

UNIVERSIDADE SANTO AMARO

Curso de Fisioterapia

Eduardo Shinji Nara

**O TRATAMENTO DE ACUPUNTURA NA LOMBALGIA:
Revisão de literatura**

**São Paulo
2022**

Eduardo Shinji Nara

**O TRATAMENTO DE ACUPUNTURA NA LOMBALGIA:
Revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso,
apresentado ao Curso de Fisioterapia da
Universidade Santo Amaro - UNISA, como
requisito parcial para obtenção do título de
Bacharel em Fisioterapia.

Orientador: Prof.º Me. Cassiano Sandrini
coorientador: Jhefferson Miranda Alves

**São Paulo
2022**

N177t Nara, Eduardo Shinji.

O tratamento de acupuntura na lombalgia / Eduardo Shinji Nara.
— São Paulo, 2022.

28 p.: il., P&B.

Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Fisioterapia)
— Universidade Santo Amaro, 2022.

Orientador: Prof. Me. Cassiano Sandrini.

1. Dor lombar. 2. Lombalgia. 3. Terapia por acupuntura. I.
Sandrini, Cassiano, orient. II. Universidade Santo Amaro. III. Título.

Eduardo Shinji Nara

**O TRATAMENTO DE ACUPUNTURA NA LOMBALGIA:
Revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Fisioterapia da Universidade Santo Amaro – UNISA, como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

Data de Aprovação: _05_/_12_/_2022__



Dr. Cassiano Sandrini
Fisioterapeuta
CREFITO 36666-F

Profº Me Cassiano Sandrini
(Orientador)



Dr. Jhefferson Miranda Alves
(Coorientador)

NOTA: __9.0__

RESUMO

Introdução: A acupuntura é uma prática originária da China, a palavra deriva do latim "acus" (agulha) e "punctio" (punção). Trata-se de uma tecnologia de intervenção em saúde, inserida na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), um sistema médico complexo, que aborda de modo integral e dinâmico o processo saúde-doença no ser humano, podendo ser usada isolada ou de forma integrada com outros recursos terapêuticos. Essa técnica se vale de um conjunto de procedimentos geralmente invasivos, aplicados com base nos conceitos da MTC, que permitem o estímulo preciso de locais anatômicos definidos por meio da inserção de agulhas metálicas filiformes para a promoção da saúde. A acupuntura vem tendo a sua eficácia comprovada por meio de trabalhos científicos, envolvendo os sistemas, e baseia-se na estimulação de determinados pontos do corpo por meio de uma agulha e, onde sua popularidade conservou-se através dos tempos devido a simplicidade de sua teoria e aplicação. A dor lombar constitui uma causa frequente de morbidade e incapacidade, definida como aquela que ocorre no dorso, no espaço entre as margens inferiores dos gradis costais e as pregas glúteas inferiores, estima-se que apenas 15% das lombalgias e lombociatalgias, se encontra uma causa específica, se tornando então uma das principais causas de incapacidade para o trabalho. A acupuntura tem a finalidade de tratar doenças e de promover o bem-estar geral, contribuindo com a homeostase do indivíduo. **Objetivo:** Verificar os resultados descritos na literatura sobre a efetividade do uso de acupuntura em pacientes que sofrem de lombalgia. **Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura, com embasamento em materiais publicados sobre os benefícios que o tratamento de acupuntura traz aos pacientes que sofrem de lombalgia, tendo como benefício permitir a síntese de estudos publicados o que possibilitou maior entendimento e conclusão sobre o objeto do estudo, a busca foi realizada em livros, artigos científicos, publicações periódicas e materiais disponíveis na internet nos seguintes bancos de dados: biblioteca virtual UNISA, MEDLINE, PEDro, LILACS, BVS e SciELO. **Resultados:** Após a coleta de dados e seleção criteriosa foram incluídos 10 artigos na íntegra para esta revisão com ano de 2010-2022. As evidências mostram que os artigos obtiveram resultados significativos que demonstram o efeito da acupuntura na dor lombar. **Conclusão:** Os artigos incluídos no presente estudo indicam que a Acupuntura é um recurso eficaz e uma terapia complementar, acessível, de baixo custo, que contribui de forma significativa na redução da dor lombar em pacientes.

Palavras chaves: Lombalgia; Dor lombar; Terapia por Acupuntura; Medicina Integrativa.

ABSTRACT

Introduction: Acupuncture is a practice originating in China, the word derives from the Latin "acus" (needle) and "punctio" (puncture). It is a health intervention technology, inserted in Traditional Chinese Medicine (TCM), a complex medical system that comprehensively and dynamically addresses the health-disease process in human beings, and can be used alone or in an integrated way with other therapeutic resources. This technique uses a set of generally invasive procedures, applied based on TCM concepts, which allow the precise stimulation of defined anatomical sites through the insertion of filiform metallic needles for health promotion. Acupuncture has been proven to be effective through scientific work involving systems and is based on the stimulation of certain points of the body by means of a needle and, where its popularity has been preserved through the ages due to the simplicity of its theory and application. Low back pain is a frequent cause of morbidity and disability, defined as that which occurs on the back, in the space between the lower margins of the rib cage and the lower gluteal folds, it is estimated that only 15% of low back pain and lumbosciatic pain are specific cause, thus becoming one of the main causes of incapacity for work. Acupuncture aims to treat diseases and promote general well-being, contributing to the individual's homeostasis. **Objective:** To verify the results described in the literature on the effectiveness of the use of acupuncture in patients suffering from low back pain. **Methods:** This is a literature review, based on published materials on the benefits that acupuncture treatment brings to patients suffering from low back pain, with the benefit of allowing the synthesis of published studies, which allowed greater understanding and conclusion about the object of the study, the search was carried out in books, scientific articles, periodicals and materials available on the internet in the following databases: UNISA, MEDLINE, PEDro, LILACS, VHL and SciELO virtual library. **Results:** After data collection and careful selection, 10 articles were included in full for this review with the year 2010-2022. Evidence shows that the articles obtained significant results demonstrating the effect of acupuncture on low back pain. **Conclusion:** The articles included in the present study indicate that Acupuncture is an effective resource and a complementary, accessible, low-cost therapy that significantly contributes to the reduction of low back pain in patients.

Key words: Low back pain; Backache; Acupuncture Therapy; Integrative Medicine.

LISTA DE ABREVIATURAS

EA	Eletroacupuntura
BVS	Biblioteca Virtual em Saúde
GC	Grupo Controle
LILACS	Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde
MA	Acupuntura Manual
MC	Medicina Complementar
MEDLINE	Medical Literature Analysis and Retrieval System Online
MS	Ministério da Saúde
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
OMS	Organização Mundial da Saúde
PEDro	Physiotherapy Evidence Database
PubMed	PubMed Central
Qi	Energia Vital
SCIELO	Scientific Eletronic Library Online
SUS	Sistema Único de Saúde
UNISA	Universidade Santo Amaro

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	20
2. JUSTIFICATIVA.....	23
3. OBJETIVOS.....	24
3.1 Objetivo Geral:	24
3.2 Objetivos Específicos:	24
4. MÉTODOS.....	25
4.1 Tipo de estudo	25
4.2 Critérios de Inclusão.....	25
4.3 Critérios de Exclusão	25
5. RESULTADOS	26
Tabela 1.....	27
Tabela 2.....	28
Tabela 3.....	29
Tabela 4.....	30
6. DISCUSSÃO.....	31
7. CONCLUSÃO	34
REFERÊNCIAS.....	35

1. INTRODUÇÃO

A acupuntura é uma prática originária da China, a palavra deriva do latim "acus" (agulha) e "punctio" (punção)¹. Trata-se de uma tecnologia de intervenção em saúde, inserida na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), um sistema médico complexo, que aborda de modo integral e dinâmico o processo saúde-doença no ser humano, podendo ser usada isolada ou de forma integrada com outros recursos terapêuticos¹⁻².

Essa técnica se vale de um conjunto de procedimentos geralmente invasivos, aplicados com base nos conceitos da MTC, que permitem o estímulo preciso de locais anatômicos definidos por meio da inserção de agulhas metálicas filiformes para a promoção da saúde²⁻³.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) denomina como Medicina Tradicional e Complementar (MT/MC) e, no Brasil, recebe a denominação de Práticas Integrativas e Complementares, compreendendo uma complexa variedade de sistemas médicos e de recursos terapêuticos que buscam estimular os mecanismos naturais de promoção da saúde por meio de tecnologias eficazes e seguras⁴.

O consenso do National Institute of Health norte-americano, confirmou a relação da efetividade da acupuntura como método de tratamento de forma isolada ou coadjuvante em várias doenças e agravos a saúde⁴.

Segundo a OMS, levando em consideração as condições clínicas, a acupuntura é indicada para o tratamento de diversas doenças agudas e crônicas, com eficácia para todas as faixas etárias e para todos os níveis de atenção à saúde, abrangendo desordens do sistema respiratório, digestivo e nervoso⁵.

A acupuntura apresenta eficácia comprovada por meio de trabalhos científicos, indexados e publicados em bases de dados, contendo referências a diversos quadros nosológicos, envolvendo os sistemas, e baseia-se na estimulação de determinados pontos do corpo por meio de uma agulha e, juntamente com a moxaterapia, a fitoterapia, a dietética e os exercícios físicos como o Tai Chi Chuan, faz parte da terapêutica da MTC, onde sua popularidade

conservou-se através dos tempos devido a simplicidade de sua teoria e aplicação⁶.

A dor lombar constitui uma causa frequente de morbidade e incapacidade, definida como aquela que ocorre no dorso, no espaço entre as margens inferiores dos gradis costais e as pregas glúteas inferiores, estima-se que apenas 15% das lombalgias e lombociatalgias, se encontra uma causa específica, se tornando então uma das principais causas de incapacidade para o trabalho⁷.

As dores lombares podem ser primárias ou secundárias, com ou sem envolvimento neurológico, por outro lado, afecções localizadas neste segmento, em estruturas adjacentes ou mesmo à distância, de natureza a mais diversa, como congênitas, neoplásicas, inflamatórias, infecciosas, metabólicas, traumáticas, degenerativas e funcionais, podem provocar dor lombar⁸.

A dor lombar tem como origem principal a coluna lombar, uma estrutura muito complexa, que envolve as vértebras, discos intervertebrais, articulações, tendões, músculos regionais, vasos sanguíneos, raízes e nervos periféricos, medula espinhal, cauda equina e meninges, e cada uma dessas estruturas, em grau variável, pode gerar dor⁹.

Além disso, órgãos abdominais, como rins, pâncreas, colos ou a aorta, e estruturas pélvicas podem também causar dor que eventualmente se refere para a região lombar⁹.

Com o passar dos anos, a literatura e estudos, mostraram um corpo de evidência da MTC no tratamento diversas doenças, mas destaca-se pelos efeitos analgésicos imediatos da acupuntura no tratamento da dor¹⁰.

Dentre os protocolos mundialmente reconhecidos para o tratamento da lombalgia, o European Guidelines for the Management of Chronic Low Back Pain reconhece a acupuntura como um método efetivo há mais de uma década, além da efetividade da acupuntura no tratamento da lombalgia, demonstra baixa probabilidade de efeitos adversos e os baixos custos desse método¹¹⁻¹²⁻¹³.

A lombalgia afeta diretamente a qualidade de vida do indivíduo e o absenteísmo no trabalho um fenômeno muito comum entre trabalhadores,

apesar de ser frequentemente tratada farmacologicamente, terapias complementares têm sido associadas aos protocolos de tratamento de lombalgia e aos programas de reabilitação, sendo a acupuntura uma das técnicas mais reconhecidas cientificamente para o alívio da dor lombar¹⁴.

Sobre as causas e sobre a incidência mundial de lombalgia, estudos mostrou que nos últimos dez anos, a prevalência da doença aumentou 18%, ocasionando enormes gastos aos sistemas de saúde¹⁴.

A acupuntura representa um conjunto de conhecimentos da MTC que visa ao tratamento e à cura das doenças por meio da aplicação das agulhas em pontos específicos, denominados pontos de acupuntura, com a finalidade de tratar doenças e de promover o bem-estar geral, contribuindo com a homeostase do indivíduo¹⁵.

O tratamento pela acupuntura visa à manutenção do fluxo harmonioso do Qi e, assim, traz a saúde para os organismos. Nos meridianos, está localizada a maioria dos pontos de acupuntura, os quais são, tradicionalmente, os locais de introdução das agulhas¹⁵⁻¹⁶⁻¹⁷.

Cada vez mais a acupuntura vem sendo empregada com sucesso no tratamento de vários distúrbios dolorosos. De acordo com a filosofia chinesa, a doença e a dor ocorrem devido a um desequilíbrio entre o Yin e o Yang. Acredita-se que acupuntura atue diretamente na restauração desse equilíbrio, influenciando também na energia vital (Qi)¹⁷⁻¹⁸.

2. JUSTIFICATIVA

A lombalgia é uma patologia que está atingindo cada vez mais as pessoas no mundo, estimativas precisas de prevalência são necessárias para apresentar o panorama de desenvolvimento da dor lombar, visto que ela é responsável por grandes índices de incapacidade e faltas ao trabalho, gerando um alto custo para a sociedade e para os sistemas de saúde nos países desenvolvidos.

Diante disso, a importância da contribuição do tratamento de pacientes buscando compreender mais sobre a dor lombar e como administrá-la, e conhecer os fatores envolvidos na etiologia da doença, se tratando de um importante problema de Saúde Pública Mundial, impactando diretamente na qualidade e vida dos doentes.

Portanto é imprescindível avaliar na literatura, descrever e identificar evidências científicas do quão importante é a intervenção através da Medicina Tradicional Chinesa em pacientes com lombalgia visto que existem poucos estudos avaliando a eficácia, envolvendo novas estratégias e avaliando o efeito de tratamento da acupuntura afim de buscar um melhor prognóstico para essas pacientes.

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo Geral:

Evidenciar os efeitos da acupuntura no tratamento da lombalgia.

3.2 Objetivos Específicos:

Verificar na literatura os resultados do tratamento de acupuntura em pacientes diagnosticados com lombalgia.

4. MÉTODOS

4.1 Tipo de estudo

O presente estudo trata de uma revisão de literatura científica na modalidade denominada integrativa, realizada por meio de uma pesquisa bibliográfica. A escolha desse método oportuniza um embasamento científico que permitiu, através das pesquisas realizadas, compreender e verificar a eficácia da acupuntura como tratamento na lombalgia, tendo como benefício permitir a síntese de estudos publicados o que possibilitou maior entendimento e conclusão sobre o objeto do estudo.

Para o desenvolvimento da pesquisa e melhor compreensão do tema, esta revisão de literatura foi elaborada a partir dos registros, análise e organização dos dados bibliográficos e acervos literários, instrumentos que permitiram uma maior compreensão e interpretação crítica das fontes obtidas. A pesquisa foi elaborada com embasamento em materiais publicados sobre o tema: livros, artigos científicos, publicações periódicas e materiais disponíveis na internet nos seguintes bancos de dados: biblioteca virtual Universidade Santo Amaro - UNISA, MEDLINE, PEDro, LILACS, BVS, SciELO, PubMed, utilizando as palavras-chaves: Lombalgia; Terapia por Acupuntura; Medicina Integrativa.

Valendo-se dos seguintes operadores booleanos: *“and”*, *“or”*, *“not”*. Assim, considerando estudos observacionais, retrospectivos, estudos experimentais e de análise crítica da literatura. A organização do material foi realizada seguindo as etapas e procedimentos do cronograma, iniciada com a identificação preliminar da bibliografia, interpretação, análise e síntese do material.

4.2 Critérios de Inclusão

Este estudo contempla artigos cujo ano de publicação estejam período de 2010 a 2022, nos idiomas português, inglês e espanhol.

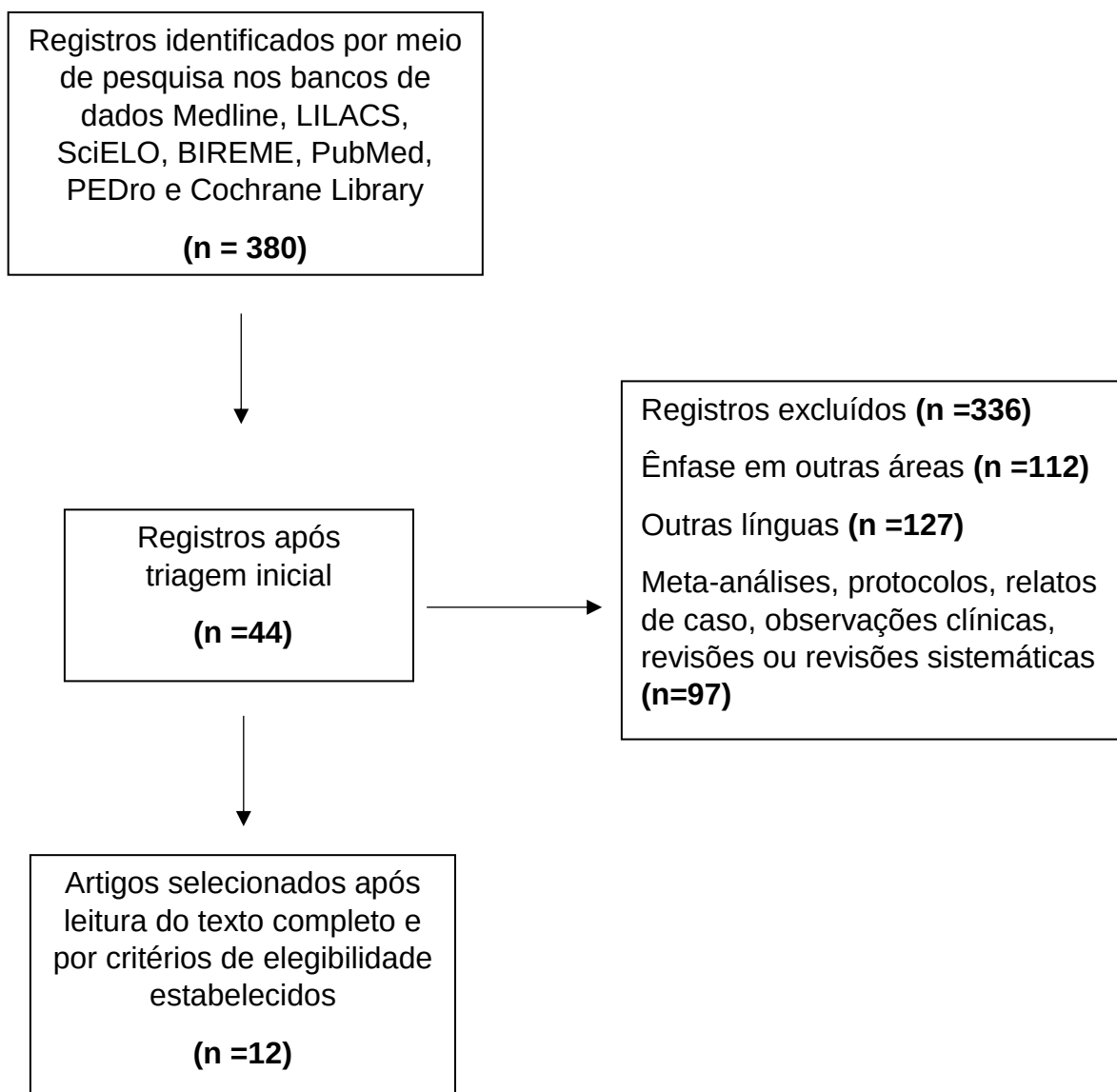
4.3 Critérios de Exclusão

Foram excluídos monografias e trabalhos de conclusão de curso, além dos que estavam fora do período determinado na pesquisa e com acesso restrito.

5. RESULTADOS

A pesquisa identificou 380 referências de possível elegibilidade quando realizada a busca com os descritores anteriormente citados. A triagem inicial excluiu 336 registros após realizar filtragem de critérios não aplicáveis, restando apenas 44 para leitura de título e resumo. Após a leitura do texto completo foi realizada revisão dos critérios de elegibilidade que resultou na seleção final de 12 – (ensaios clínicos). A pesquisa é visualizada no fluxograma (figura 1).

Figura 1 – Fluxograma de Pesquisa



Fonte: O autor (2022)

Tabela 1 - Resultados para estudos realizados em pacientes com lombalgia submetidos ao tratamento de acupuntura.

Autor/Ano	Objetivo	Métodos	Conclusão
Namiranian et al., 2022	Comparar os efeitos da massagem Fateh com os da acupuntura e fisioterapia no alívio da dor e incapacidade na lombalgia crônica.	84 pacientes com lombalgia crônica foram categorizados em grupos que receberam massagem Fateh, acupuntura ou fisioterapia. Cada grupo incluiu 28 pacientes aleatoriamente designados que completaram 10 sessões de terapia. Os escores da escala visual analógica (VAS) e os escores de deficiência de Roland-Morris foram avaliados no início, após a intervenção e quatro semanas depois. Os achados foram analisados com o software SPSS.	Os efeitos da massagem Fateh foram comparáveis aos da acupuntura e fisioterapia na redução da dor e incapacidade em pacientes com lombalgia.
Castro et al., 2022	Investigar os efeitos da acupuntura auricular combinada com a ventosaterapia na interferência da dor nas atividades diárias e na qualidade de vida de adultos com dor crônica nas costas.	Um ensaio clínico aberto, randomizado e controlado por grupos paralelos. 198 adultos foram randomizados em grupos controle (GC - acupuntura auricular) ou experimental (GE - acupuntura auricular combinada com ventosaterapia). As intervenções foram realizadas em 5 sessões, 1x/semana, com duração de 5 semanas. As avaliações foram realizadas antes da primeira sessão, após a última sessão e 7 dias após a segunda avaliação, utilizando-se o Brief Pain Inventory para avaliar o impacto da dor nas atividades diárias e o World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF) para avaliar a qualidade de vida.	A acupuntura auricular combinada com a ventosaterapia apresentou melhor resultados em termos de percepção de qualidade de vida e satisfação com a saúde quando comparada à acupuntura auricular isolada.
Minakawa et al., 2022	Examinar a eficácia do exercício combinado com acupuntura de ponto gatilho comparado ao exercício sozinho para pacientes idosos com dor lombar crônica, o sintoma subjetivo mais comum relatado por idosos de ambos os sexos no Japão.	Estudo controlado randomizado de centro único realizado na Universidade Teikyo Heisei, 15 homens e mulheres com idade ≥ 65 anos com dor lombar por pelo menos 3 meses que preencheram os critérios de elegibilidade foram incluídos. Um grupo recebeu exercício e acupuntura de ponto-gatilho, enquanto o outro grupo recebeu apenas exercício por 3 meses. O desfecho principal, a intensidade da dor, foi medido usando a escala numérica de classificação. A melhora foi definida como uma diminuição na NRS de ≥ 2 ou menos que moderada ($NRS < 4$).	Comparado com o grupo exercício sozinho, o exercício + acupuntura de ponto-gatilho pode ser uma terapia mais eficaz para idosos com lombalgia que não têm hábito de exercício.

Fonte: O autor (2022)

Tabela 2 - Resultados para estudos realizados em pacientes com lombalgia submetidos ao tratamento de acupuntura.

Autor/Ano	Objetivo	Métodos	Conclusão
Carvalho et al., 2021	Esta pesquisa teve como objetivo geral analisar o efeito da terapêutica não farmacológica de acupuntura e eletroacupuntura para o controle da dor crônica, em usuários com diagnóstico médico de síndrome vertebral com irradiação.	Pesquisa realizada com dois momentos de avaliação antes e após sessões de terapêutica não farmacológica de acupuntura e eletroacupuntura. Utilizou-se um questionário com variáveis de caracterização sociodemográfica e clínica, o Brief Pain Inventory (BPI) e Short Form 6 Dimensions (SF-6D).	Concluiu que a terapêutica não farmacológica de acupuntura e eletroacupuntura em usuários com diagnóstico de síndrome vertebral com irradiação e dor crônica contribuiu para a diminuição da severidade da dor, da interferência da dor no funcionamento diário e melhoria da qualidade de vida relacionada com a saúde.
Skonnord et al., 2020	O objetivo deste estudo foi avaliar se uma única sessão de tratamento de acupuntura, quando aplicada em adição ao tratamento padrão para dor lombar aguda (ALBP), reduz o tempo de recuperação em comparação com o tratamento padrão sozinho.	Os participantes foram randomizados para o grupo controle (GC) ou o grupo acupuntura (GA) por software online. O GC recebeu tratamento padrão de acordo com as diretrizes norueguesas, enquanto o GA recebeu uma sessão de tratamento de acupuntura médica ocidental além do tratamento padrão. O estatístico estava cego para o status do grupo.	Não encontramos nenhuma redução estatisticamente significativa no tempo de recuperação após uma única sessão de acupuntura para ALBP em comparação com o tratamento padrão.
Navarro et al., 2020	O objetivo desta pesquisa é avaliar a eficácia da acupuntura e ventosaterapia no tratamento de pacientes com lombalgia aguda.	Foi realizado um ensaio clínico terapêutico randomizado de fase III nos pacientes atendidos no serviço de Medicina Natural e Tradicional da Sala de Reabilitação da Policlínica "Juan Manuel Páez Incauthi", Moa, Holguín, de julho a dezembro de 2017. O universo do estudo consistiu em 80 pacientes; a amostra foi selecionada aleatoriamente e foi composta por 60 pacientes. Dois grupos de estudo foram formados: o grupo I recebeu tratamento com acupuntura e o grupo II com ventosas. Ambos os grupos foram diagnosticados com síndrome Bi.	Verificou-se eficácia de 100% da terapia de acupuntura e da ventosa; isso resultou na melhora ou cura de pacientes com dor lombar aguda.

Fonte: O autor (2022)

Tabela 3 - Resultados para estudos realizados em pacientes com lombalgia submetidos ao tratamento de acupuntura.

Autor/Ano	Objetivo	Métodos	Conclusão
Arriaga et al., 2020	Avaliar os efeitos da eletroacupuntura (EA) utilizada para o controle da dor lombar na ativação do sistema nervoso simpático em um ensaio clínico randomizado controlado em atletas.	Foram estudados 2 grupos de atletas com dor lombar aguda ou crônica. EA, EA falso e tratamento farmacológico (sódio diclofenac) foram avaliados. As medidas de desfecho incluíram um escore de dor representado por uma escala analógica visual e níveis de soro de catecolaminas quantificadas por ensaio imunossorbente ligado à enzima. Além disso, o sangue foi coletado em tubos de heparina refrigerados, colocados em placas de cultura celular de 96 poços e incubados com um volume igual de meio do Roswell Park Memorial Institute, com lipopolissacarídeo sozinho ou com catecolaminas. Foram analisados os níveis de necrose tumoral nos sobrenantes.	A EA ativa o sistema nervoso simpático e induz a liberação de epinefrina, que poderia amenizar inflamação e proteger o tecido muscular, além de aliviar a dor.
Barth et al., 2021	Investigar se as expectativas de desfecho do tratamento e os efeitos colaterais adversos relatados poderiam ser afetados por diferentes conteúdos informativos antes de um tratamento mínimo de acupuntura em pacientes com dor lombar crônica (CLBP).	Os pacientes foram randomizados para receber um briefing de expectativa regular ou um briefing de alta expectativa (eficácia) e um briefing regular de efeito colateral adverso ou um intenso briefing de efeito colateral adverso (efeito colateral adverso) em um projeto fatorial de 2 × 2. A intervenção (sessões de briefing e materiais escritos) foi padronizada e entregue antes do tratamento de acupuntura, com e-mails informativos adicionais de reforço fornecidos durante o curso de acupuntura de 4 semanas e 8 sessões.	Os achados indicam que os briefings sobre os benefícios do tratamento (ou seja, placebo) quando se referem a um tratamento em cuidados de rotina podem não ser tão importante. No entanto, informações sobre efeitos colaterais adversos podem exigir mais pesquisas para entender as respostas Nocebo.
Comachio et al., 2020	Identificar a eficácia da eletroacupuntura (EA) e da acupuntura manual (MA) sobre dor e incapacidade em pacientes com baixa lombar crônica não específica.	Ensaio clínico randomizado controlado, 66 pacientes entre 20 e 60 anos de idade com dor crônica lombar crônica não específica experimentando dor lombar dura durando pelo menos os 3 meses anteriores e ≥3 pontos em uma escala analógica numérica de 10. Os pacientes diagnosticados com dor lombar receberam 12 sessões de MA ou EA. As medidas dos desfechos primários foram a intensidade da dor na Escala numérica de classificação e a incapacidade pelo Roland Morris Disability Questionnaire.	Concluíram que a EA não é superior ao tratamento de MA. Ambas as terapias apresentaram eficácia semelhante na redução da dor e da incapacidade para dor lombar crônica não específica.

Fonte: O autor (2022)

Tabela 4 - Resultados para estudos realizados em pacientes com lombalgia submetidos ao tratamento de acupuntura.

Autor/Ano	Objetivo	Métodos	Conclusão
Goo et al., 2022	Investigar a eficácia e segurança da acupuntura de incorporação de rosca (TEA) para Hérnia lombar intervertebral (HIVD) através de um estudo rigorosamente desenhado.	Estudo randomizado, cego para o avaliador e controlado por simulação. 70 pacientes com HIVD foram alocados aleatoriamente para os grupos TEA e TEA simulado (STEA) em uma proporção de 1:1. Ambos os grupos receberam tratamento com TEA ou STEA em 23 pontos de acupuntura uma vez por semana durante oito semanas. Alterações na dor lombar, dor irradiada, índice de incapacidade de Oswestry, questionário de incapacidade de Roland-Morris, EuroQol 5-Dimensions 5-Levels e efeito global percebido foram medidos na linha de base e em 4, 8, 12 e 16 semanas após a triagem e comparados entre os dois grupos.	A eletroacupuntura ativa o sistema nervoso simpático e induz a liberação de epinefrina, que poderia amenizar inflamação e proteger o tecido muscular, além de aliviar a dor.
Li et al., 2022	Investigar o efeito clínico do treinamento de estabilidade do core combinado com acupuntura no tratamento da dor lombar crônica inespecífica (DLC).	75 pacientes com DLC divididos aleatoriamente em grupo experimental (GE=38) e grupo controle (GC=37) de acordo com uma tabela de números aleatórios. Os pacientes do GC foram obrigados a realizar treinamento de estabilidade do núcleo, enquanto os do GE receberam treinamento de estabilidade do núcleo combinado com acupuntura com agulha de fogo, 1x a cada dois dias, 3x/semana, por quatro semanas sucessivas. O índice de incapacidade de Oswestry (ODI), escala visual analógica (VAS), índice de resistência muscular lombar, eficácia clínica, bem como a média eletromiográfica (AEMG), raiz quadrada média (RMS), frequência mediana (MF) e frequência mediana média (AMF) durante a contração do músculo multífido nos dois grupos antes e após o tratamento foram comparados.	O treinamento de estabilidade do core combinado com a acupuntura aumenta efetivamente a resistência muscular lombar, melhora os sinais eletromiográficos do músculo multífido e da função lombar e alivia a dor, implicando na boa eficácia dessa terapia combinada no tratamento da DLC
Sun et al., 2022	Comparar o efeito clínico entre a acupuntura craniana combinada com a terapia de exercícios e a acupuntura convencional para dor lombar inespecífica.	64 pacientes com dor lombar inespecífica, randomizados em um grupo de observação (GO) e um grupo controle (GC). No GC, a acupuntura convencional foi aplicada em Jiaji de L1 a L3, ponto ashi, Shenshu, Dachangshu, Yaoyangguan e Weizhong. O GO foi tratado com acupuntura craniana combinada com terapia de exercícios, acupuntura craniana foi aplicada na área sensorio-motora do pé no lado saudável e Cuanzhu, Tongziliau no lado afetado, e a terapia McKenzie foi realizada durante a retenção. As agulhas foram retidas por 40 min, 1x/dia, tratamento contínuo por 6 dias com intervalo de 1 dia, foram necessários 14 dias nos dois grupos. Antes e após o tratamento, a pontuação da escala analógica visual da dor (VAS), a pontuação do índice de incapacidade de Oswestry (ODI) e a temperatura da termografia infravermelha da área da dor na região lombar foram comparadas nos dois grupos.	A acupuntura craniana combinada com a terapia de exercícios pode aliviar a dor, melhorar a disfunção e aumentar a temperatura local da área da dor em pacientes com lombalgia inespecífica, e seu efeito curativo é melhor que a acupuntura convencional

Fonte: O autor (2022)

6. DISCUSSÃO

A acupuntura é uma opção de tratamento bem conhecida para o tratamento e a recuperação da dor lombar, mas as evidências de sua eficácia permanecem limitadas. Esta revisão foi realizada para determinar os efeitos da acupuntura em pacientes que sofrem de lombalgia, e descrever o quão eficaz é o tratamento e a melhora da qualidade de vida.

Os artigos coletados nesta revisão, em sua maioria, descrevem a eficácia da acupuntura como recurso para intervenção em pacientes com lombalgia a fim de buscar sempre a melhora da qualidade de vida desses portadores, variando nas formas de aplicação, grupo alvo das amostras, período de análise e duração das intervenções.

Um estudo de Namirania¹⁹ et al., (2022) evidenciaram que a acupuntura diminuiu a intensidade da dor quando associado aos exercícios propostos pela fisioterapia, e os efeitos da comparação entre as técnicas melhoraram significativamente a redução da dor e incapacidade em pacientes com lombalgia¹⁹.

A lombalgia é um grave problema de saúde que pode afligir qualquer pessoa em qualquer momento da vida; por isso, esforços são feitos para aumentar a reabilitação dos pacientes e sua reinserção social, um estudo de Castro²⁰ et al., (2022) chegaram à conclusão através de um estudo que investigou o efeito da acupuntura auricular combinada com a ventosaterapia na interferência da dor nas atividades diárias e na qualidade de vida de adultos com dor crônica nas costas. As duas técnicas combinadas apresentaram resultados melhores em termos de percepção de qualidade de vida e satisfação com a saúde quando comparada à acupuntura auricular isolada²⁰.

Navarro²¹ et al., (2020) também avaliaram a eficácia da acupuntura e ventosaterapia no tratamento de pacientes com lombalgia aguda, e os resultados foram semelhantes ao de Castro²⁰ et al., (2022), chegando a uma eficácia de 100% da terapia de acupuntura e da ventosa, que resultou na melhora ou cura de pacientes com dor lombar aguda²⁰⁻²¹.

A acupuntura do ponto de gatilho foi relatada para reduzir a dor musculoesquelética, Minakawa²² et al., (2022) desenvolveram um estudo controlado randomizado a fim de examinar a eficácia do exercício combinado com a acupuntura de ponto gatilho e ao exercício isolado em pacientes com dor lombar crônica, e chegaram à conclusão que o efeito da acupuntura de ponto gatilho, quando comparado ao exercício isolado, tem resultados positivos para melhora dos sintomas de pacientes com dor lombar²².

Carvalho²³ et al., (2021) desenvolveram um estudo que tinha como objetivo analisar o efeito da terapêutica não farmacológica de acupuntura e eletroacupuntura para o controle da dor crônica, em usuários com diagnóstico médico de síndrome vertebral com irradiação, e demonstraram que o tratamento foi eficaz e contribuiu para a diminuição da severidade da dor e consequente melhora a qualidade de vida relacionada com a saúde²³.

Skonnord²⁴ et al., (2020) avaliaram uma única sessão de acupuntura, quando aplicada em adição ao tratamento convencional para dor lombar aguda, a recuperação em comparação com o tratamento padrão sozinho não apresentou tempo reduzido, e não encontraram evidência de que em apenas uma sessão teria eficácia, e também não abordaram a melhora e alívio da dor imediata²⁴.

Evidências recentes mostraram que a eletroacupuntura ativa redes neuronais envolvidas na liberação de dopamina e norepinefrina que controlam a inflamação sistêmica, o estudo de Arriaga²⁵ et al., (2020) avaliou os efeitos da eletroacupuntura (EA) utilizada para o controle da dor lombar na ativação do sistema nervoso simpático em um ensaio clínico randomizado controlado em atletas, e concluiu que a EA ativa o sistema nervoso simpático e induz a liberação de epinefrina, que pode amenizar inflamação e proteger o tecido muscular, além de aliviar a dor²⁵.

Dor lombar é uma condição comum que pode ser efetivamente tratada pela acupuntura, no entanto, várias prescrições de pontos de tratamento e estimulação adicional de agulhas elétricas podem ser usados. Comachio³ et al., (2020) desenvolveram um estudo que verificou a eficácia da eletroacupuntura e da acupuntura manual sobre dor e incapacidade em pacientes com dor lombar crônica não específica e mostrou que a acupuntura manual ainda segue sendo o método

melhor para o tratamento, mas que ambas mostraram eficácia na redução da dor lombar³.

Assim os estudos de Comachio³ et al., (2020) e Arriaga²⁵ et al., (2020) corroboram, concluindo que eletrocunpuntura é eficaz na redução da dor lombar³⁻²⁵.

Barth²⁶ et al., (2021) investigaram se os efeitos colaterais adversos relatados poderiam ser afetados por diferentes conteúdos informativos antes de um tratamento mínimo de acupuntura em pacientes com dor lombar crônica, e demonstraram que os benefícios do tratamento de rotina podem não ser tão importante. No entanto, informações sobre efeitos colaterais e adversos podem exigir mais pesquisas para entender as respostas placebo²⁶.

Goo²⁷ et al., (2022) investigaram a eficácia e segurança da acupuntura de incorporação de rosca para hérnia lombar intervertebral, e os resultados mostraram tem uma melhor tendência em manter ou melhorar a dor irradiada, função, qualidade de vida mesmo após o término do tratamento, e que não foram encontrados eventos adversos para tal tratamento, visto que vários estudos mostraram que a acupuntura foi eficaz para melhora do quadro da dor²⁷.

Li²⁸ et al., (2022) em um estudo recente avaliaram o efeito clínico do treinamento de estabilidade do core combinado com acupuntura no tratamento da dor lombar crônica inespecífica. O resultado do treinamento combinado com a acupuntura demonstrou um aumento efetivo da resistência muscular lombar, melhora da função lombar e alívio da dor²⁸.

Sun²⁹ et al., (2022) em seu estudo compararam o efeito clínico entre a acupuntura craniana combinada com a terapia de exercícios e a acupuntura convencional para dor lombar inespecífica. Todas as intervenções obtiveram resultados significativos no grupo observação, apresentando melhora da dor, disfunção e aumento de temperatura no local da dor, aumentando seu efeito curativo²⁹.

7. CONCLUSÃO

Conclui-se que são várias as formas de tratamento para lombalgia dentro da Medicina Tradicional Chinesa, destacando, entre eles, a acupuntura, pelos benefícios que traz ao paciente por ser um método natural sem efeitos colaterais, além de proporcionar o alívio da dor e de outros sintomas, com a vantagem de ser, também, um tratamento de custo baixo.

Ademais, os estudos demonstraram que o tratamento com acupuntura é eficaz na melhora da dor do paciente com lombalgia, favorecendo-o nas realizações das atividades da vida diária e qualidade de vida, lembrando que a acupuntura é um tratamento complementar e multidisciplinar.

REFERÊNCIAS

1. Comachio, J.; Oliveira, M. M.; Nogueira B. T.; Vidal, R. L. A.; Peixoto, L. A. G.; Silva, A. P.; Ferreira, M. S. R.; Costa-Frutoso, J. R.; Santos, M. A. C.; Pasqual, M. A. Eficácia da acupuntura e eletroacupuntura em pacientes com dor lombar inespecífica: Protocolo de estudo para ensaio controlado randomizado. *Julgamentos*. 2015; 16:469.
2. Maciocia, G. Os Fundamentos da Medicina Chinesa. 3ª ed. Rio de Janeiro: Roca, 2017.
3. Comachio, J.; Oliveira, C. C.; Silva, I. F. R.; Magalhães, M. O.; Marques, A. P. Eficácia da acupuntura manual e elétrica para dor lombar crônica não específica: um ensaio controlado randomizado. *J Acupunct Meridian Stud*. 2020, Jun;13(3):87-93. Doi:10.1016/j-jams.2020.03.064. Epub 2020 Mar 26.
4. Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 971, de 03 de maio de 2006. Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Unico de Saúde. *Diário Oficial da União*, 04 de maio de 2006, Seção 1, p.20. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas Complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso. 2ª ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
5. WHO global report on traditional and complementary medicine 2019. Geneva: World Health Organization; 2019 (<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/312342/9789241515436-eng.pdf>, accessed 28 July 2020).
6. Gomes V.K; Becker S.G. Medicina tradicional chinesa: diferenciação de síndromes no diagnóstico de acidente vascular cerebral. *Revista on-line cientia Amazonia*, v. 8, n.3, CS1-CS9, 2019
7. Araújo. RT., Uso das técnicas de acupuntura para tratamento da dor lombar crônica não específica no Brasil: revisão integrativa da literatura. Universidade De São Paulo Escola De Enfermagem De Ribeirão Preto. Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Processo nº 88887.363857/2019-00. Ribeirão Preto - SP, 2021.
8. Robinson, J.P.; Apkarian, A.V. "Dor lombar". *Em: Mayer, E. A. & Bushnell, M. C. (Eds). Síndromes de dor funcional: apresentação e fisiopatologia*. IASP Press, pp.23-53. 2010.
9. Nascimento. PRC., Costa. LOP., Prevalência da dor lombar no Brasil: uma revisão sistemática. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, 31(6):1141-1155, jun, 2015.
10. Xiang, A.; Cheng, K.; Xueyong, S.; Ping, X.; Liu, S. The immediate analgesic effect of acupuncture for pain: a systematic review and meta-analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, v.2017, article ID 3837194, 13 p.
11. Delitto, A. et al. Low back pain clinical practice guidelines linked to the International Classification of Functioning, Disability, and Health from the Orthopaedic Section of the American Physical Therapy Association. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*. v.42, n.4, p.1-57; 2012.

12. Airaksinen, O. et al. Chapter 4 - European guidelines for the management of chronic nonspecific low back pain. *European Spine Journal*. v.15, S192-300; 2006.
13. Chou, R. et al. Diagnosis and treatment of low back pain: a joint clinical practice guideline from the American College of Physicians and the American Pain Society. *Annals of Internal Medicine*. v.147, n.7, p.478-91; 2007.
14. Lim, T.; Ma, Y.; Berger, F.; Litscher, G. Acupuncture and neural mechanism in the management of low back pain: an update. *Medicines*. v.5, n.63; 2018.
15. Faria, F. B. *Biotipologia*. 1ª ed. Goiânia: Ed. Kelps, 2017.
16. Fernandes, K. S.; Ribeiro, P. M.; Nascimento, M. C.; Terra, F. S. Use of Integrative and complementary health practices by professionals in pregnant women with low back pain: integrative review. *Br JP*, São Paulo: 2021; 1.
17. Graça, B. C.; Nascimento, V. F.; Felipe, R. N. R.; Andrade, A. C. S.; Atanaka, M.; Terças-Trettel, A. C. P. Uso da auriculoterapia no controle da lombalgia, ansiedade e estresse de profissionais do sistema penitenciário. *Br JP*. São Paulo, 2020 abr-jun;3(2):142-6.
18. Hou, P. W. et al. The history, mechanism, and clinical application of auricular therapy in traditional Chinese medicine. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2015:495684; 2015.
19. Namiranian, P., Karimi, M., Razavi, SZE., Garoos, AF., Ayati, MH., Comparison of an Iranian Traditional Massage (Fateh Method) with Physiotherapy and Acupuncture for Patients with Chronic Low Back Pain: a Randomized Controlled Trial. *J Acupunct Meridian Stud* 2022; 15(3): 163-173, doi.org/10.51507/j.jams.2022.15.3.163
20. Castro, MC., Lopes, CEC., ; Alves, ND., Hollanda, LD., Azevedo, C., Corrêa, HP., Pereira, GP., et al. Effect of Ear Acupuncture plus Dry Cupping on Activities and Quality of Life in the Adults with Chronic Back Pain: a Randomized Trial. *J Acupunct Meridian Stud* ; 15(2): 130-142, 2022 Apr 30.
21. Navarro Caboverde Yamila, Reyes Saname Félix Andrés, Salas Ferrer Hansel, Rodriguez Monges Nordis, Marzabal Yaquelin Legrá. Eficacia de la acupuntura y las ventosas en pacientes con sacrolumbalgia aguda. *Medicentro Electrónica* [Internet]. 2020 Jun [citado 2022 Sep 20]; 24(2):287-304. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000200287&lng=es. Epub 01-Abr-2020.
22. Minakawa, Y., Miyazaki, S., Waki, H., Yoshida, N., Iimura, K., Trigger Point Acupuncture and Exercise for Chronic Low Back Pain in Older Adult: a Preliminary Randomized Clinical Trial. *J Acupunct Meridian Stud* ; 15(2): 143-151, 2022 Apr 30.
23. Carvalho, EF., Brito DR., Barroso, IMARC., Monteiro, MJFSP., Rodrigues, VMCP. A utilização da acupuntura no controlo da dor crónica em usuários com síndrome vertebral com irradiação. *Sci. med. (Porto Alegre, Online)* ; 31(1): 39304, 2021.
24. Skonnord, T., Skjeie, H., Brekke, M., Kloving, A., Grotle, M., et al., Acupuntura para dor lombar aguda não específica: um estudo de intervenção randomizado, controlado e multicêntrico na prática geral - o estudo Acuback. *BMJ Open* ; 10(8): e034157, 2020 08 06.

25. Arriaga. PL., Gómez. JDC., Flores. MLA., Pérez. CY., Solórzano. MCJ., López. MC., et al. Low back pain in athletes can be controlled with acupuncture by a catecholaminergic pathway: clinical trial. *Acupunct Med*; 38(6): 388-395, 3030 12.
26. Barth J, Muff S, Kern A, Zieger A, Keiser S, Zoller M, Rosemann T, Brinkhaus B, Held L, Witt CM. Effect of Briefing on Acupuncture Treatment Outcome Expectations, Pain, and Adverse Side Effects Among Patients With Chronic Low Back Pain: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open*. 2021 Sep 1;4(9):e2121418. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2021.21418. PMID: 34505889; PMCID: PMC8433606.
27. Goo. B., Kim. JH., Kim. EJ., Lee. HJ., Kim. J., Nam. D., et al., Thread embedding acupuncture for herniated intervertebral disc of the lumbar spine: A multicenter, randomized, patient-assessor-blinded, controlled, parallel, clinical trial. *Complement Ther Clin Pract* ; 46: 101538, 2022 Feb.
28. Li. SK., Zhao. J., Cao. XW., Zhu. S., Liu, ZQ., Fan. YX., et al. Treinamento de estabilidade do core combinado com acupuntura no tratamento da dor lombar crônica inespecífica: um estudo prospectivo randomizado controlado. 47(2): 160-4, 2022 25 de fevereiro.
29. Sun. MM., Mao. X., Liu. JT., Lv. T., Zhu. PY., Zhongguo. ZJ., Acupuntura craniana combinada com terapia de exercícios para dor lombar inespecífica, um estudo controlado randomizado; 42(5): 511-4, 2022 12 de maio.