionados sobre o tema, verificou-se que os recursos aplicados podem ser uma opção segura e favorável na busca da melhora das dores crônicas. Utilizando-se de um rigor metodológico e grupo controle para aferir com maior propriedade os efeitos das técnicas propostas pela acupuntura.

REFERÊNCIAS

- ALI YCMM, Gouvêa AL, Oliveira MS, Martini S, Ashmawi HA, Salvetti MG. Brief interprofessional intervention for chronic pain management. **Rev Esc Enferm USP**. 2022.
- BAI, L. et al. Neural specificity of acupuncture stimulation at pericardium 6: evidence from an fMRI study. **J Magn Reson Imaging: JMRI**. v. 32, p. 1-17, 2014.
- BORINI, C. H. et al. Suffered life, hard life: adverse experiences in childhood of people with chronic musculoskeletal pain. **Rev. Gaúcha Enferm**. v. 42, p. 1-10, 2021.
- CONTATORE, O. A. et al. Autocuidado autorreferido: contribuições da Medicina Clássica Chinesa para a Atenção Primária à Saúde. **Interface (Botucatu)**. v. 25, p. 1-16, 2021.
- DESCONSI, M. B. et al. Tratamento de pacientes com dor lombar crônica inespecífica por fisioterapeutas: um estudo transversal. **Fisioter. Pesqui**. p. 1-7, 2019.
- DIAS, M. H. P. et al. Acupuntura em adolescentes com fibromialgia juvenil. **Rev. paul. pediatr**. v. 30, p. 1-7, 2012.
- FERREIRA, A. F. et al. Musculoskeletal pain, multimorbidity and associated factors in individuals followed at a physiotherapy service: cross-sectional observational study. **BrJP**. v. 5, p. 1-6, 2022.
- GÁLVEZ-SÁNCHEZ, C. M. A, REYES, G. A. Diagnostic criteria for fibromyalgia: Critical review and future perspectives. **J Clin Med**. v. 9, p. 1-16, 2020.
- GOMES, A. V. B. T. et al. Tratamento do estresse psicológico pela acupuntura, avaliado pela eletromiografia do músculo trapézio. **Rev. dor**. v.13, p. 1-5, 2012.
- LOPES, S. S, MOTA, M. P. G. Influence of acupuncture on the pain perception threshold of muscles submitted to repetitive strain. **BrJP**. v. 1, p. 1-5, 2018.
- MALTA, D. C. et al. Dor crônica na coluna entre adultos brasileiros: dados da Pesquisa Nacional de Saúde 2019. **Rev. bras. epidemiol**. v. 25, p. 1-7, 2022.
- Maestu, C. et al. Increased brain responses during subjectively-matched mechanical pain stimulation in fibromyalgia patients as evidenced. **Clin. Neurophysiol**. v. 4, p. 1-30, 2013.
- MARTINS, E. S. Efeitos da acupuntura no tratamento de dor lombar em gestantes. **Rev Esc Enferm USP**. v. 52, p. 1-9, 2018.
- MIOTTO, L. P. et al. Dor crônica, ansiedade e sintomas depressivos em estudantes de enfermagem em tempos de pandemia. **Esc. Anna. Nery**. 26(spe), e20210351, p. 1-9, 2022.
- MOURA, C. C. et al. Effects of auricular acupuncture on chronic pain in people with back musculoskeletal disorders: a randomized clinical trial. **Rev. esc. enferm USP**. v. 53, p. 1-9, 2019.

MYLENA, S. S. et al. A acupuntura na terapia complementar no tratamento de fibromialgia. **Arquivos do Mudi**. v. 264, p. 1-15, 2021.

PEREIRA, M. et al. Tratamento fisioterapêutico após reconstrução do ligamento cruzado anterior. **Acta ortop. bras.** v. 20, p. 1-4, 2012.

PINTO, W. A. M. et al. Impacto de um programa de educação continuada na qualidade assistencial oferecida pela fisioterapia em terapia intensiva. **Rev Bras Ter Intensiva**. v. 24, p. 1-6, 2014.

VERA, R. M. L. T. et al. Acupuntura no manuseio da dor orofacial e do tinido: Relato de caso. **Rev. dor**. v. 14, p. 1-5, 2013.