

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA

THAINÁ REGIANE MARTINS DE FREITAS

EFEITOS DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: uma
revisão integrativa

JUAZEIRO DO NORTE- CE
2024

THAINÁ REGIANE MARTINS DE FREITAS

**EFEITOS DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: Uma
revisão integrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção de nota para a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientador: Prof. Me. Ana Geórgia Bezerra

JUAZEIRO DO NORTE- CE
2024

THAINÁ REGIANE MARTINS DE FREITAS

EFEITOS DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: Uma
revisão integrativa

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Fisioterapia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção de nota para a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II.

Orientador: Prof. Me. Ana Geórgia Bezerra

Data da aprovação: 16/12/2024

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Professor(a). Ma. Ana Georgia Amaro Alencar Bezerra Matos

Membro: Professor(a) Ma. Francisca Alana de Lima Santos/ Unileão

Membro: Professor Romulo Bezerra de Oliveira Unileão

JUAZEIRO DO NORTE- CE
2024

EFEITOS DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: uma revisão integrativa

Thainá Regiane Martins de Freitas¹
Ana Georgia Amaro Alencar Bezerra Matos²

RESUMO

A fibromialgia é uma doença de dor crônica não inflamatória que lesiona principalmente o musculoesquelético causando: fadiga, insônia e alteração de humor. Existem várias formas de tratamento sendo medicamentoso ou alternativo desta feitas o trabalho se aterá ao tratamento alternativo da acupuntura. Evidenciar na literatura artigos que apontem os efeitos da acupuntura no tratamento da fibromialgia. Este trabalho caracteriza-se por uma revisão integrativas descritiva, onde os artigos selecionados foram consultados nas bases de dados no Pubmed e o condensador "Google acadêmico", com os seguintes descritores: Fibromialgia, acupuntura, dor crônica, adicionados ao termo booleano AND. A pesquisa temporal correspondeu ao período de fevereiro 2018 a dezembro de 2024, após critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 8 estudos, a seleção de estudos foi restrita a ensaios clínicos randomizados (ECR). Os resultados indicam que a acupuntura pode ser considerada uma intervenção eficaz e segura para o manejo da fibromialgia, especialmente como terapia complementar. Apesar das evidências positivas, foram observadas limitações, como a necessidade de mais estudos com metodologia rigorosa e amostras maiores para confirmar os efeitos terapêuticos a longo prazo. Conclui-se que a acupuntura é uma abordagem segura e potencialmente eficaz como terapia complementar no tratamento da fibromialgia, contribuindo para uma abordagem multidisciplinar centrada no paciente.

Palavras-chave: Fibromialgia; Dor crônica; Acupuntura.

1 INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma doença de manifestação dor crônica não inflamatória ou autoimune, caracterizada por apresentar sintomas como: a fadiga, insônia e alteração de humor, como ansiedade ou estresse. Afeta cerca de 2% a 4% da população, principalmente as mulheres e, quando associadas com outras doenças reumáticas, ocorre maior risco de adquirir (Chan, 2023).

O tratamento da fibromialgia é multiprofissional, associadas com muitas especialidades da área da saúde e a acupuntura vem ganhando destaque pela sua eficácia e seu baixo custo, diminuindo consideravelmente os sintomas da dor melhorando a realização das atividades de vida diária (Pereira *et al.*, 2021).

A acupuntura é uma técnica de intervenção originada da medicina tradicional chinesa (MTC),

¹ Discente; thainaregiane@gmail.com. Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – UNILEÃO

² Orientadora/Professora; e-mail: : anageorgia@leaosampaio.edu.br.r; Centro Universitário Dr. Leão Sampaio – UNILEÃO

que pode ser associada a vários procedimentos e que permitem o estímulo nos locais anatômicos abordando de modo integral e dinâmico no processo saúde-doença no ser humano, podendo ser usada isolada ou de forma integrada com outros recursos terapêuticos (Gov, 2020).

A prática da acupuntura promove alterações no organismo humano como a estimulação sensorial pelas agulhas através da: liberação de encefalinas, serotonina e endorfinas, gerando efeito no aumento do fluxo cerebral, promovendo o controle da dor (Brito *et al.*, 2021)

O uso dessa terapia pode abranger diversos profissionais e, o uso de suas competências regimentais e atribuições conferidas pela execução da prática medicina tradicional chinesa é regimentada pela Recomendação N° 20, de 12 de abril de 2019, do Conselho de Saúde, do Ministério da Saúde. Outras áreas podem habilitar e atuarem com acupuntura, mediante especialização e aperfeiçoamento como a Biologia, Fisioterapia, Biomedicina, Enfermagem e Farmácia (Brasil, 2019).

Tendo em vista as alterações enfrentadas pelo indivíduo com fibromialgia, assim como, os benefícios da acupuntura no organismo, surge o questionamento: quais os efeitos da acupuntura nos pacientes com fibromialgia?

É sabido que o uso da acupuntura em pacientes com fibromialgia, estimula liberação de endorfina trazendo resposta de analgesia. Dadas essas informações, justifica-se a necessidade de realizar trabalhos como esse enfatizando o uso da acupuntura fisioterapêutica, possibilitando a esses pacientes melhora do quadro algico e qualidade de vida.

Diante do exposto esta pesquisa objetiva evidenciar, através da literatura, quais os efeitos da acupuntura no tratamento da fibromialgia, elucidando os protocolos utilizados e efeitos imediatos constatados.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 METODOLOGIA

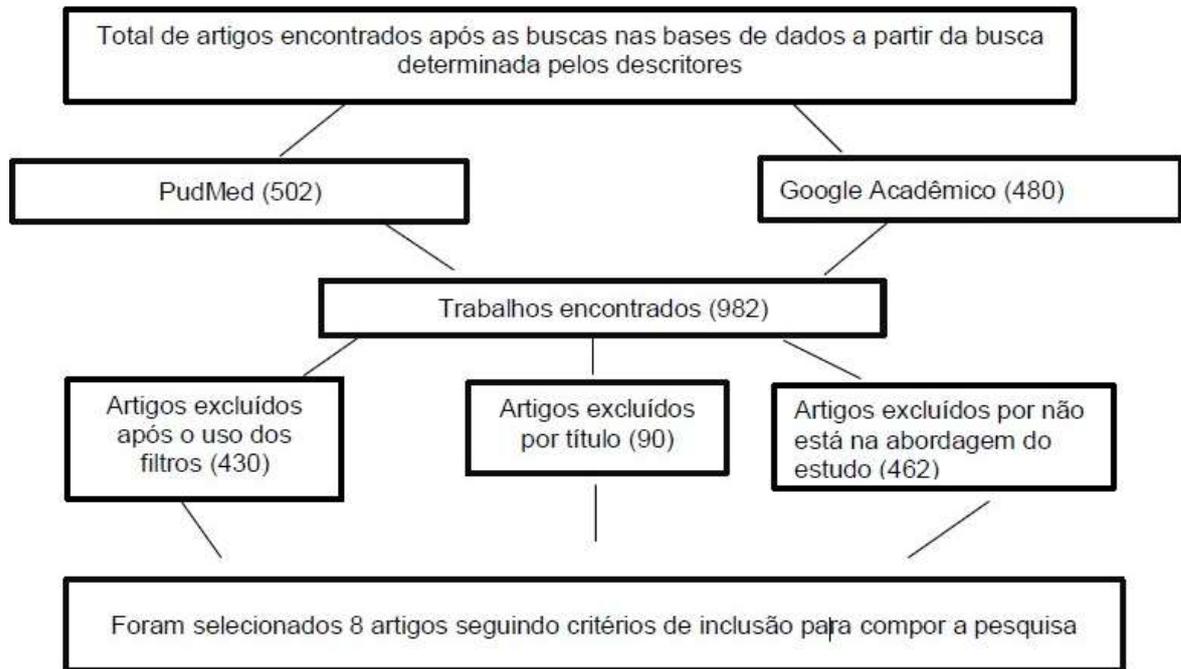
Este estudo trata-se de uma revisão integrativa descritiva sobre a ação dos efeitos da acupuntura no tratamento da fibromialgia. Os artigos foram encontrados nas plataformas Pubmed, e no condensado Google Acadêmico. As palavras-chave utilizadas foram: Fibromialgia, Acupuntura e Dor crônica.

Os artigos científicos selecionados atenderam os critérios de inclusão estabelecidos:

publicados a partir de fevereiro de 2018 a dezembro de 2024, gratuitos e em língua portuguesa e inglês. Os artigos científicos dos critérios de exclusão são: duplicados, revisão de literatura e inconclusivos.

Foram encontrados 982 estudos relevantes dos quais foram 972 excluídos por não possuírem o delineamento estipulado nesta pesquisa. Sendo oito artigos entre os anos de 2018 e 2024.

Figura 1 – Fluxograma do método de seleção dos artigos.



Os artigos encontrados relatam sobre os efeitos da acupuntura em pacientes com fibromialgia, evidenciando normas profissionais multidisciplinares que se dedica com portadores de fibromialgia. Após a apreciação dos trabalhos escolhidos, foi enumerado e separado os pontos para os objetivos da pesquisa. Assim, serão catalogados em tabelas.

2.2 RESULTADOS

Na tabela 1, observar-se que foram extraídos 05 artigos da base de dados PubMed, 03 artigos da base de dados Google Acadêmico.

Quadro 1- Base de dados dos artigos

Título	Base de dados
Ensaio clínico randomizado controlado de acupuntura para mulheres com fibromialgia: acupuntura em grupo com seleção de pontos baseada no diagnóstico da Medicina Tradicional Chinesa	PubMed
Eficácia da acupuntura versus treinamento de estabilidade do core no equilíbrio e capacidade funcional de mulheres com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado	PubMed
Comparação entre Acupuntura e Tratamento Nutracêutico com Migratens® em Pacientes com Síndrome de Fibromialgia: Um Ensaio Clínico Prospectivo Randomizado	PubMed
Dados quantitativos para a eficácia da estimulação elétrica nervosa transcutânea e da acupuntura no tratamento da síndrome da fibromialgia	PubMed
Efeitos do tratamento de acupuntura nos sintomas da fibromialgia, serotonina e níveis de substância P: um ensaio clínico randomizado controlado por placebo e placebo	Google acadêmico
Efeito da acupuntura na dor e na qualidade de vida em mulheres com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado	Google acadêmico
Uma comparação entre modalidades de fisioterapia e acupuntura no tratamento da síndrome da fibromialgia: um estudo piloto	PudMed
Efeitos da fisioterapia versus acupuntura na qualidade de vida, dor, rigidez, dificuldade para trabalhar e depressão de mulheres com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado e controlado	Google acadêmico

Tabela 1: A tabela abaixo apresenta as características dos estudos incluídos, destacando autor(es), ano de publicação, características da amostra, detalhes da intervenção e principais achados:

Ator	Tipo de Estudo	Resultados Significativos
Mist D. S. e Jones D.K. / 2018	Estudo randomizado	Este estudo foi selecionado 30 mulheres para participar da pesquisa, feito um estudo comparado acupuntura e o ensino sobre a doença. Com aplicação de questionário. O autor relata que a acupuntura melhorou o impacto global dos sintomas, dor e fadiga. Além disso, foi uma opção de tratamento segura e bem tolerada, melhorando uma proporção maior de pacientes do que as opções farmacêuticas atuais.

Ardila G.M.E./2021 Estudo randomizado Este estudo foi aplicado o Questionário Espanhol de Fibromialgia para 103 participantes durante 13 semana, evidenciando que os tratamentos de fisioterapias e acupunturas baseados na estabilidade do núcleo mostraram melhorias não significativas na qualidade de vida, dor, rigidez articular, dificuldade para trabalhar e depressão em mulheres com fibromialgia

Baelz U.G./2018	Estudo randomizado	De acordo com o estudo o foram selecionadas 32 mulheres, recebeu tratamento com os pontos da acupuntura, o outro grupo recebeu a acupuntura simulada, utilizadas as mesmas orientações e condutas em ambos. Evidenciando que a acupuntura em mulheres efetivo na qualidade de vida, principalmente na fadiga, trabalho realizado, cansaço, depressão e dor, comparado a acupuntura simulada.
Ardila G.M.E. et al., /2020	Estudo randomizado	Foram apresentas uma amostra com 160 mulheres portadoras de fibromialgia para o ensaio ao longo de um período de 12 meses, de acordo com o estudo, foi visto que a fisioterapia baseada na estabilidade do core e a acupuntura melhoram o equilíbrio dinâmico e o controle postural em mulheres com fibromialgia.
Ozen S. et al.,/2019	Estudo randomizado	De acordo com a pesquisa foram selecionados 44 pacientes avaliando o impacto de diferentes abordagens terapêuticas em mulheres com diagnostico de fibromialgia com idade entre 18 e 70 anos. E visto que a acupuntura para tratar a dor do pescoço, regiões superior e inferior das costas. Além disso, o Questionário de Dor McGill Short Form (SF-MPQ) e o Questionário de Impacto da Fibromialgia (FIQ) antes e depois do tratamento. Evidenciando que Modalidades de fisioterapia e acupuntura podem ser usadas efetivamente no tratamento da Fibromialgia
Yuksel M. et al., / 2019	Estudo randomizado	De acordo com a pesquisa foi selecionado aleatório para ser submetidos a aplicação de TENS ou acupuntura, foram registrados na eletroencefalografia - EEG, por 10 minutos, o resultado nos dois grupos foi semelhante, evidenciando diminuição da dor e aumento da atividade inibitória.

Schweiger V. et al., /2020	Estudo randomizado	O autor abordou um estudo com mulheres para diferencial qual conduta aplicar, entre a acupuntura ou uma combinação nutracêutico com Migratens. Evidenciando que o tratamento nutracêuticos com Migratens, um produto composto de vários princípios nutracêuticos, parece ser uma opção eficaz para pacientes com Fibromialgia. Nossa experiência confirmou também a validade da acupuntura nesses pacientes, conforme declarado pela literatura mais recente.
Karatay S., / 2018	Estudo randomizado	Este estudo investigou a eficácia da acupuntura selecionando 75 mulheres com fibromialgia (FM), randomizando-as em três grupos de tratamento: Grupo de Acupuntura Real (AcG), Grupo de Acupuntura Simulada (ShG), Grupo de Acupuntura Simulada (SiG). A acupuntura, em vez da acupuntura placebo ou simulada, pode levar a melhorias de longo prazo nos resultados clínicos e valores neuro mediadores da dor, evidenciando o mecanismo de acupuntura no tratamento

Fonte: Dados da pesquisa, 2024

2.3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise metodológica realizada neste estudo evidenciou que a acupuntura exerce efeitos positivos em pacientes com fibromialgia, contribuindo significativamente para o alívio da dor, a melhoria da qualidade de vida e o aprimoramento da capacidade funcional e emocional. Esses benefícios refletem o potencial terapêutico dessa prática como uma abordagem complementar no manejo da fibromialgia.

No estudo de Mist e Jones (2018), foram recrutadas 30 mulheres para participar da pesquisa, é feito um estudo comparado acupuntura e o ensino sobre a doença. Aplicando os Questionário de Impacto da Fibromialgia Revisado Semanalmente (FIQR) total, FIQR dor e Índice de Fadiga Global, obtendo resultado benéfico tanto no resultado clínica e estatisticamente significativa no grupo que recebeu acupuntura no final do tratamento, entretanto os participantes que receberam o tratamento da educação em grupo não houve resultados.

De acordo com o estudo de Ardila *et al.* (2020) 103 mulheres com fibromialgia foram selecionadas para avaliar os efeitos da acupuntura em comparação com a fisioterapia baseada na estabilidade do core – Grupo Muscular. Os resultados foram mensurados por meio de diversos testes funcionais, como: escala de Equilíbrio de Berg, teste Timed Up and Go

(TUG), teste de caminhada de 10 metros em velocidade confortável, teste de caminhada de 10 metros em velocidade máxima. O estudo demonstrou que ambos os tratamentos resultaram em melhorias estatisticamente significativas no equilíbrio e no controle motor, quando comparados ao grupo controle.

Apesar dos resultados positivos em termos de equilíbrio e controle motor, não houve diferenças significativas entre os grupos de fisioterapia e acupuntura, sugerindo que ambos os tratamentos são igualmente eficazes nesses aspectos. Contudo, o estudo também apontou que não houve melhorias significativas na capacidade funcional geral dos pacientes após os tratamentos. Isso pode ser devido a fatores como dor crônica, fadiga e limitações de movimento que são comuns na fibromialgia e que requerem abordagens terapêuticas mais amplas e integradas para produzir mudanças substanciais na funcionalidade dos pacientes.

Segundo Ardila (2021) apresentou uma amostra com 160 mulheres portadoras de fibromialgia elegíveis para o ensaio ao longo de um período de 12 meses. Desta somente 135 mulheres foram recrutadas e randomizadas nos três grupos de estudo e somente 103 mulheres completaram o estudo, no qual foram submetidos ao um estudo durante 13 semanas. Primeiro, os resultados foram obtidos pelo Questionário Espanhol de Fibromialgia, em seguida foram dor, rigidez, dificuldade para trabalhar e depressão, que foram medidos com a Escala Visual Analógica (EVA).

Contudo, evidenciou que os tratamentos de fisioterapia e acupuntura baseados na estabilidade do núcleo mostraram melhorias não significativas na qualidade de vida, dor, rigidez articular, dificuldade para trabalhar e depressão em mulheres com fibromialgia.

No estudo de Ozen *et al.*, (2018), foram selecionados 44 pacientes avaliando o impacto de diferentes abordagens terapêuticas em mulheres com diagnóstico de fibromialgia com idade entre 18 e 70 anos. As pacientes foram divididas em dois grupos para comparar os efeitos dos tratamentos sobre a dor e outros sintomas associados à fibromialgia. Um grupo recebeu 15 sessões de tratamento combinando compressas quentes, Estimulação Elétrica Nervosa Transcutânea (TENS) e ultrassom direcionados para os pontos sensíveis nas regiões cervical e superior das costas.

O outro grupo foi submetido a 10 sessões de acupuntura, com um protocolo focado no tratamento da dor nas costas superior e inferior, assim como no pescoço. Ambas as abordagens buscaram melhorar a qualidade de vida dos pacientes, mas atuaram por meio de mecanismos diferentes. O tratamento com compressas, TENS e ultrassom visava diretamente os pontos dolorosos com técnicas físicas e eletroterapia, enquanto a acupuntura utilizava um enfoque mais sistêmico, estimulando pontos do corpo para aliviar a dor.

Os resultados do estudo indicaram que ambas as opções de tratamento foram eficazes, proporcionando alívio da dor e melhorias na qualidade de vida. No entanto, não foi identificada uma abordagem como claramente superior à outra no curto prazo, sugerindo que as duas podem ser consideradas estratégias válidas para o tratamento de pacientes com fibromialgia.

Para Baelz (2021) foram selecionadas 40 mulheres portadoras de fibromialgia, mas somente 32 mulheres finalizou o tratamento, foram submetidas um total de 4 sessões com duração de 30 minutos, uma vez por semana. Este estudo as pacientes foram separadas em dois grupos um que recebeu tratamento somente com acupuntura MTC, inseridas perpendicular em profundidade variável. Já o outro grupo com acupuntura simulada foram inserções superficiais e abrange uma distância de 15mm lateral ao ponto de acupuntura.

A acupuntura simulada pode ser vista como uma forma menos eficaz de agulha, pois dependendo do lugar e ponto pode obter resultados semelhantes como analgesia local até a estimulação de região similar. Portanto, a acupuntura estimula áreas mais específicas. Foi feito um comparativo entre a acupuntura e três tipos de acupuntura simulada, concluindo que o tratamento com a acupuntura em mulheres foi mais efetivo na melhor da qualidade de vida.

Para Yuksel M. *et al.*, (2019) o estudo investigou os efeitos da acupuntura em comparação com a estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS) nas alterações da eletroencefalografia quantitativa (qEEG) e avaliou seus efeitos terapêuticos em pacientes com síndrome de fibromialgia (FMS). Foram incluídos 42 pacientes com fibromialgia, além de 21 voluntários saudáveis que atuaram como grupo de controle. Os pacientes com fibromialgia foram aleatoriamente divididos em dois grupos (n=21 em cada grupo). Um grupo foi submetido a sessões de TENS, e o outro a sessões de acupuntura.

A qEEG foi usada para medir as alterações na atividade cerebral antes e depois das intervenções, proporcionando uma visão mais objetiva dos efeitos das terapias sobre a função cerebral, e são relevantes porque podem indicar alterações nas funções cognitivas e no processamento da dor, aspectos que frequentemente estão alterados em pacientes com fibromialgia.

O estudo revelou que os pacientes com fibromialgia (FMS) apresentaram uma diminuição na potência das ondas de baixa e moderada frequência no EEG em repouso, em comparação com os voluntários saudáveis. Esse padrão pode estar relacionado às alterações na regulação da dor e ao desequilíbrio nas redes neurais associadas à percepção da dor crônica.

Após as aplicações de TENS e acupuntura, foram observadas duas mudanças

principais na eletroencefalografia quantitativa (qEEG) dos pacientes: diminuição da dor e aumento da atividade inibitória. Esses resultados indicam que tanto a estimulação elétrica nervosa transcutânea (TENS) quanto a acupuntura são benéficas para pacientes com FMS, pois influenciam tanto a percepção da dor quanto as alterações neurológicas associadas à síndrome.

Para Schweiger *et al.*, (2020) evidenciou uma comparação entre acupuntura e o tratamento nutracêutico, onde mostrou que das 60 pacientes inicialmente selecionados, apenas 55 completaram o tratamento (21 no Grupo Migratens® e 34 no Grupo Acupuntura). Foram aleatoriamente designadas para um dos dois grupos de tratamento: um grupo recebeu uma combinação nutricional contendo coenzima Q10, vitamina D, ácido alfa-lipóico, magnésio e triptofano (Grupo Migratens®), enquanto o outro grupo foi submetido a um tratamento de acupuntura de acordo com os princípios da Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Ambos os tratamentos foram administrados por um período de 3 meses. No Grupo Migratens® (suplementação nutricional): Esse grupo apresentou uma redução estatisticamente significativa da dor após 1 mês de tratamento e essa melhora foi ainda mais acentuada após 3 meses de terapia, mostrando eficácia contínua. Já no Grupo Acupuntura: A acupuntura demonstrou uma redução significativa da dor em todas as medições pós-tratamento e no acompanhamento, o que indica um efeito consistente no alívio da dor ao longo do tempo.

Na Qualidade de Vida (QoL): Em ambos os grupos, houve melhorias nos valores do Questionário de Impacto da Fibromialgia (FIQ) e da Escala de Gravidade da Fibromialgia (FSS), sugerindo que tanto a suplementação nutricional quanto a acupuntura tiveram impacto positivo na qualidade de vida e na gravidade dos sintomas de fibromialgia.

O estudo evidenciou que a abordagem nutracêutica com Migratens® é uma opção eficaz para reduzir a dor em pacientes com fibromialgia. Além disso, a acupuntura também se mostrou válida e eficiente no manejo da dor e dos sintomas. Devido à complexidade do tratamento da fibromialgia, os resultados sugerem que um tratamento cíclico, sequencial ou concomitante usando diferentes abordagens (nutracêutica e acupuntura) pode ser mais eficaz a longo prazo, além de melhorar a adesão dos pacientes ao tratamento contínuo.

O estudo de Karatay S. *et al.* (2018) investigou a eficácia da acupuntura selecionando 75 mulheres com fibromialgia (FM), randomizando-as em três grupos de tratamento: Grupo de Acupuntura Real (AcG), Grupo de Acupuntura Simulada (ShG), Grupo de Acupuntura Simulada (SiG). Os tratamentos foram administrados quinzenalmente ao longo de quatro semanas, e para avaliar os efeitos das intervenções, foram realizados testes antes e após as oito sessões.

Os principais parâmetros avaliados incluíram: Níveis séricos de serotonina e substância P (SP), Escala Visual Analógica (VAS), Número de Pontos Sensíveis (NTP), Questionário de Impacto da Fibromialgia (FIQ), Inventário de Depressão de Beck (BDI), Perfil de Saúde de Nottingham (NHP). As avaliações foram realizadas em três momentos: no início do estudo, após o último tratamento e um e três meses após a conclusão dos tratamentos. Evidenciando que a acupuntura real, em comparação com as formas simuladas de acupuntura, pode resultar em melhorias de longo prazo tanto nos resultados clínicos quanto nos níveis de neuromediadores relacionados à dor.

3 CONCLUSÃO

A partir da seleção dos artigos, foi possível observar que a acupuntura apresenta efeitos benéficos no tratamento da fibromialgia, sendo capaz de contribuir significativamente para a redução dos sintomas relatados por pacientes, como dor crônica, fadiga e distúrbios do sono. Durante a leitura crítica dos estudos incluídos, verificou-se que a acupuntura atua tanto na modulação da percepção da dor quanto na melhora da qualidade de vida dos pacientes.

Além disso, sugerem a acupuntura, como intervenção complementar, pode ser uma alternativa viável e segura para pacientes que não obtêm alívio adequado com tratamentos convencionais. Esses achados são consistentes com as evidências científicas que apontam para a eficácia das terapias integrativas no manejo de condições complexas, como a fibromialgia. No entanto, é importante ressaltar que as respostas ao tratamento variam entre indivíduos, sendo necessárias abordagens personalizadas para maximizar os benefícios.

Entretanto, apesar dos resultados promissores, destaca-se a necessidade de mais estudos com maior rigor metodológico e amostras amplas, a fim de consolidar as evidências científicas e compreender melhor os mecanismos de ação envolvidos. Assim, espera-se que futuras pesquisas ampliem o conhecimento sobre o tema e reforcem a aplicabilidade clínica da acupuntura no tratamento da fibromialgia.

REFERÊNCIAS

BRASIL. **Recomendação**. 2019. Disponível em: <<https://conselho.saude.gov.br/recomendacoes/2019/Reco020.pdf>>. Acesso em: 24 nov. 2023

BRITO, M. B. A. *et al.* Acupuntura como Tratamento da Fibromialgia. **Revista Ibero**. São Paulo, v.7.n.10. out. 2021. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/>>

2593/1004>. Acesso em: 24 nov. 2023

CARDOSO, T. C. A., FILHO, A. F. R., MOTA, G. M. R., & SILVA, C. T. X. 2023. Vantagens do Uso da Acupuntura no Manejo da Fibromialgia. *Saúde (Santa Maria)*, 49(2)

CAVALCANTE, C. T. L.; OLIVEIRA, S. A. A.; 2020. **Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos**. Disponível em:<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682020000100006>. Acesso em: 27 nov. 2023.

CHAN, K. **Colégio Americano de Reumatologia**. 2023. Disponível em:<<https://rheumatology.org/patients/fibromyalgia>>. Acesso em: 24 nov. 2023.

DE VIDA EM EDAANADENAQ Gustavo Urbanetto Baelz. Disponível em: <https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/20902/DIS_PPGRF_2018_BAELZ_GUSTAVO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 25 nov. 2024.

DE MEDEIROS, SA et al. Mat Pilates é tão eficaz quanto exercício aeróbico aquático no tratamento de mulheres com fibromialgia: um ensaio clínico, randomizado e cego. **Advances in rheumatology** (Londres, Inglaterra), v. 60, n. 1, 2020.

GARRIDO-ARDILA, EM et al. Eficácia da acupuntura vs. treinamento de estabilidade do core no equilíbrio e capacidade funcional de mulheres com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado. **Reabilitação clínica**, v. 34, n. 5, p. 630–645, 2020.

GARRIDO-ARDILA, EM et al. Efeitos da fisioterapia vs. Acupuntura na qualidade de vida, dor, rigidez, dificuldade para trabalhar e depressão de mulheres com fibromialgia: Um ensaio clínico randomizado. **Journal of clinical medicine**, v. 10, n. 17, 2021.

GOV. **Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. 2020. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>>. Acesso em: 27 set. 2023.

KARATAY, S. *et al.*; Effects of acupuncture treatment on fibromyalgia symptoms, serotonin, and substance P levels: A randomized sham and placebo-controlled clinical trial. **Pain medicine (Malden, Mass.)**, v. 19, n. 3, p. 615–628, 2018.

KIM, J. *et al.*; Comparing Verum and sham acupuncture in fibromyalgia syndrome: A systematic review and meta-analysis. **Evidence-based complementary and alternative medicine: eCAM**, v. 2019, p. 1–13, 2019.

MARQUES S. N. L *et al.*; View of **Quais efeitos da fisioterapia aquática com exercícios resistidos na dor, fadiga, capacidade funcional e força muscular em mulheres com fibromialgia?**. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/42822/pdf>>. Acesso em: 3 dez. 2024.

MAESTRE-CASCALES, C. *et al.* Gradual strength training improves sleep quality, physical function and pain in women with fibromyalgia. **International journal of environmental research and public health**, v. 19, n. 23, 2022.

MIST, S. D.; JONES, K. D.; Randomized controlled trial of acupuncture for women with

fibromyalgia: Group acupuncture with traditional Chinese medicine diagnosis-based point selection. **Pain medicine (Malden, Mass.)**, v. 19, n. 9, p. 1862–1871, 2018.

OLIVEIRA, A. I.; **Eficácia da acupuntura como técnica complementar para redução da dor e melhora da qualidade de vida de pacientes com Fibromialgia**. 2020. Disponível em: <file:///C:/Users/Felip/Downloads/1212-Texto%20do%20artigo-3932-4357-10-20210714%20(1).pdf>. Acesso em: 2 out. 2023

OZEN, S. et al. Uma comparação de modalidades de fisioterapia versus acupuntura no tratamento da síndrome da fibromialgia: Um estudo piloto. **Journal of alternative and complementary medicine (Nova York, NY)**, v. 25, n. 3, p. 296–304, 2019.

PEREIRA, H. S. S. *et al.*; Os efeitos da acupuntura na fibromialgia: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Dor**, 2021.

SCHWEIGER, V. et al. Comparison between acupuncture and nutraceutical treatment with Migratens(®) in patients with fibromyalgia syndrome: A prospective randomized clinical trial. **Nutrients**, v. 12, n. 3, 2020.

YÜKSEL, M. et al. Quantitative data for transcutaneous electrical nerve stimulation and acupuncture effectiveness in treatment of fibromyalgia syndrome. **Evidence-based complementary and alternative medicine: eCAM**, v. 2019, p. 9684649, 2019.