

ACUPUNTURA PARA MELHORA DA DOR E QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA: REVISÃO NARRATIVA DA LITERATURA

Aleksander Oliveira ¹

Bianca Nascimento Matias ²

Mateus Rodrigues ³

Renato Nascimento ⁴

Tamine Bento ⁵

Darcton Souza de Aguiar ⁶

RESUMO

Introdução: A fibromialgia é uma síndrome crônica caracterizada por dor musculoesquelética, fadiga, distúrbios do sono e outros sintomas. Estudos indicam sua prevalência global, afetando principalmente mulheres. A medicina alternativa, como a acupuntura, tem sido explorada devido aos benefícios adicionais que pode trazer ao tratamento convencional. **Objetivo:** Esse trabalho tem como propósito realizar uma análise abrangente e crítica das evidências disponíveis na literatura científica sobre o uso da acupuntura como abordagem terapêutica para pacientes com fibromialgia. **Metodologia:** A pesquisa bibliográfica foi realizada em fontes confiáveis, incluindo Scielo e Google Acadêmico, abordando termos como "Fibromialgia" e "Acupuntura" e no PubMed com termos em inglês "Fibromyalgia" e "Acupuncture". Critérios de exclusão foram aplicados, resultando em seis estudos escolhidos para fundamentar os resultados. **Resultados:** Os estudos destacam a eficácia da acupuntura no alívio da dor e melhoria da qualidade de vida em pacientes com fibromialgia. O uso da acupuntura na analgesia é respaldado por revisões sistemáticas e estudos clínicos. **Considerações Finais:** O estudo enfatiza a complexidade da fibromialgia e a importância da abordagem holística, integrando práticas alternativas como a acupuntura. Destaca-se a necessidade de escolhas informadas em colaboração com profissionais de saúde qualificados, reconhecendo a singularidade de cada paciente. A integração da acupuntura em estratégias terapêuticas mais amplas, aliada a uma abordagem multidisciplinar, otimiza os resultados terapêuticos e promove uma melhor qualidade de vida para os pacientes.

PALAVRAS-CHAVES: Fibromialgia; Acupuntura; Dor Crônica; Qualidade de Vida e Abordagem Multidisciplinar.

ABSTRACT

¹ Graduando em Educação Física da UNIFTC Salvador. Email: aleksanderjo274@gmail.com

² Graduando em Enfermagem da UNIFTC Salvador. E-mail: biiianmatias09@gmail.com

³ Graduando em Psicologia da UNIFTC Salvador. E-mail: mateusrodrigues5424@gmail.com

⁴ Graduando em Psicologia da UNIFTC Salvador. E-mail: renato_axelnascimento@outlook.com

⁵ Graduando em Fisioterapia da UNIFTC Salvador. E-mail: chrystebento@yahoo.com.br

⁶ Professor e Orientador. UNIFTC Salvador. E-mail: darcton.aguiar@ftc.edu.br



Introduction: Fibromyalgia is a chronic syndrome characterized by musculoskeletal pain, fatigue, sleep disturbances, and other symptoms. Studies indicate its global prevalence, predominantly affecting women. Alternative medicine, such as acupuncture, has been explored due to the additional benefits it may bring to conventional treatment. **Objective:** This work aims to conduct a comprehensive and critical analysis of the available evidence in the scientific literature regarding the use of acupuncture as a therapeutic approach for patients with fibromyalgia. **Methodology:** Bibliographic research was conducted in reliable sources, including Scielo and Google Scholar, addressing terms such as "Fibromyalgia" and "Acupuncture," and in PubMed with terms in English "Fibromyalgia" and "Acupuncture." Exclusion criteria were applied, resulting in six studies chosen to substantiate the results. **Results:** The studies highlight the effectiveness of acupuncture in pain relief and improvement of the quality of life in fibromyalgia patients. The use of acupuncture in analgesia is supported by systematic reviews and clinical studies. **Final Considerations:** The study emphasizes the complexity of fibromyalgia and the importance of a holistic approach, integrating alternative practices such as acupuncture. The need for informed choices in collaboration with qualified healthcare professionals is highlighted, recognizing the uniqueness of each patient. The integration of acupuncture into broader therapeutic strategies, coupled with a multidisciplinary approach, optimizes therapeutic outcomes and promotes a better quality of life for patients.

KEYWORDS: Fibromyalgia; Acupuncture; Chronic Pain; Quality of Life; and Multidisciplinary Approach.

INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma síndrome idiopática caracterizada por quadro crônico de dor musculoesquelética e sensibilidade generalizada, além de fadiga, distúrbios do sono, rigidez matinal, parestesias de extremidades, sensação subjetiva de edema e distúrbios cognitivos. Pode ocorrer também depressão, ansiedade, síndrome da fadiga crônica, síndrome miofascial, problemas digestivos como a síndrome do cólon irritável e doença do refluxo gastresofágico, síndrome uretral inespecífica, enxaqueca ou cefaleias tensionais, dor pélvica e disfunção temporomandibular. A fibromialgia é uma das doenças reumatológicas mais frequentes, cuja característica principal é a dor musculoesquelética difusa e crônica. Em um estudo realizado no Brasil, em Montes Claros, a fibromialgia foi a segunda doença reumatológica mais frequente, após a osteoartrite. Neste estudo, observou-se prevalência de 2,5% na população, sendo a maioria do sexo feminino, das quais 40,8% se encontravam entre 35 e 44 anos de idade. (Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2022).

Essa enfermidade acomete cerca de 2,1 a 4% da população mundial, com maior prevalência em mulheres com idade acima dos 50 anos (Nadal-Nicolas *et al*, 2020). Além disso, há uma maior prevalência nos continentes europeu (2,31%), americano



(1,9%) e asiático (Cabo-Meseguer, Cerdáolmedo & Trillo-Mata, 2017). No Brasil, há o acometimento, em média, de 2,5% da população, predominantemente em mulheres entre os 35 e 44 anos. Atualmente, é considerado, no país, como o segundo transtorno reumático mais prevalente, sendo ultrapassado apenas pela osteoartrite (4,14%). (Heymann *et al.*, 2017).

A medicina alternativa e complementar tem sido cada vez mais procurada e aceita pela população nos últimos anos, em especial entre indivíduos com fibromialgia, na qual a terapia convencional isolada tem mostrado benefícios limitados e que necessita de um tratamento multidisciplinar. Atualmente, diversos estudos demonstram que a adição de práticas integrativas, como a acupuntura, meditação, terapia manual e o tai chi, no tratamento da FM trazem benefícios adicionais aos fibromiálgicos e atuam principalmente na minimização da dor e na melhoria da qualidade de vida desses indivíduos. (Sampaio *et al.*, 2022).

Com base em estudos e artigos, a acupuntura é um método terapêutico de origem chinesa, reconhecida como uma prática integrativa e complementar em saúde. Caracteriza-se pela inserção de agulhas na superfície corporal afim de tratar doenças e promover o bem-estar físico e mental. Eles apontam que a acupuntura traz benefícios para uma proporção substancial de pacientes com dor crônica e pode promover benefícios para além da analgesia, como a melhora na qualidade de vida, no humor e no sono. A acupuntura produz efeito analgésico central, particularmente sobre o tálamo, que tem um papel importante no processamento da informação sensitiva. Além disso, libera endorfinas no cérebro que pertencem ao grupo dos opioides que integram o mecanismo natural de supressão da dor. (Pereira Santos, Heloísa *et al.* 2021).

Vários estudos têm investigado a eficácia da acupuntura no tratamento da fibromialgia. Uma revisão sistemática publicada pela Cochrane Library concluiu que a acupuntura pode ser eficaz no alívio da dor e da fadiga em pacientes com fibromialgia. Outro estudo publicado na revista PLOS One descobriu que a acupuntura foi mais eficaz do que o tratamento convencional com medicamentos no tratamento da dor e da fadiga em pacientes com fibromialgia (SP Clinic Corpo & Mente, 2022). O objetivo foi realizar uma revisão integrativa sobre o uso da Acupuntura para Melhora da Dor e Qualidade de Vida em Pacientes com Fibromialgia.

METODOLOGIA



A abordagem metodológica empregada para a investigação da Melhora da Dor e Qualidade de Vida em Pacientes com Fibromialgia foi a pesquisa bibliográfica.

Utilizamos como fontes confiáveis os sites oficiais Scielo, Google Acadêmico e PubMed para compilar dados de artigos nacionais publicados entre 2013 e 2023. O propósito foi consolidar as principais informações sobre o assunto, embora reconheçamos a relevância de investigações mais detalhadas acerca do tema proposto.

Na busca por artigos em português, empregamos os termos "Fibromialgia", "Acupuntura", "Dor crônica" e "Medicina alternativa". Aos conteúdos encontrados na PubMed foram utilizados como palavras-chave "Fibromyalgia" e "Acupuncture", combinando-os para abordar a temática do trabalho. Os critérios de exclusão foram aplicados a artigos com data anterior a 2013, duplicatas, textos incompletos e aqueles cujo conteúdo não convergia com o tema.

Entre os artigos escolhidos, optamos por dois de estudo randomizado, um de artigo informativo, dois de revisão de literatura e um de revisão sistemática. Em relação à confiabilidade dos estudos, eles apresentam níveis de evidência provenientes de estudos sistematizados descritivos e qualitativos.

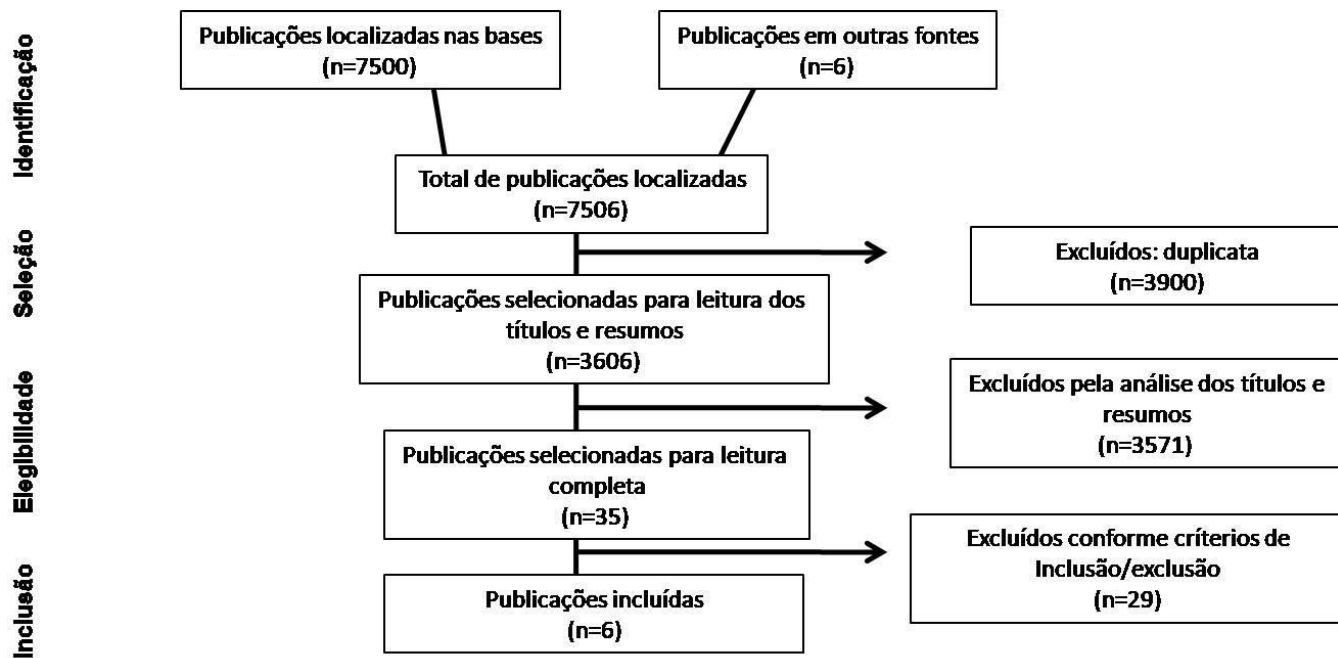
Prosseguiremos com uma análise minuciosa dos estudos publicados, fundamentada na observação e motivada pela compreensão do assunto em questão. As referências selecionadas foram analisadas integralmente, permitindo a extração de dados e contribuições alinhadas aos objetivos do estudo.

RESULTADOS

O presente trabalho de conclusão de curso analisará os impactos do tratamento não medicamentoso através da acupuntura em pacientes diagnosticados com fibromialgia através da formação teórica a partir de uma revisão de literaturas, buscando compreender e avaliar as evidências publicadas, visando a relação sintomatológica associada às respostas não farmacológicas através da medicina alternativa. A revisão bibliográfica envolveu a compilação de dados extraídos de artigos, conforme detalhado no quadro 1, contendo informações sobre autores/ano, desenho, objetivo, métodos e resultados obtidos pelos respectivos autores. Durante o período de setembro a novembro de 2023, foram identificados diversos artigos de

relevância para nossa pesquisa. Destes, seis foram criteriosamente selecionados para fundamentar os resultados, seguindo métodos de exclusão.

Figura 1 – Fluxograma dos resultados seguindo método PRISMA.



Fonte: Autoria própria, 2023

Depois da pesquisa nas plataformas acadêmicas foram encontrados mais de 7.500 resultados, contudo após aplicação dos critérios de ilegibilidade e a exclusão de pesquisa bibliográfica, e considerando apenas pesquisas clínicas que investigaram o efeito da acupuntura no tratamento da dor crônica da fibromialgia. Utilizaram-se, ao final, apenas seis pesquisas para o embasamento do tema proposto.

Quadro 1: Resultados de Artigos por Metodologia

AUTORES/ANO	DESENHO	OBJETIVO	MÉTODOS	RESULTADO
Stival Marchesini, Rebecca S. et al., 2014.	Estudo randomizado, controlado, duplo-cego.	Avaliar a eficácia da acupuntura no tratamento	Estudo randomizado, controlado e duplo- cego incluindo 36 pacientes portadores	Variação entre o valor da EVA final e da EVA inicial foi de −4,36 ± 3,23 (P =

		da fibromialgia, considerando -se como desfecho primário a resposta imediata da escala visual analógica (VAS) para avaliação da dor.	de fibromialgia (ACR 1990) selecionados no ambulatório de Reumatologia da Santa Casa de Misericórdia de Ponta Grossa, PR. Vinte e um pacientes foram submetidos a uma sessão de acupuntura, nos moldes da Medicina Tradicional Chinesa, e 15 pacientes foram submetidos a um procedimento placebo (acupuntura sham). Para avaliação da dor, os indivíduos preencheram uma Escala Visual Analógica (VAS) antes e imediatamente após o procedimento proposto. As médias na variação da VAS foram comparadas entre os grupos.	0,0001) no grupo de tratamento e de $-1,70 \pm 1,55$ no grupo de controle ($P = 0,06$). A diferença na amplitude de variação da EVA (EVA inicial – final) entre os grupos favoreceu o procedimento verdadeiro ($P = 0,005$). O tamanho de efeito (effect size – ES) para o grupo de tratamento foi de $d = 1,7$, o que é considerado um efeito grande. Embora com uma amostra reduzida, seu poder estatístico para esses resultados foi bastante relevante (94,8%).
Mazar, Igor. Anestesiologista especialista em Clínica de Dor e Acupuntura.	Artigo informativo.	Como Aliviar os Sintomas da Dor Crônica da fibromialgia com o uso da acupuntura.	Informação sobre os benefícios da acupuntura na melhora da dor para pacientes portadores da fibromialgia.	Resultados Positivos quanto a melhora dos sintomas de pacientes portadores da fibromialgia com o

				uso da acupuntura para tratamento da doença.
Lin, C. A., 2013.	Revisão de literatura.	Da medicina tradicional chinesa à prática de acupuntura médica baseada em evidência.	Investigação qualitativa e bibliográfica pertinentes ao uso da acupuntura no tratamento de diversas doenças.	Evidências consideráveis sugerem que terapias alternativas são eficazes na redução dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida em pacientes com fibromialgia.
Nadal-Nicolás, Yolanda, et al., 2020.	Ensaio clínico randomizado	Determinar a eficácia de uma técnica de terapia manual realizada com pressão digital moderada em mulheres com fibromialgia ($n = 24$).	Tratou-se de um ensaio clínico randomizado em que os participantes foram alocados em um de dois grupos: um grupo experimental ou um grupo controle, a fim de determinar a eficácia de uma técnica de terapia manual realizada com pressão digital moderada nas variáveis de fadiga, dor, sono, ansiedade e humor em mulheres com diagnóstico de fibromialgia.	A técnica pode ser considerada como meio de terapia para controle dos sintomas da doença.
Berger A. A., Liu Y, Nguyen	Revisão de literatura	Esta revisão resume os	Investigação qualitativa,	Embora nenhuma comparação direta

J, et al., 2021. (PubMed)		antecedentes da fibromialgia e da acupuntura e revisa a literatura mais recente e seminal discutindo a aplicação da acupuntura na fibromialgia.	exploratória bibliográfica e pertinentes a eficácia da acupuntura no tratamento da fibromialgia.	tenha sido capaz de mostrar a superioridade da acupuntura em relação a outras terapias, evidências crescentes apoiam seu uso como parte de abordagens multimodais de tratamento com eficácia aditiva à terapia tradicional. Mais pesquisas provavelmente fornecerão dados sobre regimes eficazes e terapias combinadas.
Valera-Calero, J. A., et al, 2022. (PubMed)	Revisão sistemática e meta-análise	Investigar a eficácia do agulhamento seco e da acupuntura em pacientes com FM em relação à dor, função e incapacidade , tanto a curto como a longo prazo.	Pesquisas de literatura eletrônica foram realizadas nas bases de dados MEDLINE, PubMed, SCOPUS e Web of Science desde o seu início até 22 de maio de 2022.	As terapias de acupuntura e agulhamento seco parecem ser eficazes em pacientes com FM, uma vez que ambas reduziram os limiares de pressão de dor, ansiedade, depressão, fadiga, distúrbios do sono e incapacidade em curto prazo.

DISCUSSÃO

A abordagem da medicina alternativa e complementar, incluindo a acupuntura, emerge como uma opção valiosa para pacientes com fibromialgia, proporcionando não apenas alívio sintomático, mas também consideráveis melhorias no bem-estar físico e mental. A integralidade dessa prática não se restringe a aliviar sintomas, pelo contrário, ela se evidencia como um suporte eficaz às terapias convencionais, emergindo como uma perspectiva promissora. (Mazar, Igor - Clínica Ânima).

A prática de massagem é tão arraigada na tradição que, diariamente, está sendo refinada para obter resultados mais gratificantes para os destinatários. Sua base reside no relaxamento muscular, na nutrição e oxigenação dos tecidos, na melhoria da circulação e no estímulo ao fluxo natural da drenagem dos gânglios linfáticos. Trata-se de um protocolo terapêutico eficaz na prevenção e tratamento de fatores de origem interna ou externa que contribuem para as fisiopatologias, promovendo bem-estar físico e mental. (Oliveira, et al., 2016).

Conforme Heymann et al. (2010), os mecanismos de estiramento variado, o fortalecimento muscular personalizado e outras abordagens, como a massagem suave, podem ser empregados em proveito do tratamento em indivíduos diagnosticados com fibromialgia.

A acupuntura tem demonstrado ser uma opção terapêutica promissora para muitos pacientes com fibromialgia. Os benefícios mais comuns relatados incluem alívio significativo da dor, melhoria do sono e uma redução geral nos sintomas associados a essa condição. Acredita-se que a estimulação dos pontos de acupuntura influencie positivamente a regulação do sistema nervoso central, o que pode desempenhar um papel crucial na gestão da dor e do estresse. (Lin, C. A., 2013).

Em sua pesquisa, Mosmann et al. (2006) afirmou que para promover uma melhoria na qualidade de vida dos indivíduos com fibromialgia, entre as modalidades de tratamento recomendadas, a massagem manual estimula o aumento do fluxo sanguíneo, assim como a hidroterapia e outras formas de aplicação, são adequadas para aliviar as tensões e facilitar o relaxamento das musculaturas doloridas.

A acupuntura no tratamento da fibromialgia revela resultados promissores e oferece insights valiosos para a compreensão e gestão dessa condição complexa. Os benefícios observados, como alívio significativo da dor, melhoria do sono e redução



geral dos sintomas associados à fibromialgia, corroboram com a literatura científica que destaca a acupuntura como uma abordagem terapêutica eficaz. (Berger A. A., Liu Y, Nguyen J, et al., (2021)

A influência positiva da acupuntura na regulação do sistema nervoso central é particularmente relevante, uma vez que a fibromialgia está associada a uma resposta amplificada à dor. Os mecanismos neurofisiológicos da acupuntura, como a modulação do tálamo e a liberação de endorfinas, desempenham um papel crucial na mitigação da dor crônica. (Stival Marchesini, Rebecca S. et al., (2014).

A inclusão de práticas integrativas, como a acupuntura, no tratamento da fibromialgia é respaldada por estudos e artigos que destacam não apenas a eficácia na redução da dor, mas também melhorias na qualidade de vida, humor e sono. Vai além do simples alívio de sintomas, essa abordagem destaca-se como um suporte eficaz às terapias convencionais, apresentando-se como uma perspectiva promissora para o cuidado holístico desses pacientes. (Franzoi, Juliana et al., 2023)

A abordagem da medicina alternativa e complementar, como a acupuntura, surge como uma opção valiosa para pacientes com fibromialgia, conferindo não apenas alívio sintomático, mas também promovendo melhorias consideráveis no bem-estar físico e mental. (Valera-Calero, J. A., et al., 2022)

Em síntese, esta pesquisa enfatiza de maneira significativa a vitalidade do diagnóstico precoce, da abordagem multidisciplinar e da consideração de práticas integrativas, exemplificadas pela acupuntura. Vale ressaltar que essa abordagem integrativa vai além de simplesmente aliviar os sintomas, destacando-se como um complemento eficaz às terapias convencionais e emergindo como uma perspectiva altamente promissora para o cuidado abrangente desses pacientes. É fundamental compreender que o caminho em direção ao alívio da dor e à melhoria da qualidade de vida requer uma colaboração ativa entre pacientes, profissionais de saúde e terapeutas. Essa abordagem colaborativa visa estabelecer uma jornada mais eficaz em direção ao bem-estar, reconhecendo a complexidade da condição e a importância de estratégias abrangentes. O caminho para o alívio da dor e melhoria da qualidade de vida requer uma abordagem colaborativa entre pacientes, profissionais de saúde e terapeutas, visando uma jornada mais eficaz rumo ao bem-estar.

CONSIDERAÇÕES FINAIS



Este estudo aborda a fibromialgia, uma síndrome complexa que afeta uma parcela significativa da população global, especialmente mulheres acima de 50 anos, apresentando desafios diagnósticos e terapêuticos substanciais. A pesquisa destaca a jornada difícil dos pacientes em busca de diagnóstico e alívio da dor, apontando para a insuficiência da abordagem convencional e a importância de explorar terapias complementares, como a acupuntura.

A revisão da literatura e as experiências compartilhadas sustentam a inclusão da acupuntura no tratamento da fibromialgia, evidenciando sua eficácia na redução da dor e melhorias na qualidade de vida, humor e sono. No entanto, é enfatizado que a acupuntura não substitui, mas complementa o tratamento convencional, demandando uma escolha informada em consulta com profissionais de saúde qualificados. Essa abordagem personalizada é crucial devido à natureza única de cada paciente e à complexidade da fibromialgia, destacando a colaboração entre pacientes e profissionais de saúde para planos terapêuticos personalizados.

A integração da acupuntura como parte de uma estratégia terapêutica mais ampla ressalta a importância de uma abordagem multidisciplinar na gestão da fibromialgia. A escolha consciente de terapias, considerando as necessidades individuais, contribui para uma abordagem mais eficaz e centrada no paciente, otimizando resultados terapêuticos e promovendo uma melhor qualidade de vida para os pacientes afetados por essa condição desafiadora.

REFERÊNCIAS

ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA: BENEFÍCIOS. SP Clinic Corpo e Mente. Disponível em: <<https://www.spclinic.pt/blog/acupuntura-tratamento-fibromialgia/>>. Acesso em: 30 de out. de 2023.

ANDRADE, M. M. **Introdução à metodologia do trabalho científico: Elaboração de Trabalhos na Graduação.** São Paulo, SP: Atlas, 2010.

BERGER A. A et al. **Efficacy of acupuncture in the treatment of fibromyalgia.** *Orthopedic Reviews*. 2021;13(2). PubMed. doi:10.52965/001c.25085. Disponível em: <<https://orthopedicreviews.openmedicalpublishing.org/article/25085-efficacy-of-acupuncture-in-the-treatment-of-fibromyalgia>>. Acesso em: 30 de nov. de 2023.

CABO-MESEGUER, A. et al. **Fibromialgia: prevalência, perfis epidemiológicos y costes económicos.** *Medicina Clínica*, v. 149, n. 10, p. 441–448, nov. 2017. <<https://doi.org/10.1016/j.medcli.2017.06.008>>. Acesso em: 15 de nov. de 2023.



DALTROZO B, Jordana. **Adaptação transcultural e validação para a língua portuguesa do Brasil dos critérios diagnósticos de fibromialgia**, revisão 2016, e do instrumento Fibromyalgia Survey Questionnaire. Universidade Federal de Santa Catarina, 2019. Disponível em: <<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/219168/PMED0273-D.pdf?sequence=-1&isAllowed=y>>. Acesso em: 16 de nov. de 2023.

FIBROMIALGIA. Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2022. Disponível em: <<https://www.reumatologia.org.br/doencas-reumaticas/fibromialgia-e-doencas-articulares-inflamatorias/>>. Acesso em: 31 de out. de 2023.

FRANZOI, Juliana et al. **Análise Terapêutica e Sintomatológica de Pacientes Fibromiálgicos em Utilização de Terapias Complementares: Uma Revisão de Literatura**, 2023. Disponível em: <<https://revistaft.com.br/analise-terapeutica-e-sintomatologica-de-pacientes-fibromiagnosticos-em-utilizacao-de-terapias-complementares-uma-revisao-de-literatura/>>. Acesso em: 31 de out. de 2023.

HEYMAN, Roberto E. et al. **Consenso Brasileiro do Tratamento da Fibromialgia**. Scielo, 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbr/a/VD3Vcmj5QPNbM6MDcHGwF3f/>>. Acesso em: 16 de nov. de 2023.

HEYMANN, R. E., et al. **Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia**. Revista Brasileira de Reumatologia, v.57, p. 467-476. junho, 2017. <<https://doi.org/10.1016/J.RBR.2017.05.006>>. Acesso em 16 de nov. de 2023

LIN, C. A. **Da medicina tradicional chinesa à prática de acupuntura médica baseada em evidência**. Revista de Medicina, [S. l.], v. 92, n. 3, p. 213-215, 2013. DOI: 10.11606/issn.1679-9836.v92i3p213-215. Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/80001>>. Acesso em: 17 nov. 2023.

MAZAR, Igor. **Acupuntura para Fibromialgia: Como Aliviar os Sintomas da Dor Crônica**. Ânima Clínica Médica. Disponível em: <<https://clinicamedicaanima.com.br/blog/acupuntura-para-fibromialgia-como-aliviar-os-sintomas-da-dor-cronica/>>. Acesso em: 16 de nov. de 2023.

MOSMANN, A., et al. **Atuação fisioterapêutica na qualidade de vida do paciente fibromiálgico**. Revista Eletrônica Scientia Medica. Porto alegre: PUCRS pp. 172-177, 2006.

NADAL-NICOLÁS, Yolanda, et al. **Effects of Manual Therapy on Fatigue, Pain, and Psychological Aspects in Women with Fibromyalgia**. International Journal of Environmental Research And Public Health, v. 17, n. 12, p. 4611, jun. 2020. Disponível em: <<https://www.mdpi.com/1660-4601/17/12/4611>>. Acesso em 17 de nov. de 2023.

OLIVEIRA, Geovanna Canello de et al. **A fibromialgia e a Massoterapia caminhando juntas**. Revista Eletrônica Belezain.com.br, pp. 4-5, 2016.

PEREIRA S., Heloísa et al. **Efeitos da Acupuntura na Fibromialgia: Revisão**



Integrativa, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/QB4DPVxhSRpfpv9PxqPZbVs/?lang=pt#:~:text=CONCLUS%C3%83O%3A,e%20interfer%C3%Aancia%20positiva%20no%20sono>. Acesso em: 31 out. 2023.

RESUMO DE FIBROMIALGIA: FISIOPATOLOGIA, DIAGNÓSTICO E TRATAMENTO – Sanarflix, 2020. Disponível em: <https://www.sanarmed.com/resumo-de-fibromialgia-completo-sanarflix>. Acesso em: 16 de nov. de 2023.

SAMPAIO dos S, M et al. **A Acupuntura como Terapia Complementar no Tratamento da Fibromialgia: Uma Revisão Narrativa**. Arquivos do Mudi, v. 26, n. 1, p. 143-157, 20 abr. 2022. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/ArqMudi/article/view/61367/751375154052>. Acesso em: 15 de nov. de 2023)

SILVA, E. L.; Menezes, E. M. **Metodologia da Pesquisa e Elaboração de Dissertação**. Florianópolis: UFSC/PPGEP/LED, 2000.

STIVAL MARCHESINI, Rebecca S. et al. **Acupuntura na Fibromialgia: Um Estudo Randomizado-controlado Abordando a Resposta Imediata da Dor**. Scielo, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbr/a/6RfVzvffnVhtL4vQNSNFRzS/?lang=pt>. Acesso em: 16 de nov. de 2023.

VALERA-CALERO, J. A., et al, 2022. **Efficacy of Dry Needling and Acupuncture in Patients with Fibromyalgia: A Systematic Review and Meta-Analysis**. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(16), 9904. PubMed. <https://doi.org/10.3390/ijerph19169904>. Acesso em: 14 de nov. de 2023.