



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE
CENTRO DE BIOCÊNCIAS
CURSO DE BIOMEDICINA**

BRUNO FELICIANO

**O USO DA ACUPUNTURA PARA O TRATAMENTO E MELHORA DA
QUALIDADE DE VIDA DE INDIVÍDUOS COM FIBROMIALGIA**

**NATAL
2024**

Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
Sistema de Bibliotecas - SISBI

Catálogo de Publicação na Fonte. UFRN - Biblioteca Setorial Prof. Leopoldo Nelson - -Centro de Biociências - CB

Feliciano, Bruno.

O uso da acupuntura para o tratamento e melhora da qualidade de vida de indivíduos com fibromialgia / Bruno Feliciano. - 2024. 64 f.: il.

Monografia (graduação) - Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Centro de Biociências, Curso de Biomedicina. Natal, RN, 2024.

Orientação: Profa. Dra. Lúcia de Fátima Amorim.

1. Fibromialgia - Monografia. 2. Tratamento - Monografia. 3. Acupuntura - Monografia. I. Amorim, Lúcia de Fátima. II. Título.

RN/UF/BSCB

CDU 616.72-002.77

Elaborado por KATIA REJANE DA SILVA - CRB-15/351

BRUNO FELICIANO

O USO DA ACUPUNTURA PARA O TRATAMENTO E MELHORA DA QUALIDADE
DE VIDA DE INDIVÍDUOS COM FIBROMIALGIA

Monografia apresentada ao curso de Biomedicina, da Universidade Federal do Rio Grande do Norte, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Biomedicina.

Orientador(a): Prof(a). Dr(a). Lúcia de Fátima Amorim.

NATAL

2024



Esta obra está licenciada com uma licença *Creative Commons* Atribuição 4.0 Internacional. Permite que outros distribuam, remixem, adaptem e desenvolvam seu trabalho, mesmo comercialmente, desde que creditem a você pela criação original. Link dessa licença: creativecommons.org/licenses/by/4.0/legalcode

O USO DA ACUPUNTURA PARA O TRATAMENTO E MELHORA DA QUALIDADE
DE VIDA DE INDIVÍDUOS COM FIBROMIALGIA

Monografia apresentada ao curso de
Biomedicina, da Universidade Federal do
Rio Grande do Norte, como requisito
parcial à obtenção do título de Bacharel
em Biomedicina.

Aprovada em: 05/07/2024

BANCA EXAMINADORA

Prof(a). Dr(a). Lúcia de Fátima Amorim
Orientador(a)

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE

Prof. Dr. Alexandre Flavio Silva de Queiroz
Membro interno

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE

Esp. Yanka do Vale Carvalho
Membro externo

Habilitação em Acupuntura pela UFRN

"Dedico este trabalho à memória da minha amada avó Nazaré Bonifácio, cujo amor, sabedoria e apoio incondicional sempre foram uma fonte de inspiração para mim. Sua presença gentil e seu sorriso amoroso serão eternamente lembrados em cada página deste trabalho. Que sua luz continue a guiar-me pelo caminho da vida e inspire-me a buscar excelência em tudo o que faço. Saudades eternas."

AGRADECIMENTOS

É com imensa gratidão que expresso meus agradecimentos a todas as pessoas que contribuíram para a realização deste trabalho.

Primeiramente, dedico este momento à memória da minha amada avó. Sua sabedoria, amor incondicional e exemplo de determinação continuam a inspirar-me todos os dias. Mesmo ausente fisicamente, sua presença permanece viva em meu coração e em cada conquista que alcanço.

À minha mãe e minhas irmãs, que são meu porto seguro e minha fonte de força inesgotável, meu mais profundo agradecimento. Vocês foram meu suporte constante durante toda essa jornada, incentivando-me e acreditando em mim a cada passo.

Às minhas amigas “Casca de Bala”, Yanka, Letícia, Talita, Vivian e Tereza, que estiveram ao meu lado nos momentos bons e ruins, compartilhando risadas, lágrimas e muitos desafios. Suas palavras de encorajamento e companheirismo foram essenciais para manter minha motivação e determinação. Vocês são verdadeiros tesouros em minha vida, e sou imensamente grato pela amizade e apoio que sempre demonstraram, amo vocês!

Gostaria de expressar minha profunda gratidão à Professora Lúcia, minha orientadora, cuja orientação e apoio foram fundamentais para a realização deste Trabalho de Conclusão de Curso. Sua dedicação, paciência e sabedoria não apenas enriqueceram meu conhecimento, mas também me inspiraram a superar desafios e buscar a excelência. Agradeço imensamente por cada conselho, por todo o incentivo e por acreditar em mim durante todo esse processo. Este trabalho é reflexo de sua incansável ajuda e comprometimento. Muito obrigado(a) por tudo, Professora Lúcia!

Em especial a Herlan, por sua compreensão, paciência e amor incondicional. Sua presença ao meu lado tornou esta jornada um pouco mais leve e significativa. Obrigado por ser meu apoio inabalável, meu porto seguro, por não ter soltado a minha mão, obrigado por acreditar em mim, mesmo nos momentos que nem eu acreditava.

Ao meu amigo Daniel, que esteve presente em todos os momentos, oferecendo seu suporte, conselhos valiosos e uma dose extra de ânimo quando necessário.

A todos os meus amigos, em geral, que estiveram presentes, oferecendo seu apoio, compreensão e incentivo ao longo desta jornada. Suas palavras de encorajamento e gestos de amizade fizeram toda a diferença.

Por último, mas não menos importante, gostaria de agradecer a mim mesmo. Por minha persistência, dedicação e determinação em alcançar meus objetivos. Este trabalho é o resultado não apenas do meu esforço, mas também do crescimento pessoal e acadêmico que alcancei ao longo do caminho.

A todos vocês, minha mais profunda gratidão. Este trabalho não seria possível sem o apoio e a contribuição de cada um de vocês. Obrigado por fazerem parte dessa jornada comigo.

O segredo para progredir é começar. O segredo de começar é dividir suas tarefas complexas e assustadoras em pequenos passos e, em seguida, começar pelo primeiro."

Mark Twain

RESUMO

O Segundo a OMS (Organização Mundial de Saúde), a fibromialgia é uma síndrome multifatorial não inflamatória caracterizada por dor crônica generalizada que possui a prevalência de 2% em mulheres e 0,5% em homens, ela afeta predominantemente tecidos moles, como músculos e articulações. Além disso, essa condição muitas vezes está associada a comorbidades significativas, como ansiedade, depressão, flutuações de humor e distúrbios psicológicos. Uma das propostas terapêuticas para alívio da dor e melhora na qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia é a acupuntura, um método terapêutico de origem chinesa. A acupuntura como tratamento para pacientes com fibromialgia resulta em melhora na dor e redução no uso geral de medicamentos, como também uma mudança na concentração dos moduladores da dor, como serotonina e substância P. Dessa maneira, esse estudo tem como objetivo realizar uma revisão literária para determinar o efeito da acupuntura para o tratamento e melhora da qualidade de vida de indivíduos com fibromialgia. A metodologia adotada nesta pesquisa foi a revisão bibliográfica narrativa da literatura, sendo os critérios de inclusão estabelecidos para a seleção dos artigos: ensaios clínicos randomizados e não randomizados. Foram encontrados 256 artigos vinculados à combinação das palavras-chave e no final da análise 6 artigos foram incluídos na revisão. Nos Ensaio Clínicos Randomizados (ECRs) analisados ficou claro que a acupuntura demonstra eficácia na redução da dor e fadiga, na melhoria do sono, ansiedade e na qualidade de vida dos pacientes afetados. Concluindo assim, que o tratamento com terapia de acupuntura é eficaz para pacientes com fibromialgia, este tratamento proporciona alívio da dor, relaxamento, melhora da fadiga, redução da intensidade da dor, e melhora significativa na qualidade do sono e na qualidade de vida dos pacientes.

Palavras-chave utilizadas: fibromialgia, tratamento e acupuntura.

ABSTRACT

According to the WHO (World Health Organization), Fibromyalgia is a multifactorial non-inflammatory syndrome characterized by chronic widespread pain that has a prevalence of 2% in women and 0.5% in men, predominantly affecting soft tissues such as muscles and joints. In addition, this condition is often associated with significant comorbidities such as anxiety, depression, mood fluctuations and psychological disorders. One of the therapeutic proposals for relieving pain and improving the quality of life of fibromyalgia patients is acupuncture, a therapeutic method of Chinese origin. Acupuncture as a treatment for patients with fibromyalgia results in an improvement in pain and a reduction in the overall use of medication, as well as a change in the concentration of pain modulators, such as serotonin and substance P. Thus, this study aims to carry out a literature review to determine the effect of acupuncture for the treatment and improvement of the quality of life of individuals with fibromyalgia. The methodology adopted in this research was a narrative bibliographic review of the literature, with the inclusion criteria established for the selection of articles being: randomized and non-randomized clinical trials. 256 articles were found linked to the combination of keywords and at the end of the analysis 6 articles were included in the review. In the Randomized Clinical Trials (RCTs) analyzed it was clear that acupuncture demonstrates efficacy in reducing pain and fatigue, improving sleep, anxiety and the quality of life of affected patients. The conclusion is that acupuncture therapy is effective for patients with fibromyalgia, providing pain relief, relaxation, improved fatigue, reduced pain intensity, and a significant improvement in sleep quality and quality of life.

Keywords used: fibromyalgia, treatment and acupuncture

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Esquema representativo das inter-relações dos 5 movimentos.....	21
Figura 2 - Trajeto dos 12 principais meridianos do corpo.....	40
Figura 3 - Medidas de Cun ou Tsun com os dedos das mãos.....	43
Figura 4 - Descrição das medidas de Cun ou Tsun.....	43
Figura 5 - Tender points	46
Figura 6 - Desarmonia na fibromialgia na teoria dos cinco elementos	47
Figura 7 - Fluxograma do processo da seleção de estudos.....	50
Figura 8 - Representação da localização dos pontos BP6, IG4, E36	60

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 - Características Yin e Yang.....	18
Quadro 2 - Características dos 5 elementos.....	20
Quadro 3 – Padrões dos quatro princípios	36
Quadro 4 - Quadro demonstrando os resultados.....	50

LISTA DE ABREVIATURAS SIGLAS

ACR	American college of rheumatology
EVA	Escala visual analógica
FIQ	Questionário de impacto da fibromialgia
FM	Fibromialgia
FSS	Escala de gravidade da fadiga
HDA	História da doença atual
HPP	História patológica progressiva
IA	Acupuntura individualizada
IDG	Índice de dor difusa
MTC	Medicina Tradicional Chinesa
OMS	Organização Mundial da Saúde
PR	Paraná
SA	Acupuntura simulada
SFM	Síndrome de fibromialgia
QV	Qualidade de vida

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	15
2	OBJETIVOS.....	17
3.1	Geral.....	17
3.2	Específico.....	17
3	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA.....	17
3.1	Teoria do Yin-Yang.....	18
3.2	Teoria dos cinco elementos.....	20
3.3	Teoria do Zang Fu.....	21
3.4	Substâncias vitais.....	33
3.5	Oito Princípios.....	35
3.6	Canais Meridianos.....	36
4	FUNDAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA.....	41
5	DIAGNÓSTICO.....	41
6	SISTEMA MÉTRICO DA ACUPUNTURA.....	42
7	FIBROMIALGIA NA VISÃO DA MEDICINA OCIDENTAL.....	43
8	FIBROMIALGIA NA VISÃO DA MTC.....	46
9	METODOLOGIA.....	48
10	RESULTADOS	50
11	DISCUSSÃO.....	54
12	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	61
	REFERÊNCIAS.....	62

INTRODUÇÃO

Segundo a OMS (2004) (Organização Mundial de Saúde), a fibromialgia é uma síndrome multifatorial não inflamatória caracterizada por dor crônica generalizada que possui a prevalência de 2% em mulheres e 0,5% em homens, ela afeta predominantemente tecidos moles, como músculos e articulações. Além disso, essa condição muitas vezes está associada a comorbidades significativas, como ansiedade, depressão, flutuações de humor e distúrbios psicológicos. Estima-se que em até 50% dos casos de fibromialgia, essas comorbidades estão presentes, o que pode complicar ainda mais o quadro clínico e impactar a qualidade de vida dos pacientes (Provenza, 2004).

Esses sintomas podem ser explicados pela interação do sistema nervoso central, que percebe estímulos diversos, incluindo os dolorosos, desencadeando respostas inespecíficas diante de situações de estresse corporal. Essa interação também está diretamente relacionada ao sistema límbico, que modula as percepções sensoriais. Observa-se, assim, o envolvimento dos centros vasomotores bulbares em conjunto com os centros nervosos superiores, os quais podem influenciar várias modificações na fisiologia do organismo, agravando o quadro clínico do paciente e contribuindo para o surgimento de sintomas relacionados à dor e comorbidades frequentes reportadas pelos pacientes (Ruiz, 2009).

Portanto, torna-se crucial valorizar esses sintomas, além da dor, que continua sendo o ponto central no diagnóstico da condição. Reconhece-se que uma avaliação abrangente, considerando também o perfil do paciente, incluindo gênero, peso, altura e outros dados antropométricos, é essencial para estabelecer uma conduta terapêutica adequada para cada indivíduo (Pernambuco, 2017).

É importante destacar a fibromialgia como uma condição médica importante que requer uma abordagem multidisciplinar para o seu diagnóstico, tratamento e investigação contínua. O diagnóstico da fibromialgia requer uma abordagem clínica especializada, que inclui a análise detalhada da história médica do paciente, sua história da doença atual (HDA) e história patológica pregressa (HPP), juntamente com um exame clínico seguindo os critérios estabelecidos pela American College of Rheumatology (ACR) de 2010/2011, conforme descrito por Goldenberg et al. (2014).

Devido a não haver cura para a fibromialgia, o tratamento farmacológico se concentra em aliviar os sintomas característicos, visando proporcionar a melhor

qualidade de vida possível às pessoas com essa condição (Sociedade Portuguesa de Reumatologia, 2014). Nesse sentido é importante destacar a Acupuntura como uma abordagem muito utilizada no tratamento de pessoas com fibromialgia.

Uma das propostas terapêuticas para alívio da dor e melhora na qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia é a acupuntura, um método terapêutico de origem chinesa. A acupuntura envolve a estimulação de pontos específicos da pele ao longo dos meridianos, que são canais de energia, com o objetivo de restaurar o equilíbrio energético do corpo. Sua aplicabilidade tem se mostrado eficaz como tratamento coadjuvante, destacando a importância de respeitar a localização anatômica precisa dos pontos de acupuntura (Takiguchi, et al., 2008).

Acupuntura como tratamento para pacientes com fibromialgia resulta em melhora na dor e redução no uso geral de medicamentos, como também uma mudança na concentração dos moduladores da dor, como serotonina e substância P (Simons, 1998).

Portanto, esse estudo tem como objetivo realizar uma revisão literária para determinar o efeito da acupuntura para o tratamento e melhora da qualidade de vida de indivíduos com fibromialgia.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

O objetivo deste Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) é investigar e analisar com base na literatura, o uso do tratamento com acupuntura para o tratamento e melhora de vida de indivíduos com fibromialgia.

2.2 Objetivo específico

O objetivo específico é identificar e evidenciar os resultados encontrados sobre a eficácia ou não eficácia do uso da acupuntura para o tratamento e melhora de vida de indivíduos com fibromialgia, por meio de uma revisão bibliográfica.

3 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Os fundamentos da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) são baseados em uma compreensão holística do corpo humano e de sua interação com o ambiente. Segundo a MTC, "Yin e Yang são conceitos fundamentais que representam as forças opostas e complementares da natureza" (Xiaoming Tian, 2012). Yin é associado à escuridão, passividade, frio e interioridade, enquanto Yang está relacionado à luz, atividade, calor e exterioridade. A saúde é vista como "o equilíbrio dinâmico entre essas duas forças" (Maciocia, 2007). O desequilíbrio entre Yin e Yang é considerado "a causa subjacente de muitas doenças" (Ross, 2011).

Outro princípio fundamental na MTC é a teoria dos Cinco Elementos. "Cada elemento está associado a órgãos internos, sistemas corporais, emoções e estações do ano" (Shu-Yuan Chen et al., 2017). Essa teoria é usada para entender "os padrões de desarmonia no corpo e determinar o tratamento apropriado" (Maciocia, 2007).

Qi, ou energia vital, é considerado "a energia vital que flui pelo corpo, mantendo a saúde e o equilíbrio" (Tatiana Catanzaro et al., 2020). Ele circula através de canais chamados meridianos, que "conectam os órgãos e sistemas do corpo" (Tatiana Catanzaro et al., 2020). O bloqueio ou desequilíbrio do fluxo de Qi é

considerado "a causa de doenças na MTC" (Tian, 1993). Práticas como acupuntura, tai chi e qi gong visam "regular o fluxo de Qi para promover a saúde" (Ross, 2011).

Os meridianos, "canais invisíveis pelos quais o Qi flui pelo corpo" (Yang et al., 2021), são uma parte importante da MTC. Pontos específicos ao longo desses meridianos são estimulados na acupuntura para "regular o fluxo de Qi e tratar condições específicas" (Maciocia, 2007).

A teoria dos Zang Fu divide os órgãos internos em Zang e Fu. Os Zang são órgãos sólidos, como o coração, o fígado e os rins, enquanto os Fu são órgãos ocos, como o estômago e a vesícula biliar. "Cada órgão tem suas próprias funções fisiológicas e emocionais" (Xiaoming Tian, 2012), e desequilíbrios nesses órgãos podem levar a doenças.

O diagnóstico na MTC é feito por meio da observação dos sinais e sintomas do paciente, bem como da análise do pulso radial e da língua. Os médicos tradicionais chineses buscam identificar "padrões de desarmonia entre os elementos, órgãos e meridianos" (Shu-Yuan Chen et al., 2017) para determinar o tratamento adequado.

3.1 Teoria do yin-yang

A teoria do Yin e Yang é um dos princípios fundamentais da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e é essencial para compreender a natureza, o universo e a saúde humana de acordo com essa filosofia. Yin e Yang são conceitos opostos e complementares, que descrevem as duas forças fundamentais presentes em todas as coisas e processos no universo. De acordo com Xiaoming Tian (2012), Yin é associado com a escuridão, a passividade, o frio, a interioridade e aspectos femininos, enquanto Yang está relacionado com a luz, a atividade, o calor, a exterioridade e aspectos masculinos. Nos conceitos teóricos da MTC, o Yin e o Yang são usados para explicar a natureza de todas as coisas e fenômenos, desde o funcionamento dos órgãos internos até os padrões climáticos e sazonais. A teoria do Yin/Yang é essencial para entender os princípios subjacentes que regem o corpo humano e seu ambiente.

Quadro1: Características do yin-yang

	Aspectos da	Estruturas	Características
--	-------------	------------	-----------------

	natureza	corpóreas	patológicas
Yin	Terra, Material, Água, Contração, Lua, Escuridão, Sombra, Descanso	Estrutura dos órgãos, Corpo, Sangue, Zang, Interior (órgãos), Frente (tórax-abdômen)	Frio, Face pálida, Sonolência, Voz fraca, Falta de sede, Fezes amolecidas, Hipofuncionalidade, Doença crônica
Yang	Céu, Sol, Energia, Luminosidade, Fogo, Brilho, Expansão, Atividade, Imaterial	Cabeça, Costas, Função dos órgãos, Exterior (pele e músculos), Qi, Fu	Calor, Rubor facial, Sede, Voz alta, Constipação, Insônia, Hiper funcionalidade Doença aguda

Fonte: Elaboração própria. Adaptado de MACIOCIA (2007)

Essa inter-relação pode ser compreendida por meio de quatro aspectos: oposição de Yin e Yang, interdependência de Yin e Yang, consumo mútuo de Yin e Yang e Inter transformação de Yin e Yang. Essa teoria descreve a interdependência e a transformação contínua entre essas duas forças. Não há absoluto Yin ou Yang; em vez disso, eles existem em um estado de equilíbrio dinâmico. Wu (2020) discute a aplicação da teoria do Yin e Yang na compreensão das dinâmicas sociais e emocionais, sugerindo que a dualidade Yin-Yang pode ser um conceito útil para entender os processos de regulação emocional.

Na MTC, a saúde é vista como o resultado de um equilíbrio dinâmico entre Yin e Yang no corpo. Quando essas forças estão equilibradas, a pessoa está saudável. No entanto, um excesso ou deficiência de Yin ou Yang pode levar a doenças. He et al. (2012) abordam a importância do equilíbrio Yin-Yang na prevenção e tratamento de doenças, destacando que desequilíbrios nesses princípios podem levar a várias condições de saúde.

Sim, pode-se afirmar que o conceito de Yin/Yang permeia toda a lógica da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), desde os conceitos teóricos até a fisiologia e a prática clínica. Yin e Yang são fundamentais para a compreensão da saúde e da doença na MTC, e são aplicados em todas as etapas do diagnóstico e tratamento. (Tian, 1993).

3.2 Teoria dos elementos ou cinco movimentos

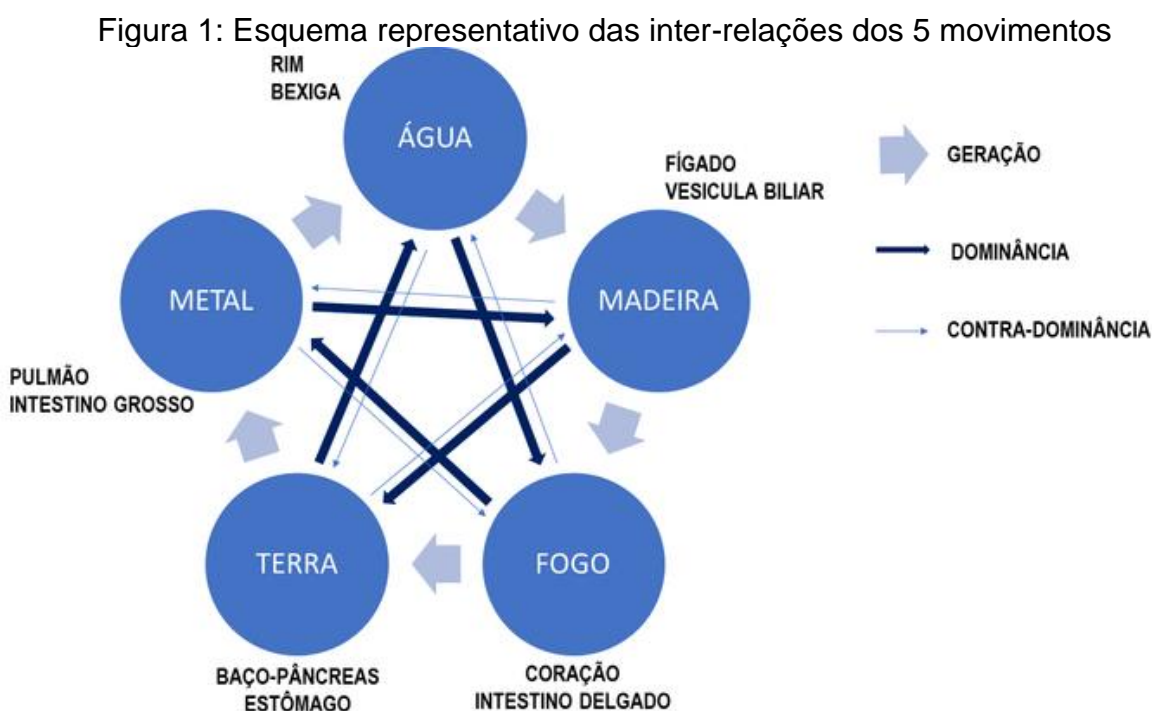
O conceito dos cinco elementos teve origem na observação da natureza, na classificação da matéria e na percepção de seus movimentos de transformação (Ross, 2011). Esse conhecimento representou um avanço significativo na época, permitindo compreender as causas das doenças com base no estilo de vida das pessoas, incluindo seu contexto territorial, social e político, em vez de atribuí-las a causas sobrenaturais (Maciocia, 2005). A teoria dos Cinco Movimentos foi desenvolvida pela "Escola do Yin-Yang" na mesma época que a teoria do Yin-Yang, por volta de 1000-700 a.C. Essa teoria classifica toda a matéria do universo em cinco elementos principais: Água, Madeira, Fogo, Terra e Metal. Cada elemento possui características específicas e está associado a órgãos internos, estações do ano, emoções e outros aspectos da vida humana (Tian, 1993). como pode ser observado no quadro abaixo.

Quadro 2: Características dos cinco elementos

	Madeira	Fogo	Terra	Metal	Água
Estágios	Nascimento	crescimento	Transformação	Colheita	Estoque
Zang	Fígado	Coração	Baço-pâncreas	Pulmão	Rim
Fu	Vesícula Biliar	Intestino Delgado	Estômago	Intestino Grosso	Bexiga
Órgão de sentidos	Olho	Língua	Boca	Nariz	Ouvidos
Emoções	Raiva	Alegria	Preocupação	Tristeza	Medo
Sons	Grito	Riso	Canto	Choro	Gemido
Cor	Verde	Vermelho	Amarelo	Branco	Preto
Odor	Rançoso	Queimado	Aromático	Fétido	Podre
Sabor	Ácido	Amargo	Doce	Picante	Salgado
Clima	Vento	Calor	Úmido	Seco	Frio
Movimento	Expansivo	Ascendente	Circular	Contração	Descendente

Fonte: Elaboração própria. Adaptado de MACIOCIA (2007)

Cada elemento está interligado aos demais por meio de três ciclos: geração, dominância e contra dominância (Ross, 2011). No ciclo de geração, também conhecido como mãe-filho, cada elemento fornece energia para o surgimento do próximo. No ciclo de dominância, ocorre o governo e a restrição de um elemento sobre o outro, visando o equilíbrio mútuo entre eles. Por fim, o ciclo de contra dominância representa a manifestação da falta de controle normal das relações entre os elementos MACIOCIA (2005). Essas interações são representadas em diagramas esquemáticos, conforme ilustrado abaixo:



Fonte: Maciocia (2007)

Na prática clínica da MTC, os Cinco Movimentos são usados para entender e explicar a fisiologia, as patologias e as interações do corpo com o meio externo (Ross, 2011). Por exemplo, desequilíbrios nos Cinco Movimentos podem ser usados para diagnosticar e tratar doenças, identificando padrões de excesso ou deficiência em um elemento específico e restaurando o equilíbrio por meio de técnicas como acupuntura, fitoterapia, dieta e práticas corporais.

3.3 Teoria do Zang Fu

A "teoria do Zang Fu" é uma parte essencial da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) que descreve a função dos órgãos internos (Zang) e das vísceras (Fu). Na

MTC, os termos "Zang" e "Fu" não se referem exatamente aos órgãos como entendidos na medicina ocidental, mas sim a funções e sistemas fisiológicos específicos (Ross, 2011).

Os órgãos e vísceras são examinados de maneira abrangente, considerando não apenas suas características anatômicas e funcionais, mas também aspectos energéticos, mentais, emocionais e espirituais. Segundo Tian (1993), cada órgão está estreitamente relacionado a uma emoção específica, tecido corporal, órgão sensorial, função mental, cor, clima, sabor, som, odor e outras correlações. Essa abordagem integrada na Medicina Tradicional Chinesa (MTC) proporciona uma compreensão mais ampla da saúde e da doença, englobando não apenas o aspecto físico, mas também o emocional e espiritual do indivíduo (Maciocia, 2007).

Os órgãos Zang incluem Coração, Fígado, Baço-pâncreas, Pulmão, Rim e Pericárdio. Eles são considerados Yin e são responsáveis por armazenar, transformar e regular as substâncias essenciais do corpo, como o sangue, a energia vital (Qi), os fluidos corpóreos e as emoções. As vísceras Fu incluem o Intestino Delgado, Vesícula Biliar, Estômago, Intestino Grosso, Bexiga e Três Aquecedores (superior, médio e inferior). Eles são considerados Yang e são responsáveis por receber, digerir e eliminar resíduos e substâncias indesejadas do corpo (Maciocia, 2005).

Funções do coração:

- Governar o Sangue: O coração desempenha um papel fundamental na transformação do Qi dos alimentos em sangue, além de ser responsável pela circulação sanguínea e exercer influência indireta sobre a menstruação feminina. Portanto, um coração saudável contribui para uma boa constituição e vitalidade, garantindo que o sangue esteja bem nutrido e a circulação seja eficiente (Tian, 1993).
- Controlar os vasos sanguíneos: O estado dos vasos sanguíneos é influenciado pelo coração, uma vez que dependem do Qi do coração e do sangue para funcionarem adequadamente (Ross, 2011).
- Manifestar-se na compleição: A condição do coração e do sangue reflete-se na aparência facial de uma pessoa, uma vez que o coração governa o sangue e os vasos sanguíneos, que se distribuem por todo o corpo (Maciocia, 2005).

- Abrigar a Mente (Shen): O coração é considerado a residência da mente (Shen) na Medicina Tradicional Chinesa. Portanto, o estado do coração e do sangue têm um impacto direto nas funções mentais e espirituais de uma pessoa, incluindo o sono, o pensamento, a memória, a consciência, as emoções e as atividades mentais (Tian, 1993).
- Relacionar-se à alegria: A emoção associada ao coração é a alegria. Quando experimentada em alta intensidade, representando um estado de excessiva excitação e desejo, a alegria tem o potencial de desequilibrar e prejudicar o Qi do coração (Tian, 1993).
- Abrir-se na língua: O coração controla a fala, o paladar, a aparência, a forma e a cor da língua, especialmente sua ponta. Isso ocorre porque o Qi do coração se comunica e influencia a língua (Maciocia, 2007).
- Controlar a sudorese: Uma das funções do coração é governar o sangue, que possui uma relação íntima com os fluidos corporais, incluindo o suor. Portanto, o coração interfere na produção de suor (Ross, 2011).

Funções do Fígado:

- Armazenar o Sangue: O fígado é responsável por armazenar o sangue e garantir seu fluxo adequado pelo corpo durante momentos de atividade física e repouso. Durante o repouso, o sangue retorna ao fígado com o objetivo de restaurar as energias da pessoa (Maciocia, 2007). Durante o exercício, quando o corpo está ativo, o sangue é liberado do fígado para fortalecer os músculos e tendões, capacitando-os a realizar a atividade física. Esse processo de liberação de sangue do fígado é essencial para fornecer nutrição e energia aos músculos, garantindo que eles possam funcionar de maneira eficiente durante o exercício (Tian, 1993).
- Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a função do fígado em armazenar o sangue está diretamente relacionada à menstruação e à saúde feminina. O estado do sangue do fígado se manifesta no sangue menstrual, e qualquer desequilíbrio nessa função pode influenciar diretamente a fisiologia e a patologia feminina (Maciocia, 2007). Por exemplo, quando o sangue do fígado está estagnado, isso pode resultar em dores intensas e coágulos no sangue durante o período menstrual. Essa estagnação pode ser causada por diversos fatores, como estresse, emoções reprimidas, estilo de vida

sedentário ou dieta inadequada. Quando o sangue do fígado não flui livremente, pode causar sintomas menstruais dolorosos e irregulares.

- Uma função crucial dessa ação autorreguladora do fígado é sua capacidade de influenciar indiretamente a resposta do organismo diante da exposição a fatores patogênicos externos. Com essa função saudável, o volume sanguíneo do organismo seguirá o curso necessário, garantindo que todos os tecidos permaneçam bem nutridos e, como resultado, fortalecendo o sistema de defesa do corpo (Tian, 1993).

- Regulação do Fluxo do Qi: O fígado também é encarregado de regular o fluxo suave do Qi (energia vital) por todo o corpo. Quando o Qi flui livremente, o corpo está em equilíbrio e a saúde é mantida. Sendo assim a função primordial do fígado é assegurar o fluxo uniforme do Qi por todo o organismo, em todos os órgãos e direções (Ross, 2011). Isso implica que o fígado atua como o centro de comando do Qi, coordenando sua dispersão, circulação, liberação e equilíbrio em todo o corpo, o que é essencial para manter as atividades fisiológicas dos órgãos (Maciocia, 2007). A Figura 2 ilustra esse conceito.

- Controlar os Tendões e Ligamentos: Segundo a MTC, o fígado controla os tendões e ligamentos. Portanto, um fígado saudável é essencial para a flexibilidade e o funcionamento adequado do sistema musculoesquelético.

- O fígado é responsável por fornecer lubrificação e nutrição para os olhos, tendões, ligamentos e cartilagens, garantindo assim o adequado funcionamento de todas as articulações (Ross, 2011).

- Armazenamento e Liberação da Raiva: Em termos emocionais, o fígado está associado ao controle da raiva. Uma função saudável do fígado implica a capacidade de lidar com as emoções de forma equilibrada, sem suprimi-las nem as expressar excessivamente, ou seja, Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a emoção associada ao fígado é a raiva, que deve ser compreendida como um complexo de emoções envolvendo frustração, irritabilidade, ressentimento, fúria e raiva reprimida. O excesso de raiva prejudica o funcionamento do fígado, enquanto um desequilíbrio na energia do fígado pode gerar a emoção da raiva (Maciocia, 2007).

- **Aparecimento nas Unhas:** A saúde do fígado também pode ser refletida nas unhas. As unhas são entendidas como derivadas dos tendões e, por isso, são influenciadas pelo estado energético do sangue do fígado. Assim, na prática clínica, o estado das unhas está intimamente ligado à condição do fígado (Ross, 2011). Portanto, unhas frágeis, quebradiças ou com estrias podem indicar um desequilíbrio no fígado.

- **Abrir-se nos olhos:** A função de armazenamento do sangue está diretamente relacionada aos olhos, os quais são considerados órgãos dos sentidos conectados ao fígado. O fígado fornece o sangue que nutre e umedece os olhos, conferindo-lhes a capacidade de visão (Ross, 2011).

- **Abrigar a Alma Etérea:** A alma etérea representa o aspecto mental do ser humano, fornecendo-lhe sentido e direção na vida, sendo a fonte de vida, propósito, projetos, inspiração, entre outros elementos. Um fígado saudável fortalece a alma etérea, ajudando o corpo a planejar a vida com sabedoria e perspectiva, assegurando, assim, um propósito significativo para a existência (Maciocia, 2007).

Funções do pulmão

- **Governa o Qi e a respiração:** O pulmão controla a respiração, recebendo o Qi do ar inspirado e distribuindo-o pelo corpo, ou seja, o pulmão desempenha um papel crucial na troca de Qi (energia vital) puro e impuro, o que é fundamental para a manutenção fisiológica do corpo. O pulmão inala o Qi puro do ar e exala o Qi impuro, realizando assim uma constante renovação energética (Maciocia, 2007).

- **Controlar a dispersão e a descida de Qi e Fluidos Corpóreos:** Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), o pulmão desempenha um papel fundamental na dispersão do Qi defensivo por todo o corpo e para o espaço entre a pele e os músculos, o que o relaciona diretamente com a pele. É o pulmão o órgão responsável por distribuir o Qi para todo o corpo, garantindo as funções de defesa e aquecimento dos músculos. Essa distribuição eficaz de Qi promove não apenas a saúde geral, mas também a proteção do corpo contra invasões externas e o fortalecimento da musculatura (Ross, 2011).

- O pulmão é considerado o órgão mais alto do tórax, e o movimento predominante do seu Qi é de descida. Esse movimento descendente é responsável por várias funções essenciais, incluindo a

dispersão dos fluidos corporais. A função de descida do pulmão também está relacionada à umidade da pele, regulando a abertura e o fechamento dos poros e controlando a sudorese. Assim, o pulmão desempenha um papel crucial na manutenção da umidade e da transpiração adequada, garantindo o equilíbrio dos fluidos corporais e a proteção da pele contra invasões externas (Ross, 2011).

- Regular todas as atividades fisiológicas: O pulmão desempenha um papel multifacetado e fundamental na regulação das atividades fisiológicas do corpo como um todo. Além das funções de dispersão do Qi, controle dos vasos sanguíneos, respiração e formação do Qi de reunião, o pulmão também é responsável por administrar e ajudar na regulação de uma variedade de processos corporais (Maciocia, 2007).

- Abrir-se no nariz e manifestar-se nos pêlos corpóreos: Na perspectiva da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), o nariz é o órgão sensorial relacionado ao Pulmão, uma vez que é por meio dele que ocorre a respiração. Além disso, existe uma correlação importante entre o estado dos pelos do corpo e a saúde do Pulmão. Os pelos do corpo refletem o estado do Pulmão, pois este órgão é responsável por disseminar o Qi defensivo e os fluidos corporais para a pele e os pelos. Portanto, o estado dos pelos pode servir como um indicador da saúde pulmonar de acordo com os princípios da MTC (Tian, 1993).

- Abrigar a Alma Corpórea: Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a alma corpórea é considerada a manifestação física da alma responsável por todos os processos fisiológicos. Ela está intimamente conectada à essência de uma pessoa, expressando suas sensações e sentimentos. Essa concepção ressalta a interconexão entre o corpo e a mente, reconhecendo a importância das emoções e sensações físicas na saúde e no bem-estar geral (Ross, 2011).

- Sua emoção é a tristeza: Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a tristeza é considerada a emoção associada ao Pulmão. Além disso, sentimentos como aflição e mágoa também afetam de maneira negativa a função pulmonar (Maciocia, 2007).

- Controla o Qi e a função defensiva do corpo: O pulmão é responsável por extrair o Qi do ar e combiná-lo com o Qi do alimento para

formar o Qi nutritivo, que é essencial para a função defensiva do corpo contra patógenos externos (Tian, 1993).

- É o "parceiro" do intestino grosso no sistema de eliminação de resíduos: Na MTC, o pulmão está relacionado ao intestino grosso, formando um sistema de eliminação de resíduos do corpo (Ross, 2011).

Funções do Baço

- Transformação e transporte dos alimentos: O baço é responsável por transformar os alimentos e os líquidos em Qi (energia vital) e Sangue, distribuindo-os pelo corpo para nutrir os órgãos e tecidos, ou seja, o baço desempenha um papel crucial na transformação dos alimentos ingeridos para captar o Qi (energia vital). Ele realiza a separação das partes utilizáveis das não utilizáveis. Após essa etapa, o baço encaminha o que foi extraído para o pulmão, onde se combina com o Qi do ar e é distribuído para os órgãos do corpo. Além disso, parte desse Qi é direcionada para o coração, onde é utilizado na produção de sangue (Maciocia, 2007).
- Governa o transporte e a transformação: Além de transformar os alimentos, o baço também governa o transporte e a transformação da umidade no corpo, garantindo um equilíbrio adequado entre a umidade e a secura (Ross, 2011).
- Governa o sangue e subida do Qi: O baço tem uma relação importante com a produção e o controle do Sangue, sendo responsável por manter a quantidade adequada de Sangue circulando pelo corpo, ou seja, a função do baço de fazer subir o Qi desempenha um papel crucial no controle do sangue, sustentando-o e mantendo sua circulação adequada nos vasos sanguíneos. Além disso, o baço auxilia na produção de sangue ao fornecer a energia dos alimentos necessária para esse processo (Maciocia, 2007).
- Abre-se na boca: O estado da boca, incluindo a saúde das gengivas e a condição da língua, está relacionado à função do baço na MTC. Um baço saudável se manifesta em uma boca saudável (Tian, 1993). A relação entre a boca e o baço ocorre durante o processo de preparação dos alimentos. É a partir da mastigação que o alimento começa a ser processado, iniciando assim sua jornada de transformação e

transporte pelo baço. Portanto, a relação entre a boca e o baço é funcional e interdependente. Um bom estado do baço influencia uma mastigação adequada e um paladar saudável (Ross, 2011)

- Controla os músculos e os membros: O baço é responsável por controlar os músculos e os membros do corpo, garantindo que tenham força e resistência adequadas para realizar as atividades diárias (Maciocia, 2007).

- Abrigar o Intelecto: Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), o baço desempenha um papel importante no fortalecimento do pensamento, que se aplica ao estudo, memorização, concentração e outras atividades mentais. Portanto, a atividade do baço influencia diretamente o estado da mente, destacando a conexão entre a saúde física e mental de acordo com os princípios da MTC (Tian, 1993).

- Ser afetado pelo estado de ficar pensativo: O movimento associado à Terra é o centrípeto, caracterizado por um movimento circular que tende a se aproximar do centro. Um estado patológico comumente relacionado ao baço é a preocupação excessiva, que resulta em um pensamento constante e obsessivo, mantendo a mente presa em um ciclo repetitivo. Esse estado é equivalente a um excesso de concentração e foco em um ou mais assuntos específicos. Tal condição pode afetar o baço como um efeito patológico e também pode ser um sintoma clínico de desequilíbrio nesse órgão, de acordo com os princípios da MTC (Maciocia, 2007).

Funções do Rim:

- Armazenamento da Essência (Jing): Os rins são responsáveis por armazenar a essência ancestral do corpo, que é considerada "a base para o crescimento, desenvolvimento e reprodução" (Maciocia, 2015). A essência é vista como "uma forma concentrada de energia vital que influencia o envelhecimento e a vitalidade geral".

- Produção de Medula Óssea e Formação de Sangue: Na MTC, os rins estão associados à produção de medula óssea e, portanto, à formação do sangue. A essência é base orgânica da medula, sendo essa a fonte material para a formação dos ossos, medula óssea e espinha dorsal. Portanto a função de armazenamento e de fonte da essência do

corpo influi diretamente na formação e fortalecimentos da mente e dos ossos (Ross, 2011).

- **Regulação da Água Corporal:** Os rins são responsáveis por regular a quantidade de água no corpo, extraindo o excesso de água do sistema e mantendo um equilíbrio adequado de fluidos. Os rins desempenham um papel crucial como o principal comandante da micção, da absorção da água pelos intestinos e da separação dos líquidos puros e impuros (Tian, 1993).

- **Controlar a recepção do Qi:** De acordo com os princípios da MTC, o Qi do pulmão flui para baixo, e é função dos rins receber e manter esse fluxo de energia. Os rins são considerados responsáveis por consolidar e regular o Qi, ajudando a manter o equilíbrio entre o Yin e o Yang no corpo. (Ross, 2011).

- **Abrir-se nos ouvidos:** Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a saúde dos ouvidos está correlacionada com a função dos rins. Isso ocorre porque, de acordo com os princípios da MTC, os ouvidos dependem da nutrição da Essência, que é armazenada e regulada pelos rins, para seu pleno funcionamento (Maciocia, 2007).

- **Manifestar-se nos cabelos:** as características dos cabelos, como crescimento, textura e cor, são atribuídas à essência dos rins (Ross, 2011). A Essência dos Rins, ou Jing, desempenha um papel fundamental no crescimento e na saúde dos cabelos, assim como em outras estruturas corporais, como ossos, dentes e medula óssea.

- **Controlar os dois orifícios inferiores:** os orifícios inferiores, que incluem a uretra, o ânus e, para os homens, o ducto espermático, são vistos como pontos de eliminação e regulação de fluidos e resíduos corporais. O rim é considerado responsável pela abertura e controle do fluxo desses orifícios inferiores (Maciocia, 2007).

- **Abrigar a Força de Vontade (Zhi):** A Força de Vontade, chamada de Zhi, é considerada como tendo domicílio no Rim. O Zhi é responsável por determinar a disciplina, a motivação e o propósito diante dos objetivos ao longo da vida de uma pessoa. Portanto, é correto afirmar que a força de vontade é influenciada diretamente pelo estado do Rim. Quando os rins estão saudáveis e equilibrados, a Força de Vontade tende a ser forte e

estável, permitindo que a pessoa se mantenha focada em seus objetivos e perseverante diante dos desafios (Ross, 2011).

Funções do Estômago

- Controlar a "recepção": o estômago desempenha um papel fundamental na recepção, retenção e processamento dos alimentos e líquidos. Essa função pode ser compreendida tanto de forma literal, relacionada à digestão, quanto de forma mais subjetiva, relacionada ao controle do que é recebido pelo corpo. Um estômago saudável não apenas digere os alimentos de forma eficiente, mas também regula o apetite e mantém um fluxo adequado dos alimentos dentro da normalidade, uma recepção saudável está associada a um apetite regulado, no qual a pessoa sente fome quando necessário e é capaz de se satisfazer com a quantidade adequada de alimentos. Isso implica em uma capacidade de discernir entre a fome real e outros impulsos alimentares, como a fome emocional (Tian, 1993).

- Controlar a maceração e a decomposição dos alimentos: O estômago desempenha um papel crucial no preparo dos alimentos através da fermentação, antes de serem processados pelo baço. Esse processo de preparação, juntamente com as funções do baço, permite a extração da essência dos alimentos. O estômago e o baço são conhecidos como a "Raiz do Qi pós-celestial", pois juntos são responsáveis por constituir o Qi do organismo. O processo de fermentação no estômago inicia a decomposição parcial dos alimentos, preparando-os para o próximo estágio da digestão, que ocorre no baço. O baço, por sua vez, extrai a essência dos alimentos digeridos e a transforma em Qi, que é a energia vital fundamental para o funcionamento saudável do corpo (Maciocia, 2007).

- Controlar o transporte das essências dos alimentos: o estômago e o baço são responsáveis pelo transporte do Qi (energia vital) para as demais áreas do corpo, especialmente para os membros. Quando o estômago está saudável, ocorre a extração e o transporte adequado do Qi, contribuindo para que o corpo tenha força e vigor. O estômago é responsável por receber os alimentos, iniciar o processo digestivo e transformar os nutrientes em Qi. O baço, por sua vez, extrai a essência

dos alimentos digeridos e a transforma em Qi e Sangue, que são então distribuídos para todo o corpo (Ross, 2011).

- Controlar a descida do Qi: O estômago é considerado a porta de entrada para os alimentos e o início do caminho descendente do bolo alimentar no corpo. O Qi (energia vital) do estômago desce e envia os alimentos transformados para o intestino delgado (Ross, 2011).

- Ser a origem dos fluidos: é enfatizada a importância da umidade para o estômago realizar suas funções de transformação e decomposição dos alimentos. Os líquidos são necessários para a extração da essência dos alimentos, um processo essencial para a digestão eficaz e a nutrição do corpo (Maciocia, 2007).

Funções do Intestino Delgado

- Controlar a recepção e a transformação: o intestino delgado desempenha um papel crucial na separação do puro e do impuro dos alimentos provenientes do estômago. Após o processo de digestão no estômago, o bolo alimentar é direcionado para o intestino delgado, onde ocorre a maior parte da absorção de nutrientes (Ross, 2011).

- Separar os fluidos: o intestino delgado tem grande importância na separação dos fluidos corporais, assim como na separação dos alimentos. No entanto, a diferença reside no destino dado a cada tipo de fluido após a separação. Os fluidos corporais descem do estômago e, ao chegar ao intestino delgado, são separados em partes puras e impuras. A parte pura é direcionada para a Bexiga, enquanto a parte impura é encaminhada para o intestino grosso (Tian, 1993).

Funções do Intestino grosso

- Controlar a passagem e a condução: por sua vez o intestino grosso faz a recepção do alimento digerido proveniente do intestino delgado. Sua função é transformar esse alimento em fezes e garantir que sejam movidas e conduzidas para baixo, a fim de eliminá-las do corpo. Portanto, o intestino grosso é considerado o órgão de excreção do impuro (Ross, 2011).

- Transformar fezes e reabsorver fluidos: A função de reabsorção dos fluidos pelo intestino grosso é de grande importância para a manutenção do equilíbrio correto dos intestinos, visando evitar

problemas como constipação (secura) ou fezes amolecidas (umidade) (Tian, 1993).

Funções da Bexiga

- Remover a água pela transformação do Qi: A bexiga desempenha um papel importante no processo de transporte e transformação dos fluidos corporais. De acordo com os princípios da MTC, a bexiga recebe os fluidos que foram separados no intestino delgado, transformando-os em urina com o auxílio do Qi e do calor do Yang do Rim, e, posteriormente, armazenando-a para excreção futura (Maciocia, 2007).

Funções da Vesícula Biliar

- Estocar e excretar a bile: A vesícula biliar é identificada por sua função singular de armazenar e excretar a bile, um fluido considerado puro no corpo, em contraste com substâncias impuras que são decompostas. Sua função de estocar e liberar bile é similar à compreensão na medicina ocidental. O excesso de Qi do fígado, segundo os princípios da MTC, é direcionado para a vesícula biliar para a produção de bile. A liberação da bile nos intestinos desempenha um papel crucial no processo digestivo, auxiliando na função do estômago e do baço na transformação dos alimentos (Maciocia, 2007).

- Controlar a decisão: A vesícula biliar não é apenas reconhecida por suas funções fisiológicas relacionadas à digestão, mas também é associada a aspectos psicológicos, incluindo a capacidade de tomada de decisões e a motivação para a realização de propósitos. É vista como o órgão que ajuda a moldar o nosso julgamento e a nossa capacidade de agir de forma assertiva diante dos desafios e oportunidades que enfrentamos na vida (Ross, 2011).

- Controlar os tendões: o fígado e a vesícula biliar desempenham funções distintas, porém complementares, no corpo humano. Enquanto o fígado é encarregado do controle e regulação, a vesícula biliar é responsável por fornecer Qi, ou energia vital, para os tendões. Isso assegura que, em um estado de pleno funcionamento, os tendões possuam a energia necessária para realizar movimentos de forma eficaz e harmoniosa. (Tian, 1993).

Funções do triplo aquecedor

O Triplo Aquecedor, também conhecido como Triplo Calor ou San Jiao, é considerado um dos seis órgãos Yang, mas é único em comparação aos outros órgãos, pois não tem uma estrutura física específica como o coração, fígado ou rins. Ele é responsável por garantir uma circulação suave e equilibrada de Qi e outros fluidos corporais pelos três "aquecedores" ou regiões do corpo (superior, médio e inferior) (Maciocia, 2007).

- Aquecedor Superior: Esta área compreende o tórax e a região torácica superior, incluindo os pulmões e a área do coração. É responsável pela regulação da respiração, circulação do Qi e controle do Qi defensivo (Maciocia, 2007).
- Aquecedor Médio: Esta área engloba a região abdominal, incluindo o estômago e o baço. É responsável pela digestão e assimilação dos alimentos, bem como pela distribuição de nutrientes e Qi pelo corpo (Maciocia, 2007).
- Aquecedor Inferior: Esta área inclui a região pélvica e os órgãos localizados nessa área, como os rins e a bexiga. É responsável pela eliminação de resíduos e pela regulação do metabolismo da água (Maciocia, 2007).

Funções do pericárdio

- O pericárdio é um órgão que mantém uma relação direta com o coração, agindo como uma cobertura externa que fornece proteção e suporte. Suas funções fisiológicas são semelhantes às do coração devido à sua proximidade e íntima relação com ele (Maciocia, 2005).

3.4 Substâncias vitais

As substâncias vitais compreendem o Qi (energia vital), o sangue (Xue), os líquidos orgânicos (jin ye), a mente (Shen) e a essência (Jing) (Maciocia, 2005).

• QI

Na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), os termos usados para descrever essa substância vital incluem uma variedade de conceitos, como força material, matéria, éter, matéria-energia, força vital, força da vida, poder vital e poder de

mover. O Qi é considerado a energia que anima todos os fenômenos do universo, apresentando características tanto materiais quanto espirituais. É essa energia que impulsiona os processos corporais e mentais, mantendo a saúde e o equilíbrio. É a força fundamental por trás de todas as funções fisiológicas e processos corporais (Tian, 1993).

Existem diferentes tipos de Qi no corpo, cada um com funções específicas. Por exemplo, o Qi defensivo (Wei Qi) protege o corpo contra invasores patogênicos, enquanto o Qi nutritivo (Ying Qi) nutre e sustenta os órgãos internos (Maciocia, 2005).

- **Sangue (Xue)**

O sangue (Xue) na MTC não é apenas o componente líquido vermelho que circula no corpo, mas também inclui aspectos mais amplos, como a energia nutritiva, o sangue é uma forma densa e material de Qi. Ele se origina do Qi dos alimentos através do processo de transformação do baço. Sua principal função é nutrir o organismo, complementando a ação nutriente e fortalecedora do Qi. Além disso, o sangue tem a importante responsabilidade de umedecer o corpo, prevenindo o ressecamento de diferentes áreas (Maciocia, 2005).

- **Líquidos orgânicos (Jin Ye)**

Os líquidos orgânicos, também conhecidos como Jin Ye, são substâncias essenciais para a saúde e o funcionamento adequado do corpo, o Jin Ye pode ser traduzido como "úmido", "saliva" ou "fluido". Os mesmos representam a parte mais úmida das substâncias vitais, sendo obtidos a partir da alimentação e passando pelo processo de separação e transformação desempenhado pelo baço. Esses fluidos passam por um processo de separação do puro e do impuro, no qual o puro sobe para o pulmão para ser distribuído pelo corpo, enquanto o impuro é encaminhado para a bexiga para eliminação (Ross, 2011). Eles incluem uma variedade de fluidos corporais, como saliva, suor, lágrimas, urina e fluidos articulares.

- **Mente (Shen)**

A mente é representada pelo termo "Shen". É uma concepção que vai além da mente apenas como um aspecto cognitivo, incluindo também aspectos emocionais e espirituais do ser humano. O Shen é considerado a forma mais subjetiva e imaterial do Qi. Pode ser traduzido como "espírito" ou "mente", sendo "mente" a tradução que melhor se enquadra para a definição de Shen como substância vital. O Shen é responsável por uma série de atividades mentais e forma o agregado de funções que incluem consciência, pensamento, cognição, memória, sono, inteligência, sentidos, sentimentos e outras faculdades mentais. Ele reflete a essência espiritual e emocional de uma pessoa e desempenha um papel crucial na saúde mental e emocional, bem como na harmonia geral do corpo e da mente (Maciocia, 2007).

- **Essência (Jing)**

O Jing é descrito como a essência fundamental que fornece a base para o desenvolvimento, crescimento e reprodução. O termo "essência" é usado para descrever uma substância que é refinada, resultante de um processo de refinamento e, portanto, possui valor e necessita ser cuidada e preservada, sendo subdividida em três categorias: pré-celestial, pós celestiais e a essência do rim (Ross, 2011).

O Jing é formado a partir da combinação de Jing Original (Congenital Jing), que é herdado dos pais no momento da concepção e é considerada a base para o desenvolvimento inicial e as características hereditárias de uma pessoa, e Jing Adquirido (Acquired Jing), que é formado a partir da nutrição, estilo de vida, sono adequado e do cultivo ao longo da vida. A essência do rim (Shen Jing) refere-se à reserva de Jing armazenada nos rins, é considerado uma fonte fundamental de energia e vitalidade. Ele desempenha um papel crucial no desenvolvimento físico e mental, na saúde reprodutiva e no envelhecimento (Maciocia, 2007).

3.5. Oito princípios

Os Oito Princípios são um sistema diagnóstico fundamental na Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Eles são usados para analisar e categorizar os padrões de desequilíbrio de saúde de um paciente. Essa análise ocorre a partir da diferenciação dos sinais e sintomas, agrupando-os em uma lógica de quatro padrões

polares de natureza anatômica e fisiológica. Os Oito Princípios são descritos como: Interior-Exterior, Frio-Calor, Deficiência-Excesso, Yin-Yang (Tian, 1993). como podemos observar no quadro abaixo:

Quadro 3: Padrões dos quatro princípios

Aspecto	Oito princípios	
Profundidade no corpo	Interno	Externo
Natureza térmica	Frio	Calor
Estado energético	Deficiência	Excesso
Yin e Yang	Yin	Yang

Fonte: Elaboração própria. Adaptado de Maciocia (2007).

O Yin e Yang, reflete o princípio fundamental de equilíbrio e interação entre forças opostas. Yin representa características mais frias, escuras e internas, enquanto Yang representa características mais quentes, claras e externas (Maciocia, 2007).

Já no Interior e Exterior, descreve a localização do desequilíbrio. As condições exteriores afetam principalmente a superfície do corpo, enquanto as condições interiores afetam os órgãos e sistemas internos (Tian, 1993).

O calor e frio refere-se à natureza do desequilíbrio. O calor está associado a sintomas como febre, sede e vermelhidão, enquanto o frio está associado a sintomas como aversão ao frio, palidez e sensação de frio (Maciocia, 2007).

Na deficiência e excesso determinam a quantidade de energia presente no corpo. Condições de plenitude envolvem um excesso de energia, enquanto condições de vazio envolvem uma deficiência de energia (Ross, 2011).

3.6. Canais de energia ou Meridianos

Os canais de energia, também nomeados de meridianos, desempenham um papel fundamental na Medicina Tradicional Chinesa (MTC). Eles são os trajetos pelos quais o Qi (energia vital) e o Xue (sangue) fluem pelo corpo. Os meridianos formam uma rede interconectada que promove a ligação entre o meio externo e o meio interno do corpo. Além disso, eles se relacionam diretamente com os órgãos Zang-Fu e os conectam às outras estruturas do corpo, como músculos, ossos,

articulações e tecidos (Tian, 1993). E através desse conhecimento é possível selecionar pontos específicos nos meridianos para aplicação de técnicas terapêuticas, como acupuntura, acupressão, moxabustão e outras modalidades de tratamento.

Cada órgão e víscera é associado a uma energia específica que corresponde a um dos cinco elementos: madeira, fogo, terra, metal e água. Essas energias são transmitidas através desses meridianos. Esses canais formam uma rede energética que conecta diferentes partes do corpo, incluindo órgãos (Zang), vísceras (Fu), tecidos, músculos e sistemas. Os meridianos formam um sistema integrado que abrange todo o corpo humano, ajudando a coordenar as funções dos órgãos e sistemas e a promover o fluxo harmonioso de energia vital e sangue (Tian, 1993).

Os doze meridianos principais na Medicina Tradicional Chinesa (MTC) são agrupados em quatro categorias: os canais Yin da mão, os canais Yang da mão, os canais Yin do pé e os canais Yang do pé. A classificação de cada meridiano é determinada pela sua natureza, que está relacionada às propriedades do órgão correspondente, bem como pelo seu sentido de trajeto no corpo, entre outros fatores. Segundo a teoria dos cinco elementos, cada órgão e víscera possuem um movimento natural, e esse conceito também influencia a manifestação dos meridianos de energia (Tian, 1993).

Os doze meridianos principais são agrupados em quatro categorias (Maciocia, 2007):

- Canais Yin da mão: São três meridianos que se relacionam com órgãos Yin (órgãos sólidos) e têm trajetos que começam ou terminam nas mãos. Esses meridianos são o Pulmão, o Coração e o Pericárdio. (Ross, 2011).
- Canais Yang da mão: Também são três meridianos que se relacionam com órgãos Yang (órgãos ocos) e têm trajetos que começam ou terminam nas mãos. Esses meridianos são o Intestino Grosso, o Intestino Delgado e o Triplo Aquecedor. (Maciocia, 2007):
 - Canais Yin do pé: São três meridianos que se relacionam com órgãos Yin e têm trajetos que começam ou terminam nos pés. Esses meridianos são o Fígado, o Rim e o Baço-Pâncreas. (Tian, 1993).
 - Canais Yang do pé: Também são três meridianos que se relacionam com órgãos Yang e têm trajetos que começam ou terminam

nos pés. Esses meridianos são o Estômago, a Vesícula Biliar e a Bexiga. (Ross, 2011).

O Meridiano do Pulmão consiste em 11 pontos ao longo de seu trajeto. Ele se inicia no tórax, abaixo da clavícula, percorre o braço no sentido radial e termina na mão, mais precisamente no polegar. (Tian, 1993).

O Meridiano do Intestino Grosso é composto por 20 pontos ao longo de seu percurso. Ele se inicia na mão, seguindo do indicador e percorrendo radialmente pelo dorso do braço. Termina na cabeça, lateral à aba do nariz (Maciocia, 2007).

O Meridiano do Estômago compreende 45 pontos ao longo de sua rota. Ele se inicia na cabeça, abaixo do olho, e desce ventralmente pelo corpo. Finaliza no pé, na extremidade lateral do segundo dedo. (Tian, 1993).

O Meridiano do Baço-Pâncreas abrange 21 pontos ao longo de sua trajetória. Ele tem início no pé, na extremidade medial do primeiro dedo, e segue medialmente pela perna. Finaliza no tórax, no sexto espaço intercostal (Maciocia, 2007).

O Meridiano do Coração consiste em 9 pontos ao longo de sua extensão. Ele se origina no tórax, no centro da axila, e segue anteriormente pelo sentido ulnar no braço. Termina na mão, na extremidade medial do dedo anelar (Maciocia, 2007).

O Meridiano do Intestino Delgado abrange 19 pontos ao longo de seu percurso. Ele inicia na mão, na extremidade medial do dedo mínimo, e segue posteriormente no sentido ulnar. Passa pela escápula e pela face, finalizando na cabeça, anterior ao trago (Tian, 1993).

O Meridiano da Bexiga percorre 67 pontos em sua extensão. Ele tem início na cabeça, na margem interna do ângulo palpebral, e segue subindo pela frente e descendo occipitalmente. Posteriormente, bifurca-se no dorso, descendo paralelamente à coluna. Une-se na área posterior do joelho e finaliza no pé, na extremidade lateral do quinto dedo (Maciocia, 2007).

O Meridiano do Rim percorre 27 pontos ao longo de sua extensão. Ele se inicia no pé, na face plantar, e segue medialmente pela perna. Depois, continua pelo abdômen e termina no tórax, abaixo da borda inferior da clavícula (Tian, 1993).

O Meridiano do Pericárdio abrange 9 pontos ao longo de sua trajetória. Ele tem início no tórax, no quarto espaço intercostal, e desce anteriormente pelo centro do braço. Finaliza na mão, na extremidade do dedo médio (Maciocia, 2007).

O Meridiano do Triplo Aquecedor percorre 23 pontos ao longo de sua extensão. Ele tem início na mão, na extremidade medial do dedo anelar, e sobe

posteriormente pelo centro do braço. Finaliza na cabeça, na extremidade lateral da sobrancelha.

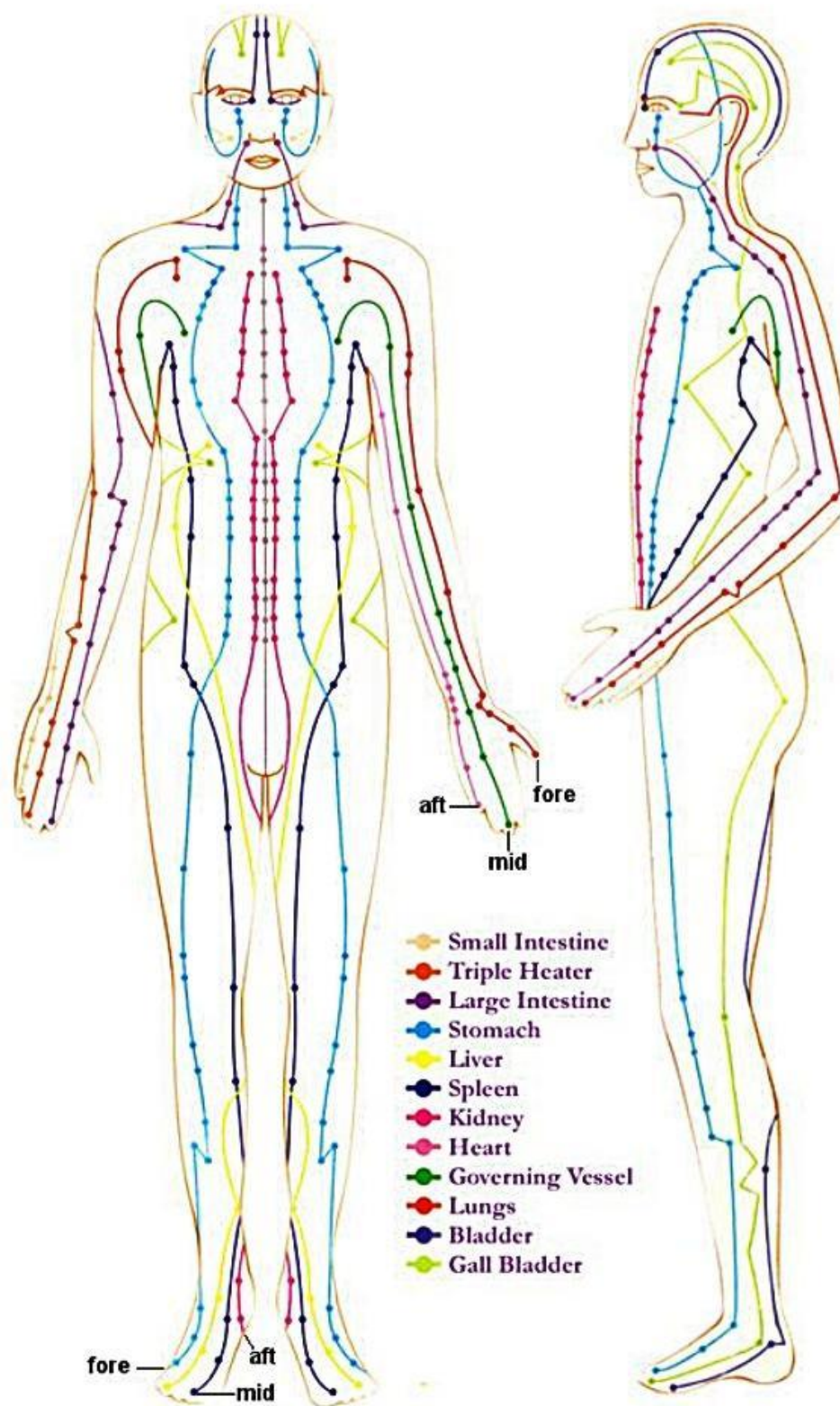
O Meridiano da Vesícula Biliar compreende 44 pontos ao longo de seu trajeto. Ele tem início na cabeça, na borda lateral da pálpebra, e desce lateralmente pelo corpo. Finaliza no pé, na extremidade lateral do quarto dedo (Maciocia, 2007).

O Meridiano do Fígado abrange 14 pontos ao longo de sua rota. Ele inicia no pé, na extremidade lateral do primeiro dedo, e sobe medialmente pela perna. Finaliza no tórax, no sexto espaço intercostal (Tian, 1993).

Os trajetos de cada meridiano podem ser observados na figura a seguir:

Figura 2: Trajeto dos doze meridianos principais

The Main Meridian Channels



Fonte: EAST MEETS WEST (sd).

4 FUNDAMENTAÇÃO DA ACUPUNTURA

A acupuntura é uma prática terapêutica inserida na Medicina Tradicional Chinesa (MTC), que consiste na aplicação de agulhas finas em pontos específicos do corpo. Seu propósito é estimular o equilíbrio do fluxo de energia vital, conhecido como "Qi", e restaurar e manter o equilíbrio do corpo e da mente. Essa estimulação visa facilitar a movimentação, circulação e liberação de energia, visando promover a homeostase e fortalecer os órgãos internos (Zang-fu) do organismo (Maciocia, 2005). Maciocia enfatiza a importância dos princípios da MTC, como a teoria dos cinco elementos, yin e yang, e os meridianos, na compreensão da acupuntura.

Para entender e aplicar adequadamente a técnica de acupuntura, é essencial compreender a concepção energética dos canais de energia e entender as funções dos pontos de acupuntura. Esses pontos estão localizados nos meridianos de energia que se estendem pela pele, e cada um deles possui características distintas. Eles podem refletir manifestações de desequilíbrio nos órgãos internos por meio de dor ou outros sinais orgânicos (Tian, 1993).

As agulhas de acupuntura são finas e estéreis, e sua inserção nos pontos de acupuntura geralmente é indolor. A profundidade e a técnica de inserção podem variar de acordo com o objetivo do tratamento, a anatomia do paciente e sua sensibilidade individual. Uma vez inseridas, as agulhas permanecem no local por um período determinado, que pode variar de alguns minutos a meia hora, enquanto o paciente relaxa (Yamamura, 2001). Além das agulhas existem também outros diferentes métodos de estimulação desses pontos de acupuntura, como; moxabustão, ventosas, acupressão, entre outros (Maciocia, 2005).

A aplicação da acupuntura é utilizada no tratamento de uma variedade de condições de saúde, tais como, problemas musculoesqueléticos, problemas emocionais e distúrbios ginecológicos, distúrbios gastrointestinais. Além disso e grande importância um diagnóstico correto para a seleção de pontos de acupuntura e a formulação de protocolos de tratamento personalizados para atender às necessidades individuais dos pacientes (Ross, 2011).

5 DIAGNÓSTICO

O diagnóstico na acupuntura é um processo multifacetado e altamente especializado que integra quatro métodos profundamente enraizados na Medicina

Tradicional Chinesa (MTC) (Tian, 1993). Esses métodos são: observação, ausculta e olfação, interrogação e palpação.

Na observação, o terapeuta irá observar sinais externos do paciente, como a aparência da pele, cabelos, olhos e língua. Mudanças nessas características podem fornecer pistas sobre o estado geral de saúde e os desequilíbrios energéticos subjacentes (Ross, 2011).

Na ausculta e olfação, o terapeuta deve ouvir a voz, a respiração e os sons internos do paciente, além de observar o olfato. Sons específicos, como tosse, gemidos, soluços, ressonância abdominal, juntamente com odores corporais, podem indicar desequilíbrios internos (Maciocia, 2005).

Na interrogação o terapeuta irá fazer uma série de perguntas detalhadas ao paciente sobre sua história médica, sintomas atuais, estilo de vida, padrões de sono, algias, alimentação e emoções. Essas informações ajudam a identificar padrões de desequilíbrio energético e orientam o plano de tratamento (Tian, 1993).

Na palpação o terapeuta deve fazer uma palpação física do corpo do paciente, incluindo a palpação do pulso radial e pontos específicos nos meridianos de energia, conhecidos como pontos de assentimento e pontos alarmes. A sensação de pulso e a resposta dos pontos de acupuntura à pressão podem fornecer informações adicionais sobre o estado energético e as áreas de desequilíbrio (Maciocia, 2005).

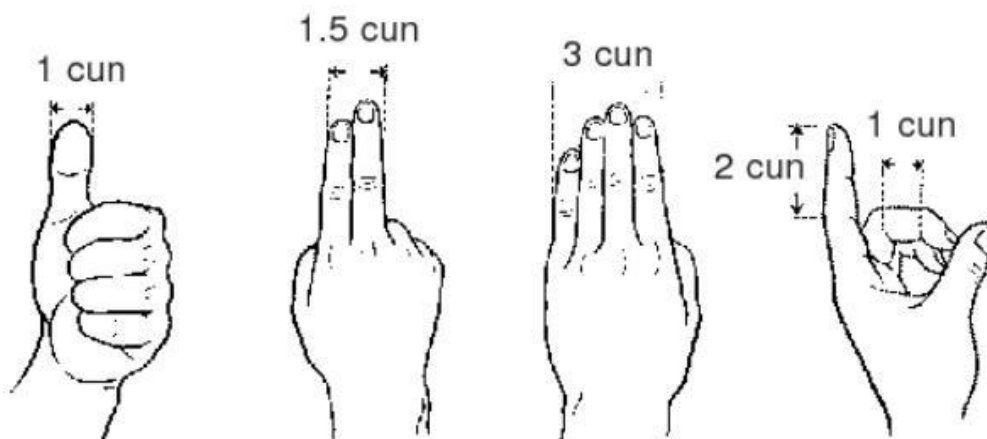
6 SISTEMA MÉTRICO DA ACUPUNTURA

O sistema métrico da acupuntura refere-se à medida utilizada para localizar os pontos de acupuntura no corpo humano. Esses pontos são identificados através de uma combinação de medidas anatômicas, como distâncias em relação a pontos de referência anatômica, como ossos, músculos, articulações ou outras características anatômicas identificáveis (Maciocia, 2005).

Esse sistema utiliza a unidade de medida chinesa conhecida como "cun" ou "tsun". O cun é uma medida relativa baseada na anatomia individual do paciente e é determinada pela largura dos dedos do mesmo. Essa medida é usada para localizar pontos de acupuntura em relação às características anatômicas específicas de cada paciente (Machoski, 2021)

As medidas de "cun" ou "tsun" e sua descrição podem ser observadas nas figuras abaixo:

Figura 3: Medidas de Cun ou Tsun com os dedos das mãos



Fonte: Medico Fiastra (2022)

Figura 4: Descrição das medidas de Cun oTsun

1 cun	medida do polegar	Região mais larga da falange distal do polegar
2 cun	medida do indicador	Comprimento total das falanges distal e média do indicador
1 cun	medida do dedo médio	Distância entre ambas as extremidades da falange média, quando a ponta do dedo médio encosta na ponta do polegar
1,5 cun	medida transversal de dois dedos	Largura dos dedos indicador e médio, posicionados juntos na altura da 2ª articulação interfalângica
2 cun	medida transversal de três dedos	Largura dos dedos indicador, médio e anelar, posicionados juntos na altura da falange distal
3 cun	medida transversal de quatro dedos	Largura dos dedos indicador, médio, anelar e mínimo, posicionados juntos na altura da 2ª articulação interfalângica

Fonte: Medico Fiastra (2022)

7 FIBROMIALGIA NA VISÃO DA MEDICINA OCIDENTAL

Segundo a OMS (2004) (Organização Mundial da Saúde), a fibromialgia é uma síndrome multifatorial não inflamatória caracterizada por dor crônica generalizada que possui a prevalência de 2% em mulheres e 0,5% em homens, ela afeta predominantemente tecidos moles, como músculos e articulações. Além disso, essa condição muitas vezes está associada a comorbidades significativas, como ansiedade, depressão, flutuações de humor e distúrbios psicológicos. Estima-se que em até 50% dos casos de fibromialgia, essas comorbidades estão presentes, o que

pode complicar ainda mais o quadro clínico e impactar a qualidade de vida dos pacientes (Provenza, 2004).

Desde 1992, a fibromialgia é reconhecida como uma doença reumática, quando a Organização Mundial da Saúde (OMS) a classificou como tal (Sociedade Portuguesa de Reumatologia, 2014). Sua origem é desconhecida, e ela se manifesta através de dores musculares generalizadas ou, inicialmente, com dor no pescoço, região lombar e ombros, podendo progredir para áreas mais específicas conhecidas como pontos dolorosos (A.P.D.F, 2013). Além da dor, a fibromialgia causa uma série de outros sintomas, incluindo fadiga, distúrbios do sono, dificuldades cognitivas, disfunção sexual e uma variedade de outros sintomas (Smith et al, 2011).

Esses sintomas podem ser explicados pela interação do sistema nervoso central, que percebe estímulos diversos, incluindo os dolorosos, desencadeando respostas inespecíficas diante de situações de estresse corporal. Essa interação também está diretamente relacionada ao sistema límbico, que modula as percepções sensoriais. Observa-se, assim, o envolvimento dos centros vasomotores bulbares em conjunto com os centros nervosos superiores, os quais podem influenciar várias modificações na fisiologia do organismo, agravando o quadro clínico do paciente e contribuindo para o surgimento de sintomas relacionados à dor e comorbidades frequentes reportadas pelos pacientes (Ruiz, 2009).

Essa patologia tem uma predisposição genética pronunciada e, como em todas as doenças com essas características, os fatores ambientais desempenham um papel crucial como desencadeadores da doença e de suas manifestações (Smith et al, 2011).

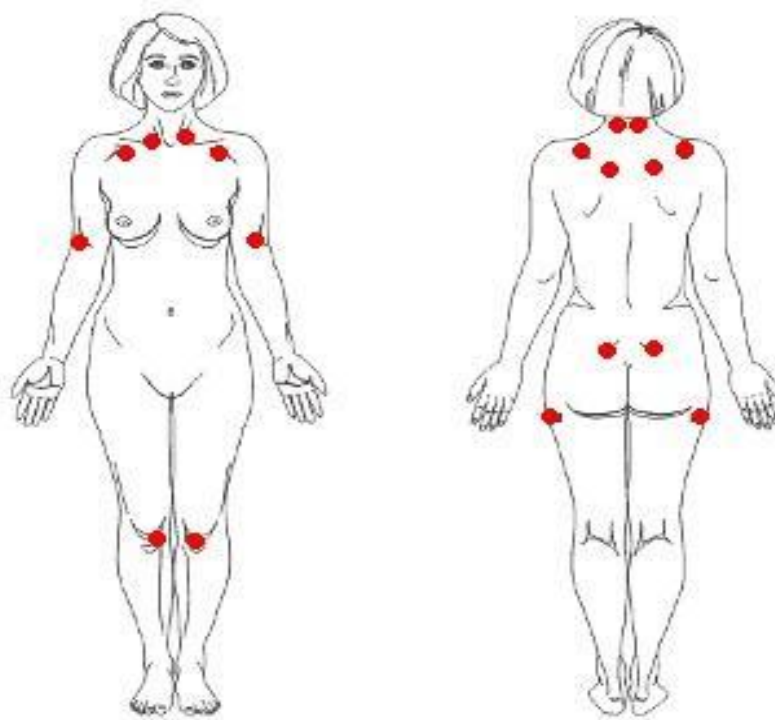
Adicionalmente, estudos têm demonstrado que os grupos afetados pela fibromialgia apresentam níveis mais elevados de fadiga, comprometimento da qualidade do sono e maior prevalência de depressão e ansiedade em comparação com a população saudável em geral (Ospina, 2017). Portanto, torna-se crucial valorizar esses sintomas, além da dor, que continua sendo o ponto central no diagnóstico da condição. Reconhece-se que uma avaliação abrangente, considerando também o perfil do paciente, incluindo gênero, peso, altura e outros dados antropométricos, é essencial para estabelecer uma conduta terapêutica adequada para cada indivíduo (Pernambuco, 2017).

O diagnóstico da fibromialgia requer uma abordagem clínica especializada, que inclui o exame físico, a análise detalhada da história médica do paciente, sua história da doença atual (HDA) e história patológica pregressa (HPP), juntamente com um exame clínico seguindo os critérios estabelecidos pela American College of Rheumatology (ACR) de 2010/2011, conforme descrito por Goldenberg et al. (2014). O paciente deve pontuar igual ou superior a 7 na escala de pontos de dor corporal e igual ou superior a 5 no questionário de gravidade dos sintomas. Além disso, deve apresentar um índice de dor difundida (IDG) entre 3 e 6, com uma pontuação de severidade dos sintomas (SS) igual ou superior a 9. É crucial que a dor seja difusa por um período superior a 3 meses e esteja associada a sintomas como fadiga, distúrbios do sono, disfunções emocionais e exclusão de outras patologias, conforme estabelecido por Wolfe et al. (2011).

Durante o exame físico, o diagnóstico de fibromialgia é confirmado quando pelo menos 11 dos 18 pontos sensíveis espalhados pelo corpo demonstram sensibilidade exacerbada à pressão. Esses pontos sensíveis estão localizados em diversas áreas, incluindo a região suboccipital, músculo trapézio, região supra espinhal, altura das vértebras cervicais, articulação condrocostal, joelho, trocânter, região glútea e ao lado do cotovelo. A presença desses pontos de dor é um indicador significativo da condição, já que muitas vezes as dores associadas são tão intensas que podem incapacitar o paciente (Takiguchi et al., 2008).

A Figura 1 apresenta a localização dos pontos dolorosos (tender points) nos pacientes fibromiálgicos.

Figura 5: Tender points



Fonte: (Cruz et al., 2018).

Não há cura para a fibromialgia, portanto, o tratamento farmacológico se concentra em aliviar os sintomas característicos, visando proporcionar a melhor qualidade de vida possível às pessoas com essa condição (Sociedade Portuguesa de Reumatologia, 2014). O tratamento da fibromialgia envolve a utilização de uma variedade de medicamentos, tais como anti-inflamatórios, analgésicos, antidepressivos, ansiolíticos, hipnóticos e sedativos, anticonvulsivantes e relaxantes musculares, entre outros. Esses medicamentos podem ser adaptados às necessidades individuais de cada paciente com fibromialgia (Riveira, J. et al., 2012).

8 FIBROMIALGIA NA VISÃO DA MTC

No âmbito da Filosofia da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a fibromialgia pode ser interpretada por meio de suas teorias, tais como a teoria dos cinco elementos e dos Zang e Fu, Yin e Yang, bem como pela teoria dos meridianos (Maciocia, 2007).

Conforme a teoria dos cinco elementos, os indivíduos com fibromialgia podem apresentar desequilíbrios energéticos no fígado, baço-pâncreas e rim (Maciocia, 2007). Isso pode se manifestar como excesso de Qi no fígado e deficiência de Qi do baço-pâncreas e no rim. O fígado, considerado um órgão

essa teoria, o comprometimento energético do meridiano extraordinário Yang Qiao Mai, com um excesso de energia yang, pode resultar nos sintomas típicos da fibromialgia, incluindo sono não reparador, dores musculoesqueléticas difusas e ansiedade (FREIRAS E SILVA, 2004). Por outro lado, um déficit de energia Yin no meridiano Yin Qiao Mai pode levar ao surgimento de sintomas como desânimo, fadiga e dor crônica que se agrava com o frio (Magalhães e Rocha, 2007)

Os principais fatores etiológicos na fibromialgia incluem a invasão de fatores patogênicos externos, como umidade, vento e frio, além de tensão emocional, dieta irregular e trabalho físico excessivo (Azevedo, 2010). Dentre esses, a umidade é frequentemente identificada como o mais comum na fibromialgia. Originária da exposição a climas ou ambientes úmidos, pode se alojar no espaço entre a pele e os músculos, resultando em dor muscular generalizada e sensação de peso nos membros, ou na região da cabeça, onde pode causar cefaleias surdas, dor facial, comprometimento da memória, dificuldade de concentração e sensação de entorpecimento na cabeça. Por outro lado, o vento também pode penetrar no espaço entre os músculos e nos próprios músculos, provocando dores erráticas que mudam de localização de um dia para o outro. Já o frio é outro fator invasor dos músculos, causando contração e uma dor mais localizada e intensa do que a causada pelo vento e pela umidade, não sendo errática (Maciocia,2007).

É comum que o frio se combine frequentemente com a umidade. Emoções como raiva, culpa, vergonha, medo, preocupação, tristeza ou pesar podem resultar em tensão emocional, levando à estagnação do Qi. Essa estagnação afeta os músculos dos ombros e do pescoço, contribuindo para a dor muscular na fibromialgia. Alimentação irregular, feita com pressa ou enquanto se trabalha, comer tarde da noite, pular refeições e consumir excessivamente alimentos gordurosos, frituras e laticínios, pode gerar umidade, que é o principal fator patogênico na fibromialgia (Maciocia,2007).

9 METODOLOGIA

A metodologia adotada nesta pesquisa foi a revisão bibliográfica narrativa da literatura. Foi realizada uma busca por referências publicadas entre os anos de 1993 e 2023 em artigos científicos, dissertações, monografias e teses disponíveis em acesso livre. Essas fontes foram obtidas por meio de bases de dados eletrônicas, como Capes Periódicos, Biblioteca Virtual em Saúde BVS/Bireme, Google

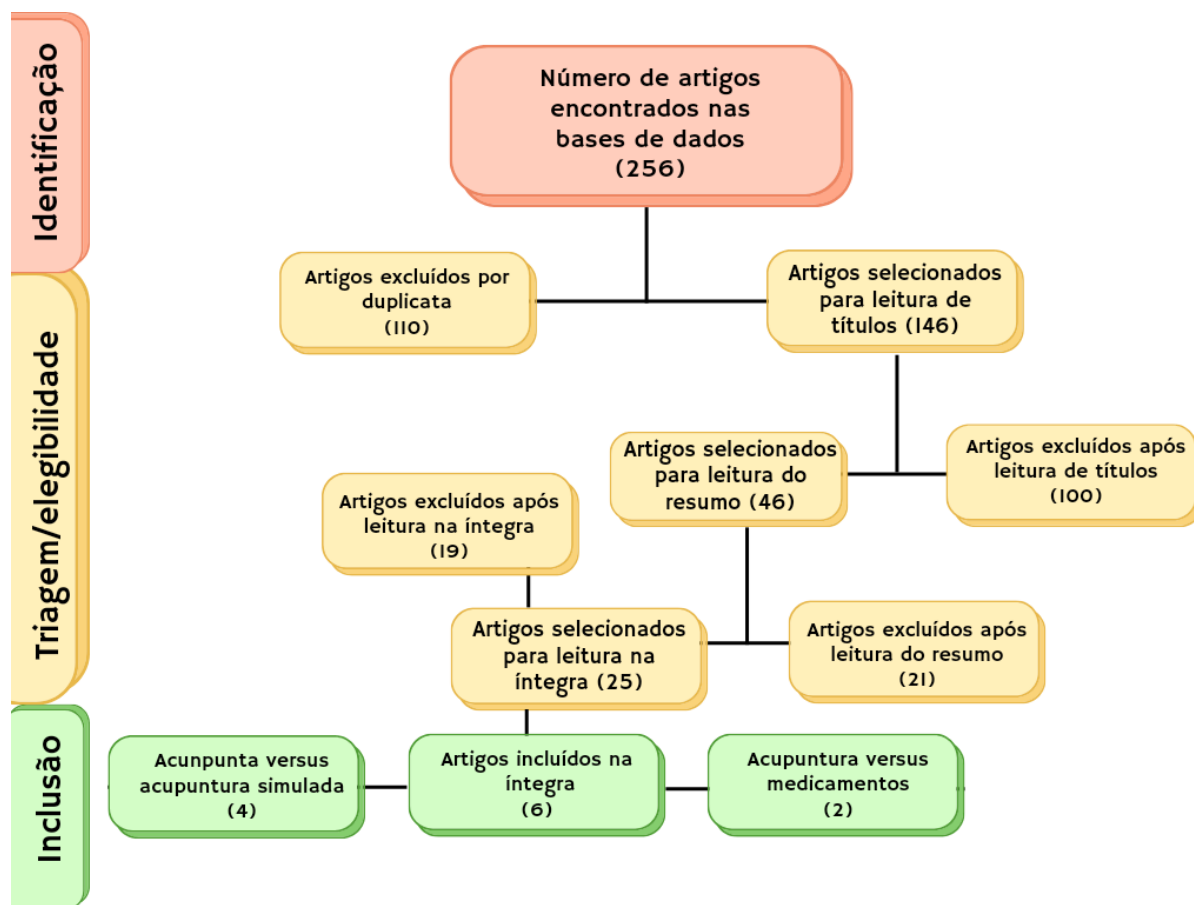
Acadêmico, Scirus for Scientific Information – ScienceDirect e Scielo, LILACS, PUBMED, MEDLINE. O objetivo principal foi reunir dados que contribuíssem para uma compreensão abrangente do tema investigado.

Os critérios de inclusão estabelecidos para a seleção dos artigos foram: ensaios clínicos randomizados e não randomizados. Foram excluídos os artigos de revisão, meta-análises, relatos de casos, estudos transversais. Também foram excluídos os artigos que abordaram outros aspectos não relacionados à dor em indivíduos com fibromialgia, aqueles que analisaram a dor em outras condições além da fibromialgia, e os estudos que utilizaram formas de intervenção diferentes da acupuntura.

As palavras-chave utilizadas na língua portuguesa foram: fibromialgia tratamento e acupuntura e as palavras-chaves utilizadas na língua inglesa: acupuncture and fibromyalgia. No total, foram encontrados 256 artigos vinculados à combinação das palavras-chave nas bases de dados já citadas. No processo de seleção e extração dos dados utilizou-se o programa research rabbit.

Dentre estes, 110 artigos foram excluídos devido à duplicidade, resultando em 146 artigos restantes para avaliação de elegibilidade por meio da análise dos títulos, resumos e leitura completa. No final, 6 artigos foram incluídos na revisão. O fluxograma 1 ilustra as etapas de elegibilidade dos artigos.

Figura 7: Fluxograma da metodologia



Fonte: Elaborado pelo autor (2024)

10 RESULTADOS

Quadro 4: Características dos artigos incluídos

AUTOR/ANO	TÍTULO DO ARTIGO	AMOSTRA	INTERVENÇÃO	RESULTADO
Harris RE. et al.(2005)	Tratamento da fibromialgia com fórmula de acupuntura: investigação do posicionamento da agulha, estimulação da agulha e frequência do tratamento	Foi realizado um ensaio clínico randomizado, cego e único, com 114 participantes com diagnóstico de fibromialgia há pelo menos 1 ano.	Os participantes foram randomizados para um dos quatro grupos de tratamento: (1) agulhas T/S colocadas em locais tradicionais com estimulação manual da agulha (n = 29); (2) localização tradicional da agulha T/O sem estimulação (n = 30); (3) agulhas N/S inseridas em locais não tradicionais que não eram considerados locais de acupuntura,	A dor foi avaliada por uma escala de avaliação numérica, a fadiga pelo Inventário Multidimensional de Fadiga e a função física pelo Short Form-36. Foi observada uma melhoria global da dor, com 25%-35% dos indivíduos a apresentarem uma diminuição clinicamente significativa da dor; no entanto, isso não dependia da estimulação "correta"

AUTOR/ANO	TÍTULO DO ARTIGO	AMOSTRA	INTERVENÇÃO	RESULTADO
			<p>com estimulação (n = 28); e (4) localização não tradicional da agulha N/0 sem estimulação (n = 2-7). Todos os grupos receberam tratamento uma vez por semana, seguido de duas vezes por semana e, finalmente, três vezes por semana, totalizando 18 tratamentos. Cada aumento na frequência foi separado por um período de eliminação de 2 semanas.</p> <p>pontos utilizados; F3, BP6, E36, VB34, IG4, IG11, VG20, SHENMEN</p>	<p>da agulha (t = 1,03; p = 0,307) ou da localização (t = 0,76; p = 0,450). Foi observado um efeito geral da dose do tratamento, com três sessões semanais proporcionando mais analgesia do que sessões uma vez por semana (t = 2,10; p = 0,039). Entre os que responderam ao tratamento, as melhorias na dor, fadiga e função física foram altamente co-dependentes (todos p < ou = 0,002).</p>
Zucker NA. et al. (2017)	A sensibilidade à dor por pressão evocada está associada à resposta analgésica diferencial à acupuntura verum e simulada na fibromialgia	114 pacientes	<p>Uma coorte de 114 pacientes com fibromialgia recebeu testes basais de dor por pressão e foram randomizados para acupuntura verum (N = 59) ou simulada (N = 55). Os participantes receberam tratamentos de uma a três vezes por semana, aumentando em blocos de três semanas para um total de 18 tratamentos. A dor clínica foi medida em uma escala visual analógica de 101 pontos, e a sensação da agulha foi medida por questionário durante todo o estudo.</p> <p>Pontos utilizados; VG20, SHENMEN, IG11, IG4, VB34, E36, BP6, F3</p>	<p>Os participantes que apresentaram limiares de pressão de dor mais elevados tiveram maior redução na dor clínica após a acupuntura verum, enquanto os participantes que tiveram limiares de pressão de dor mais baixos apresentaram melhor resposta analgésica à acupuntura simulada. Além disso, pacientes com limiares de dor à pressão mais baixos apresentaram dor clínica exacerbada após acupuntura verum. Relações semelhantes foram observadas para a sensibilidade ao agulhamento de acupuntura.</p>

AUTOR/ANO	TÍTULO DO ARTIGO	AMOSTRA	INTERVENÇÃO	RESULTADO
Stival RS. et al. (2014)	Acupuntura na fibromialgia: um estudo randomizado e controlado que aborda a resposta imediata à dor	36 pacientes	Estudo randomizado, controlado, duplo-cego, incluindo 36 pacientes com 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, sob os princípios da medicina tradicional chinesa, e 15 pacientes foram submetidos a um procedimento placebo (acupuntura simulada). Para avaliação da dor, os sujeitos preencheram uma Escala Visual Analógica (EVA) antes e imediatamente após o procedimento proposto. A alteração média na EVA foi comparada entre os grupos. Pontos utilizados; CS6, C7, BP6, IG4, F2, E36.	A variação entre os valores finais e iniciais da EVA foi de $-4,36 \pm 3,23$ ($P=0,0001$) no grupo tratamento e $-1,70 \pm 1,55$ no grupo controle ($P=0,06$). A diferença na amplitude de variação da EVA (EVA inicial - final) entre os grupos favoreceu o procedimento real ($P=0,005$). O tamanho do efeito (ES) para o grupo de tratamento foi $d=1,7$, o que é considerado um efeito grande. Embora pequeno, o poder estatístico da amostra para estes resultados foi muito relevante (94,8%).
Vas Jorge. et al. (2016)	Acupuntura para fibromialgia na atenção primária: um ensaio clínico randomizado	164 pacientes	Ensaio multicêntrico controlado randomizado, cego para os participantes e para os analistas de dados. Realizado em três centros de cuidados primários no sul de Espanha. Um total de 164 participantes com idade superior a 17 anos e diagnóstico de fibromialgia foram incluídos neste estudo; 153 participantes completaram o estudo. Os	A análise por intenção de tratar revelou que a diminuição da intensidade da dor às 10 semanas foi maior ($p=0,001$) no grupo IA ($-41,0\%$, IC 95% $-47,2\%$ a $-34,8\%$) do que no grupo SA ($-27,1\%$, IC 95% $-33,2\%$ a $-20,9\%$). Durante o período de acompanhamento, diferenças significativas ($p<0,01$) a favor do grupo IA persistiram aos 12 meses (IA: $-19,9\%$, IC 95% $-24,6\%$ a $-15,1\%$; vs SA: -

AUTOR/ANO	TÍTULO DO ARTIGO	AMOSTRA	INTERVENÇÃO	RESULTADO
			<p>participantes foram designados aleatoriamente para a intervenção real (acupuntura individualizada, IA) ou para a intervenção simulada (acupuntura simulada, SA). Tanto no grupo IA quanto no grupo SA foi realizada uma sessão por semana (com duração de 20 min), além do tratamento farmacológico habitual. O desfecho primário foi a mudança na intensidade da dor em 10 semanas.</p>	<p>6,2%, 95 % IC -11,2% a -1,2%).</p>
<p>Hadianfard MJ. et al. (2012)</p>	<p>Um ensaio clínico randomizado de tratamento da fibromialgia com acupuntura em comparação com fluoxetina</p>	<p>30 pacientes</p>	<p>Foi realizado um ensaio clínico prospectivo e randomizado. Quinze pacientes foram tratados com acupuntura e comparados com um grupo controle (n=15) de pacientes que receberam fluoxetina. Escala visual analógica, Questionário de Impacto da Fibromialgia (FIQ) e número determinado de pontos sensíveis foram utilizados como medidas de resultados. Pontos utilizados: E36, VB34, R6, BP6, IG4, E44, B40, C7, VG20.</p>	<p>Após quatro semanas, o grupo de acupuntura foi significativamente melhor que o grupo de controle no número de pontos dolorosos. Os sintomas totais da fibromialgia melhoraram significativamente no grupo de acupuntura em comparação com o grupo controle durante o período do estudo (P = 0,01). A maior diferença nas pontuações médias totais do FIQ foi observada em 4 semanas (42,2 vs. 34,8 nos grupos controle e acupuntura, respectivamente; P = 0,007). Ao final de um ano de acompanhamento, os pacientes que receberam acupuntura foram significativamente melhores que o grupo controle em todas as medidas. Fadiga e</p>

AUTOR/ANO	TÍTULO DO ARTIGO	AMOSTRA	INTERVENÇÃO	RESULTADO
				ansiedade foram os sintomas que melhoraram mais significativamente durante o período de acompanhamento.
Schweige Vitório. et al. (2020)	Comparação entre Acupuntura e Tratamento Nutracêutico com Migratens® em Pacientes com Síndrome de Fibromialgia: Um Ensaio Clínico Prospectivo Randomizado	60 pacientes do sexo feminino	Um total de 60 pacientes do sexo feminino com SFM foram randomizadas para tratamento com combinação nutricional contendo coenzima Q10, vitamina D, ácido alfa-lipóico, magnésio e triptofano (Grupo Migratens®) ou tratamento com acupuntura (Grupo Acupuntura) realizado de acordo com os princípios de Medicina Tradicional Chinesa (MTC), ambas durante 3 meses. Mudanças na dor e na qualidade de vida (QV) medidas com um Fibromyalgia Impact Questionnaire Score-Revised (FIQ-R) e a Fibromyalgia Severity Scale (FSS) foram realizadas 1, 3 e 6 meses após o início dos tratamentos. Pontos mais utilizados: VG20, VG24, C7, IG4, VC12, VC6, VB21, VB34, E36, BP6, B60, R3, F3.	Completaram o estudo 55 pacientes (21 no Grupo Migratens® e 34 no Grupo Acupuntura). O tratamento com Migratens® apresenta redução estatisticamente significativa da dor 1 mês após o início da terapia (T1, p = 0,025), reforçada após 3 meses com manutenção do tratamento (p = 0,012). A eficácia na redução da dor foi aparente no Grupo Acupuntura em todas as determinações pós-tratamento e no seguimento (T1 e T2 p = <0,001). Em relação à QV, foi revelada melhora nos valores do FIQ-R e da FSS em ambos os grupos.

Fonte:Elaborado pelo autor (2024)

11 DISCUSSÃO

No estudo de coorte conduzido por Noah A. Zucker et al. em 2017, que envolveu 114 pacientes diagnosticados com fibromialgia, os participantes foram submetidos a tratamentos variando de uma a três vezes por semana, com

incrementos em blocos de três semanas, totalizando 18 tratamentos. Os resultados indicaram que os pacientes com limiares de pressão de dor mais elevados experimentaram uma redução mais significativa na dor clínica após a acupuntura verdadeira. Por outro lado, os participantes com limiares de pressão de dor mais baixos apresentaram uma resposta analgésica mais eficaz à acupuntura simulada.

Stivalet et al. (2014) conduziram um estudo randomizado, controlado e duplo-cego envolvendo 36 pacientes diagnosticados com fibromialgia. Destes, 21 foram submetidos à avaliação e tratamento seguindo os princípios da Medicina Tradicional Chinesa, enquanto os restantes foram submetidos a um procedimento placebo (acupuntura sham). Um protocolo padrão de tratamento foi estabelecido, visando pontos específicos como intestino grosso 4, estômago 36, fígado 2, baço 6, pericárdio 6 e coração 7, bilateralmente, conforme preconizado pela MTC. Antes e imediatamente após a intervenção, os pacientes avaliaram sua dor utilizando a Escala Visual Analógica (EVA). No âmbito do protocolo proposto, os profissionais responsáveis pela coleta dos dados da EVA desconheciam o status de randomização de cada paciente, garantindo a cegueira. Somente o acupunturista estava ciente dos grupos de intervenção. Os resultados indicaram que a acupuntura teve um efeito significativo na redução imediata da dor em pacientes com fibromialgia em comparação com a acupuntura simulada. Apesar do tamanho relativamente pequeno da amostra, a análise estatística sugeriu resultados de grande impacto.

Em seu estudo, Harris RE. et al. (2005), que envolveu um total de 114 pacientes diagnosticados com fibromialgia por pelo menos 1 ano, randomizou os participantes em quatro grupos de tratamento diferentes para investigar os efeitos da acupuntura na melhoria dos sintomas da fibromialgia. Cada grupo recebeu um tipo específico de intervenção, o Grupo T/S (29 participantes): Receberam agulhas colocadas em locais tradicionais de acupuntura com estimulação manual, o grupo T/0 (30 participantes): Receberam agulhas colocadas nos locais tradicionais de acupuntura sem estimulação, já o grupo N/S (28 participantes): Receberam agulhas inseridas em locais não tradicionais que não eram considerados pontos de acupuntura, com estimulação, e por fim, o grupo N/0 (27 participantes): Receberam agulhas em locais não tradicionais sem estimulação. Todos os grupos receberam tratamento uma vez por semana, seguido por duas vezes por semana e, finalmente, três vezes por semana, totalizando 18 sessões de tratamento. Cada aumento na

frequência de tratamento foi separado por um período de "lavagem" de 2 semanas. Os resultados obtidos mostram um efeito de dose geral do tratamento, com três sessões semanais proporcionando mais analgesia do que sessões realizadas uma vez por semana, e melhora geral na dor, com 25% a 35% dos participantes apresentando uma diminuição clinicamente significativa na dor. Entre os que responderam ao tratamento, melhorias na dor, fadiga e função física foram altamente interdependentes, foi observado também que não houve dependência da melhora da dor em relação à estimulação correta da agulha ou à localização correta da agulha, chegando assim a conclusão que Embora a inserção da agulha tenha levado à analgesia e à melhora de outros sintomas somáticos, a localização correta da agulha e a estimulação não foram cruciais.

No estudo sobre acupuntura para fibromialgia em cuidados primários de Vas Jorge. et al. (2016), à randomização dos participantes foi realizada de forma a garantir a distribuição equitativa entre os grupos de intervenção e controle. Dos 164 participantes inicialmente incluídos no estudo, 162 (98,8%) compuseram a amostra final. Todos os participantes eram do sexo feminino, com 80 no grupo de acupuntura individualizada e 82 no grupo de acupuntura simulada. No grupo de Acupuntura Individualizada (IA): Os participantes receberam acupuntura com base em seu diagnóstico de acordo com os princípios da Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e de acordo com um algoritmo previamente estabelecido. Eles receberam nove sessões de acupuntura de 20 minutos cada, uma vez por semana, além do tratamento farmacológico usual, no grupo de Acupuntura Simulada (SA): Os participantes deste grupo receberam uma simulação de acupuntura nas regiões dorsal e lombar, onde foram aplicados tubos guia para o mesmo tipo de agulha usada no grupo de acupuntura real, mas sem a inserção das agulhas. O tempo dedicado ao tratamento e à avaliação dos participantes foi idêntico nos dois grupos. o resultado observado inclui: Redução maior na intensidade da dor no grupo de acupuntura em comparação com o grupo de acupuntura simulada, tanto no período de tratamento quanto no acompanhamento, melhorias significativas em fadiga, ansiedade e depressão no grupo de acupuntura em comparação com o grupo de acupuntura simulada. por conseguinte, a conclusão nos diz que O tratamento individualizado com acupuntura na atenção primária em pacientes com fibromialgia mostrou-se eficaz em termos de alívio da dor, em comparação com o tratamento com placebo. O efeito persistiu após 1 ano e seus efeitos colaterais foram leves e

pouco frequentes. Portanto, recomenda-se o uso da acupuntura individualizada em pacientes com fibromialgia.

Hadianfard MJ. et al. (2012), realizou a randomização por meio de uma sequência aleatória gerada por computador dos números fornecidos pelos Departamentos de Informática do Hospital, onde os pacientes foram disbruidos aleatoriamente em dois grupos: grupo acupuntura e grupo fluoxetina (controle). No grupo de acupuntura os pacientes receberam duas semanas de três sessões (semanais) com duração de 30 minutos em cada sessão, já o grupo controle os pacientes receberam 20 mg de fluoxetina por via oral todas as manhãs durante 8 semanas. O resultado mostrou que após quatro semanas, o grupo de acupuntura foi significativamente melhor que o grupo de controle no número de pontos dolorosos, e os sintomas totais da fibromialgia melhoraram significativamente no grupo de acupuntura em comparação com o grupo controle durante o período do estudo. Ao final de um ano de acompanhamento, os pacientes que receberam acupuntura foram significativamente melhores que o grupo controle em todas as medidas. Fadiga e ansiedade foram os sintomas que melhoraram mais significativamente durante o período de acompanhamento. A acupuntura melhorou significativamente a dor e os sintomas da fibromialgia. Além disso, descobrimos que a acupuntura não teve nenhum efeito colateral e foi tolerável.

No estudo de Schweige Vítório. et al. (2020). Os pacientes foram randomizados por meio de envelopes lacrados e numerados e designados aleatoriamente para um dos dois grupos de intervenção, foi realizada uma randomização simples com alocação 1:1 onde os pacientes foram divididos em dois grupos (A e B). No grupo A, os pacientes com SFM foram agendados para tratamento com uma combinação de suplemento nutricional, sendo administrado 1 sachê duas vezes ao dia durante 12 semanas, conforme a orientação do fabricante. No Grupo B, os pacientes foram agendados para tratamento de acupuntura realizado de acordo com os princípios da medicina tradicional chinesa (MTC), e diferente de Stivalet et al. (2014) onde um protocolo padrão de tratamento foi estabelecido, nesse estudo os pontos de acupuntura não foram iguais em todos os pacientes, os pontos foram escolhidos de acordo com o diagnóstico individualizado. cada paciente foi agendado para pelo menos um curso de acupuntura (2 sessões por semana, totalizando 10 sessões), após um intervalo de pelo menos 1 mês. Os resultados mostraram que o tratamento com Migratens[®] apresentou redução

estatisticamente significativa da dor 1 mês após o início da terapia, reforçada após 3 meses com manutenção do tratamento, nos participantes do grupo B, a eficácia na redução da dor foi aparente em todas as determinações pós-tratamento e no acompanhamento. Em relação à QV, foi revelada melhora nos valores do FIQ-R e da FSS em ambos os grupos. porém a comparação entre os dois grupos mostrou que a diferença de redução nos desfechos primários e secundários foi maior no Grupo B (acupuntura) em comparação ao Grupo A (tratamento Migratens®) em todos os intervalos de tempo, em conclusão, A abordagem nutracêutica com Migratens® parece ser uma opção eficaz para pacientes com SFM, o estudo confirmou também a validade da acupuntura nesses pacientes, e considerando a complexidade do manejo dos pacientes com SFM, os resultados sugerem um tratamento cíclico e sequencial, ou mesmo simultâneo, com diferentes abordagens, para melhorar a eficácia e a adesão dos pacientes ao tratamento de longo prazo.

Nos estudos de Vas Jorge. et al. (2016) e Schweige Vitório. et al o tratamento com acupuntura foi realizado de acordo com os princípios da medicina tradicional chinesa, utilizando o diagnóstico individualizado. É importante destacar que cada pessoa é única em termos de constituição física, emocional e energética, tornando de extrema importância o diagnóstico individualizado na Medicina Tradicional Chinesa, pois o mesmo permite a criação de um plano de tratamento específico para as necessidades de cada paciente, permitindo tratar a raiz do problema, em vez de tratar apenas os sintomas, melhorando a eficácia terapêutica e promovendo um bem-estar duradouro.

Apesar da variação na seleção dos pontos de acupuntura entre os artigos, a análise das características essenciais dos estudos incluídos permite identificar quais pontos de acupuntura foram mais frequentemente utilizados pelos pesquisadores. Os pontos de acupuntura IG4, E36, BP6, F3, VG20, C7 e VB34 foram identificados, sendo que IG4, E36 e BP6 estavam presentes em todos os estudos.

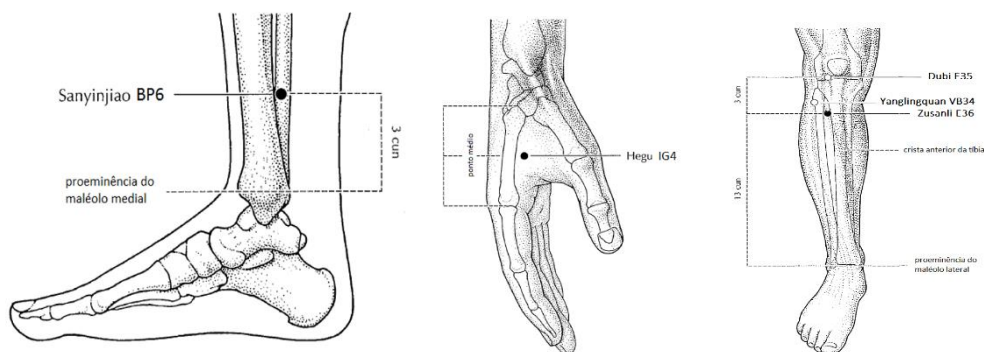
O ponto IG4 está localizado no dorso da mão, próximo ao meio do segundo metacarpo (Lian, 2005). Suas funções energéticas incluem tranquilizar o shen, aliviar dores, mover o Qi e o Xue, tonificar o Qi defensivo, dissipar o vento interno e dispersar o Qi do Pulmão. Ele é indicado para tratar febre, dores de cabeça, congestão nasal, dor de garganta, dor abdominal, rinite, ansiedade e tensão muscular. Quando combinado com o ponto F3, IG4 pode ajudar a acalmar e aliviar a mente (Lima, 2016). Além disso, esse ponto influencia significativamente a

transpiração e a área entre a pele e os pelos, sendo útil para expulsar fatores externos (Maciocia, 2007). utilizado para tratar sinais e sintomas da fibromialgia como; dor em distensão migratória, sensação de tristeza, dor persistente migratória, insônia cefaleia, ansiedade, sensibilidade muscular.

O ponto E36 encontra-se a um dedo ao lado da borda inferior da tuberosidade da tíbia (Lian, 2005). Suas funções incluem fortalecer o Qi, Xue, Yin, Yang e essência, equilibrar o Qi defensivo, eliminar umidade, frio e vento, acalmar o shen, restabelecer o equilíbrio do Qi e regular o Qi nutriente. Suas aplicações abrangem deficiência de Qi, náuseas, fadiga, falta de apetite, palpitações, infecções respiratórias recorrentes, procrastinação, dores no joelho e perna, alergias, tonturas, entre outras condições (Lima,2016). Ponto de extrema importância, uma vez que contribui para o fortalecimento do corpo com efeitos preventivos e imunológicos. Trata-se do ponto crucial para fortalecer o Qi e o sangue em casos de deficiência, além de reforçar a resistência do Qi contra agentes patogênicos externos (Maciocia, 2007). utilizado para tratar sinais e sintomas da fibromialgia como; fadiga, cansaço, apatia, algias.

O BP6 Encontra-se a 3 cun acima da proeminência do maléolo medial (Lian, 2005). Este ponto elimina a umidade, restabelece o equilíbrio do sangue no Fígado e Rins, benéfica os tendões e articulações, fortalece o Estômago e o Baço, promove a circulação sanguínea e elimina obstruções, e acalma a mente. A utilização deste ponto BP6 é recomendada em casos de enfraquecimento do baço e/ou estômago, distensão abdominal, sensação de peso, insónias, palpitações, inquietação mental, depressão, diarreia, obstipação e outras condições. (Lima,2016). Este ponto tem uma extensa influência no corpo, uma vez que consegue fortalecer e tonificar o Baço em qualquer uma das suas síndromes de deficiência. Quando combinado com o E36, contribui para fortalecer o Qi e o sangue, promovendo alívio do cansaço crônico (Maciocia, 2007). utilizado para tratar sinais e sintomas da fibromialgia como; fadiga, cansaço, apatia, algias.

Figura 8: Representação da localização dos pontos BP6, IG4, E36 respectivamente.



Fonte: Medico Fiastra (2022)

Observando as indicações dos 3 pontos mais utilizados, elas estão diretamente ligadas às desarmonias decorrentes da fibromialgia, justificando a escolha dos pontos, como também, o tratamento utilizado nos estudos selecionados terem obtido um resultado positivo.

12 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Todos os estudos científicos selecionados para esta pesquisa convergiram em relação à efetividade da acupuntura no tratamento da fibromialgia. Alguns delinearão protocolos de pontos específicos, enquanto outros optaram por uma seleção de pontos baseada no diagnóstico da Medicina Tradicional Chinesa (MTC). De forma unânime, ficou claro que a acupuntura demonstra eficácia na redução da dor e fadiga, na melhoria do sono, ansiedade e na qualidade de vida dos pacientes afetados.

A partir da análise dos artigos científicos citados, é evidente que a acupuntura se configura como uma prática integrativa e complementar na área da saúde, com potencial para beneficiar pacientes com fibromialgia. A maioria dos participantes dos estudos relatou melhorias significativas em seu estado de saúde.

Portanto, com base na pesquisa realizada, podemos concluir que o tratamento com terapia de acupuntura é eficaz para pacientes com fibromialgia. Como também a utilização dos pontos IG4, E36, BP6 são indicados para eliminação dos fatores patogênicos, sendo o principal a umidade, como também para tratar os sinais e sintomas. Dessa forma proporciona alívio da dor, relaxamento, melhora da fadiga, redução da intensidade da dor, e melhoria significativa na qualidade do sono e na qualidade de vida dos pacientes.

No entanto, é crucial conduzir novas pesquisas para esclarecer diretrizes em relação aos protocolos aplicados e metodologias de estudo, uma vez que o tratamento é considerado individualizado e guiado pelo terapeuta. Com um diagnóstico preciso e protocolos personalizados, será viável expandir o uso terapêutico da acupuntura no tratamento de pacientes com fibromialgia.

REFERÊNCIAS

A.P.D.F- Associação Portuguesa de Doentes com Fibromialgia. [Em linha]. Disponível em . [Consultado em 10/11/2013].

Akupunktur: Darstellung der Akupunkturpunkte (H. P. Ogal & W. Stör, Orgs.; 2o ed). KVM - Der Medizinverlag.

Azevedo APC. Eficácia da acupuntura no tratamento dos sintomas na fibromialgia [Dissertação]. Porto: Universidade do Porto, Mestrado em Medicina Tradicional Chinesa; 2010.

BRASIL. Política Nacional de práticas integrativas e complementares no SUS. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

Chonghuo, T. Tratado de Medicina Chinesa. São Paulo: Roca, 1993.

CHONGHUO, Tian. Tratado De Medicina Chinesa. São Paulo: Roca, 1993.

CRUZ, Greicielle Lima da et al. Benefícios do método pilates nos sintomas da fibromialgia. Revista Faipe, v.8, n.1, p.49-59, jun. 2018. Disponível em:. Acesso em: 14 abr. 2024.

Deadman, Peter, et al. "A Manual of Acupuncture." Journal of Chinese Medicine Publications, 2007.

DEADMAN. (2012). Manual de Acupuntura.

EAST MEETS WEST (Estados Unidos). Traditional Chinese Medicine (TCM) FOCKS, C., & März, U. (2008). Guia prático de acupuntura: localização de pontos e técnicas de punção.

Freitas Filho CHB, Silva JRT, Silva ML. Princípios etiológicos e de diagnose em fibromialgia e seu tratamento através da acupuntura. A Sobrafisa. 2004 Jul-Set;1(5):11-8.

GELVES-OSPINA, Melissa et al. Síntomas afectivo-conductuales y estrategias de afrontamiento del dolor en pacientes con fibromialgia (FM). Revista Salud Uninorte, v. 33, n. 3, p. 285-295, 2017.

GOLDENBERG, E. O Coração Sente o Corpo Dói: Como reconhecer e tratar a fibromialgia 7.ed. São Paulo: Atheneu, 2014.

Hadianfard MJ, Hosseinzadeh Parizi M. A randomized clinical trial of fibromyalgia treatment with acupuncture compared with fluoxetine. Iran Red Crescent Med J. 2012 Oct;14(10):631-40. Epub 2012 Oct 30. PMID: 23285415; PMCID: PMC3518980.

Harris RE, Tian X, Williams DA, Tian TX, Cupps TR, Petzke F, Groner KH, Biswas P, Gracely RH, Clauw DJ. Treatment of fibromyalgia with formula acupuncture: investigation of needle placement, needle stimulation, and treatment frequency. *J Altern Complement Med.* 2005 Aug;11(4):663-71. doi: 10.1089/acm.2005.11.663. PMID: 16131290.

History. Disponível em: <https://universe-review.ca/R10-36-medical09.htm>. Acesso em: 05 nov. 2023.

Kaptchuk, Ted J. "The Web That Has No Weaver: Understanding Chinese Medicine." McGraw-Hill, 2000.

LIAN, Y., Chen, C.-Y., Hammes, M., & Kolster, B. C. (2004). *Bildatlas der*

LIAN, Yu-Lin. *Atlas gráfico de acupuntura*. Slovenia: Konemann, 2005.

LIMA, P. R. (2016). *Manual de acupuntura: direto ao ponto*. Segunda edição. Porto Alegre: Editora Zen.

LIMA, Paulo Renato. *Manual de acupuntura direto ao ponto*. 2. ed. Porto Alegre: Zen, 2016.

MACIOCIA G. *A prática da medicina chinesa: tratamento das doenças com acupuntura e ervas chinesas*. E. ed. São Paulo: Roca, 2010

MACIOCIA, G. (2005). *Diagnóstico na Medicina Chinesa - Um Guia Geral*. São Paulo: Editora Roca.

MACIOCIA, G. (2007). *Canais de Acupuntura: Uso Clínico dos Canais Secundários e dos Oito Vasos Extraordinários*. São Paulo: Editora Roca.

MACIOCIA, G. (2007). *Fundamentos da Medicina Chinesa, Os (com CD-ROM)*. Editora Roca.

MACIOCIA, Giovanni. *Os fundamentos da medicina chinesa*. 2. ed. São Paulo: Roca, 2007.

Magalhães FGS, Rocha TBX. *O papel da acupuntura no tratamento da fibromialgia: uma revisão [Trabalho de Conclusão de Curso]*. Uberlândia: Instituto Norte Mineiro de Estudos Sistêmicos, Especialização em Acupuntura, 2007.

MÉDICO FISIATRA. *Medidas em cun do corpo*. 2022. Disponível em: <https://www.medicofisiatra.com.br/post/medidas-em-cun-do-corpo>. Acesso em: 16 de janeiro de 2024.

OMS -Organização Mundial de Saúde. *Monographs on selected medicinal plants*. [Consultado em 10/09/2023].

PERNAMBUCO, Andrei Pereira et al . *Clinical profile of patients with fibromyalgia syndrome*. *Fisioter. mov.*, Curitiba , v. 30, n. 2, p. 287-296, Apr. 2017.

PROVENZA JR.; POLLAK DF.; MARTINEZ JE.; PAIVA ES.; HELFENSTEIN M.; HEYMANN R.; MATOS JMC.; SOUZA EJ. Fibromialgia. Rev. Bras. Reumatol. V. 44, n. 6, p. 443-9, nov/dez., 2004.

PROVENZA, José Roberto et al. Fibromialgia. Revista Brasileira de Reumatologia, v. 44, n. 6, p. 443-449, 2004.

Riveira, J. et al. (2012). Drug prescription strategies in the treatment of patients with fibromyalgia. Reumatología Clínica, 8(4), pp. 184-188.

ROSS. (2011). Combinações dos Pontos de Acupuntura. São Paulo: Editora Roca.

ROSS. (2011). Zang Fu - Sistemas de Órgãos e Vísceras da Medicina Tradicional Chinesa.

RUIZ-PÉREZ, I.; PLAZAOLA-CATAÑO, J.; CÁLIZ-CÁLIZ, R.; RODRIGUEZ-CALVO, I.; GARCÍA-SÁNCHEZ, A.; FERRER GONZÁLEZ, M. A et al. Risk factors for fibromyalgia : the role of violence against women. Clin Rheumatol., v.28, n.7, p.777-786, 2009.

Schweiger V, Secchettin E, Castellani C, Martini A, Mazzocchi E, Picelli A, Polati E, Donadello K, Valenti MT, Dalle Carbonare L. Comparison between Acupuncture and Nutraceutical Treatment with Migratens® in Patients with Fibromyalgia Syndrome: A Prospective Randomized Clinical Trial. Nutrients. 2020 Mar 19;12(3):821. doi: 10.3390/nu12030821. PMID: 32204554; PMCID: PMC7146219.

SIMONS T. Manual Pontos Gatilho (mioterapia). 2. ed. vol. 1, p. 52, 1998.

Smith, S. et al. (2011). Fibromyalgia: an afferent processing disorder leading to a complex pain generalized syndrome. Pain Physician Journal, 14, pp. 217-245

Sociedade Portuguesa de Reumatologia. [Em linha]. Disponível em . [Consultado em 02/09/2014].

TIAN, C. (1993). Tratado de medicina chinesa.

Vas J, Santos-Rey K, Navarro-Pablo R, Modesto M, Aguilar I, Campos MÁ, Aguilar-Velasco JF, Romero M, Párraga P, Hervás V, Santamaría O, Márquez-Zurita C, Rivas-Ruiz F. Acupuncture for fibromyalgia in primary care: a randomised controlled trial. Acupunct Med. 2016 Aug;34(4):257-66. doi: 10.1136/acupmed-2015-010950. Epub 2016 Feb 15. PMID: 26879181.

WEN, Tom Sintan. Acupuntura Clássica Chinesa. São Paulo: Ed. Cultrix; 1985.

WOLFE, F. et al. Fibromyalgia criteria and severity scales for clinical and epidemiological studies: a modification of the ACR Preliminary Diagnostic Criteria for Fibromyalgia. The Journal of Rheumatology: v. 38, p.1113-22. 2011.

WOLFE, F. et al. The American College of Rheumatology preliminary diagnostic criteria for fibromyalgia and measurement of symptom severity. *Arthritis Care res.* (Hoboken), v. 62, p 600-610. 2010.

YAMAMURA, Y. (2001). *Acupuntura tradicional: a arte de inserir*. Editora Roca.

YAMAMURA, Ysao. *A arte de inserir*. 2. ed. São Paulo: Roca, 2004