

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NO TRATAMENTO DA DOR CRÔNICA EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Data de submissão: 02/08/2024

Data de aceite: 01/10/2024

Tereza Claudia de Andrade Camargo

Júlia Crivellari Moreira Xavier

Juliana Silva de Oliveira Lopes

Manuela Dornelas Barreto

Sandra Pissurno Candido da Silva

RESUMO: A medicina integrativa busca tratar os indivíduos como todo: corpo, mente e espírito, propiciando o cuidado integral. As práticas integrativas e complementares (PICs), cuja segurança e eficácia tenham sido cientificamente comprovadas, aliadas aos tratamentos convencionais, podem levar a melhora da qualidade de vida em diversas enfermidades. A proposta desta revisão sistemática foi apresentar evidências de como as práticas integrativas e complementares podem auxiliar no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia. Objetivos: Compreender como as práticas integrativas e complementares em saúde (PICs) impactam no tratamento e na qualidade de vida dos pacientes com dor crônica decorrente da fibromialgia; apresentar as PICs como opção de tratamento integral, complementar e não farmacológico; identificar as PICs que demonstram maior eficácia no tratamento de pacientes com fibromialgia e dor crônica. Metodologia: Para nortear o estudo foi

formulada a seguinte questão: As evidências demonstram que o uso das PICs está associado a melhora dos sintomas da fibromialgia? Na elaboração da pergunta e na busca de evidências foi utilizada a estratégia PICO, com metodologia quantitativa, artigos científicos originais, publicados de 2013 a 2023 e encontrados nas seguintes bases de dados eletrônicas: SCIELO, PUBMED, MEDLINE e LILACS. Foram excluídas investigações com metodologia qualitativa, revisões não sistemáticas, ensaios teóricos, protocolos de pesquisa, teses e dissertações. Os resultados receberam um tratamento quantitativo, apresentado em quadros e figuras evidenciando os estudos elegíveis. Além disso, realizou-se uma análise qualitativa com pesquisas que apontaram a acupuntura, como proposta terapêutica integrativa na diminuição e no alívio da dor. Outras práticas com abordagem holística e integral contribuíram também na diminuição do sofrimento e na qualidade de vida, porém com necessidade de estudos mais amplos e com maior rigor metodológico. Concluindo que a abordagem ao paciente com dor crônica deverá sempre envolver uma equipe multidisciplinar, com opções terapêuticas singulares, adaptadas as necessidades individuais.

PALAVRAS-CHAVE: medicina integrativa, terapias complementares, fibromialgia, dor crônica

PROBLEMATIZAÇÃO E JUSTIFICATIVA

As práticas integrativas e complementares (PICs) podem apresentar benefícios no tratamento de diversas doenças, quando usadas em conjunto com a medicina tradicional. As dores crônicas tornam-se cada vez mais frequentes e o tratamento farmacológico, muitas vezes, não é o bastante, necessitando de uma abordagem multidisciplinar para melhores desfechos nos pacientes. A pesquisa tem como proposta apresentar evidências científicas no uso das práticas integrativas e complementares no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia.

OBJETIVOS

Compreender como as práticas integrativas e complementares em saúde (PICs) impactam no tratamento e na qualidade de vida dos pacientes com dor crônica decorrente da fibromialgia;

Apresentar as PICs como opção de tratamento não farmacológico em associação ao tratamento farmacológico;

Identificar as PICs que demonstram maior eficácia no tratamento de pacientes com fibromialgia e dor crônica.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:

A dor pode ser definida como uma experiência sensorial e emocional desagradável, associada a uma lesão real ou potencial dos tecidos, segundo a Associação Internacional para o Estudo da Dor (MERSKEY, BOGDUK, 1994). Pacientes com sintomatologia dolorosa de evolução crônica, podem desenvolver grandes transtornos na vida pessoal e no convívio familiar e social do paciente (ARIAS, 2008).

A fibromialgia é um exemplo de doença reumatológica que cursa com dor crônica e representa uma das causas mais comuns de dor crônica e difusa (DADABHOY, CLAUW, 2006). A teoria fisiopatológica mais aceita é que se trata de uma síndrome de amplificação dolorosa com alteração no processamento da nocicepção no sistema nervoso central. Além disso, associa-se a uma resposta anormal aos estímulos habituais do cotidiano, evidenciada por alterações no eixo hipotálamo-hipofisário-adrenal. Segundo Martinez *et al* (2017), a extensa sintomatologia apresentada pelos pacientes e a natureza multifatorial da sua patogênese, requer que o tratamento tenha uma atenção multidisciplinar, incluindo mudanças no estilo de vida. O tratamento não farmacológico e intervenções farmacológicas com o objetivo de alívio da dor, melhoram a qualidade do sono e os distúrbios do humor (CROFFORD, APPLETON, 2001).

Em um estudo realizado por Nicassio *et al* (1997) foi observado que pacientes buscavam por práticas integrativas e complementares objetivando a redução da dor de grande intensidade. O National Institutes of Health (2023) classifica este tipo de prática médica em cinco grupos: 1) medicina alternativa: medicina tradicional chinesa (incluindo acupuntura), medicina naturopática, ayurvédica ou homeopatia; 2) terapias com bases biológicas, incluindo fitoterapia, suplementação dietética e tratamento biológico individual - este último não aceito pelo FDA (*Food and Drug Administration*); 3) terapias energéticas, como Reike, toque terapêutico e terapia magnética, entre outros; 4) sistemas baseados em manipulação corporal: quiropraxia, osteopatia e massagens; 5) intervenções corpo-mente, como meditação, relaxamento, biofeedback e hipnoterapia.

Nesse sentido, torna-se importante o atendimento com foco na multidisciplinaridade para garantir o atendimento integral aos pacientes portadores de fibromialgia, disponibilizando maiores oportunidades e opções terapêuticas.

MÉTODOS

Trata-se de um estudo de revisão sistemática sobre práticas integrativas e complementares no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia. Para nortear a revisão formulou-se a seguinte questão: As evidências demonstram que o uso das PICs está associado a melhora dos sintomas da fibromialgia? Na elaboração da pergunta e na busca de evidências foi utilizada a estratégia PICO, uma sigla que possui o seguinte significado: “P” de paciente ou população; “I” de intervenção ou indicador; “C” de comparação ou controle; e “O” de outcome, que na língua inglesa significa desfecho clínico, resultado ou, ainda, a resposta que se espera encontrar nos estudos científicos. Essa estratégia permitiu localizar de forma específica evidências científicas sobre as questões investigadas.

Todas as etapas da revisão foram realizadas de forma independente por quatro pesquisadoras (J.C.M.X., J.S.O.L., M.D.B., S.P.C.S.) sendo utilizadas as recomendações do *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) para o relato das etapas da revisão realizada. O guia de redação PRISMA, aponta como devemos escrever a revisão, ou seja, fazer o relato do artigo final dessa revisão (MOHER *et al*, 2015).

As revisões sistemáticas são particularmente úteis para integrar as informações de um conjunto de estudos realizados separadamente sobre determinada terapêutica/intervenção, que podem apresentar resultados conflitantes e/ou coincidentes, bem como identificar temas que necessitam de evidência, auxiliando na orientação para investigações futuras (SAMPAIO, MANCINI, 2007).

Critérios de elegibilidade

Foram incluídos artigos científicos originais publicados entre 2013 e 2023 sobre o tema práticas integrativas e complementares no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia que usaram metodologia quantitativa, sem restrição quanto ao tipo de desenho. Foram excluídas as investigações com metodologia qualitativa, revisões não sistemáticas, ensaios teóricos, protocolos de pesquisa, artigos metodológicos, teses e dissertações, bem como estudos sem evidências científicas.

Estratégia de busca bibliográfica

Foram consultadas as bases de dados eletrônicas MEDLINE, LILACS, PUBMED, SCIELO, BVS e ScienceDirect. As palavras-chave usadas de forma combinada na busca estão descritas no Quadro 1. Adicionalmente, foram incluídas as referências citadas nas publicações selecionadas e que atendiam aos critérios de inclusão. As buscas eletrônicas, foram restritas a três idiomas, sendo eles: português, inglês e espanhol, distribuídas por área de conhecimento em bases abertas e gratuitas (Quadro 2).

| | Sintaxe de busca |
|--|--|
| MEDLINE, LILACS, PUBMED, SCIELO, BVS e ScienceDirect | ("medicina integrativa" OR "terapias complementares" OR "práticas integrativas") AND "dor crônica" AND fibromialgia. |

Quadro 1: Distribuição quanto às bases de dados utilizadas e estratégias de busca

Fonte: Os autores

| Fonte | Nome | Área de Conhecimento |
|----------------------|--|---|
| MEDLINE (via PubMed) | Medical Literature Analysis and Retrieval System Online | Ciências da Saúde |
| SciELO | Scientific Electronic Library Online | Multidisciplinar, Brasil e países colaboradores |
| LILACS | Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde | Ciências da Saúde, América Latina |
| BVS | Biblioteca Virtual em Saúde Brasil | Ciências da Saúde, Brasil |
| ScienceDirect | Base de dados de texto completo e revisado por pares da Elsevier | Ciências da Saúde, anglo-holandesa |

*acesso aberto e gratuito

Quadro 2: Distribuição das bases de dados utilizadas de acordo com as áreas de conhecimento

Fonte: Os autores

Seleção dos estudos

Houve a exclusão das publicações duplicadas, em seguida foi realizada a triagem inicial baseada nos títulos com exclusão de todas aquelas não estavam relacionadas à utilização das práticas integrativas e complementares no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia. Após a leitura dos resumos, artigos que não atendiam aos critérios de elegibilidade foram excluídos. Novas exclusões foram feitas após a leitura completa dos estudos. Todo o processo de seleção foi realizado de forma independente pelas pesquisadoras responsáveis. Para cada estudo incluído foram extraídos os seguintes dados: autores, ano de publicação, desenho do estudo, local, população estudada, desfecho avaliado, limitações metodológicas e principais resultados, que foram disponibilizadas em uma planilha de excel (Quadro 3).

Avaliação da qualidade metodológica

O estudo utilizou rigorosa qualidade metodológica mediante a aplicação de métodos explícitos e sistematizados de busca, apreciação crítica e síntese da informação selecionada. A qualidade metodológica se baseou na aplicação da estratégia PICO que permitiu localizar de forma específica informações científicas (evidências) sobre as questões que foram investigadas.

RESULTADOS

Foram identificados 222 títulos com seleção de 63 resumos. Desses, foram excluídos por se tratar de estudos qualitativos (2), revisões não sistemáticas (17), teses e dissertações (8), artigos metodológicos (1), editoriais (3) e fora do recorte temporal (5). Procedeu-se a leitura na íntegra dos 27 restantes, que foram objeto da presente análise (Figura 1).

As pesquisas nas bases de dados eletrônicas apontaram para 7 ensaios clínicos randomizados, 13 estudos de revisão sistemática, 2 metanálises, 3 artigos originais e 2 estudos quantitativos. No total foram 27 artigos sobre o uso das PICs no tratamento da dor crônica da fibromialgia. Dois autores extraíram os dados e avaliaram a qualidade do estudo de forma independente, obedecendo os critérios de elegibilidade.

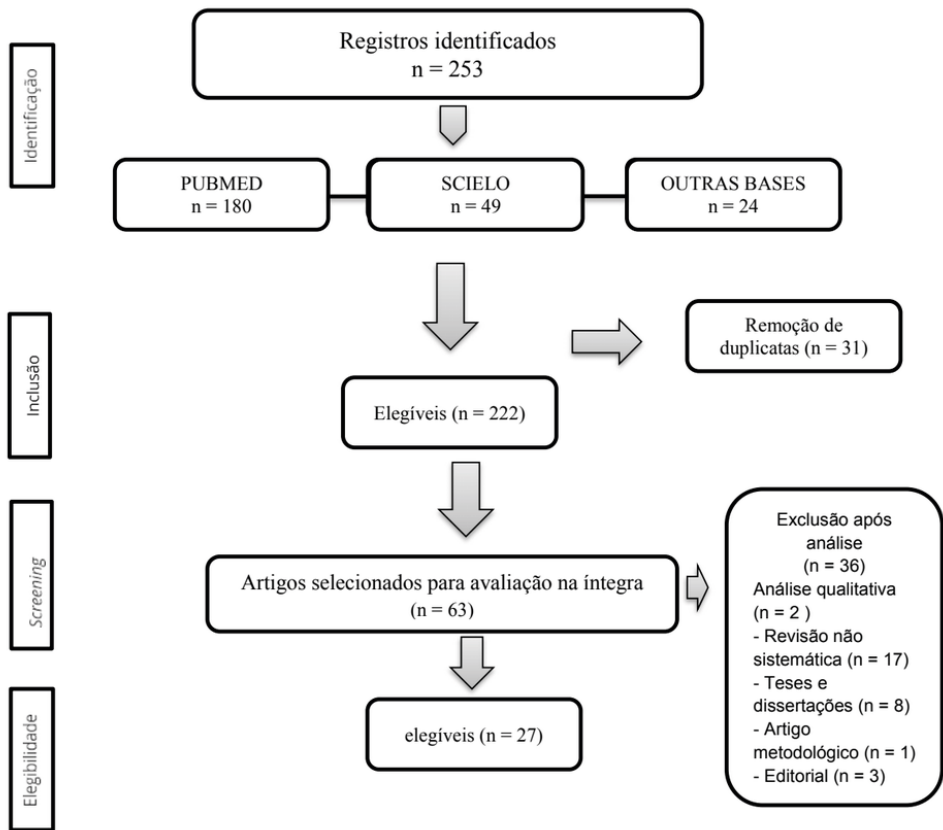


Figura 1: Fluxograma da seleção de artigos incluídos na revisão.

| Referência | Local (ano) | Desenho estudo/ Base | População | Limitações metodológicas | Resultados |
|------------------------|-----------------|----------------------|--|--|---|
| Ploesser <i>et al.</i> | Alemanha (2023) | Revisão sistemática | Total de 600 pacientes adultos com dor crônica (fibromialgia, enxaqueca, dismenorria e síndrome pós-pólio, respectivamente.) | Embora a maioria dos estudos tenha mostrado benefícios favoráveis em uma ou mais medidas relacionadas à dor, a variabilidade da pesquisa não permite generalizações entre diferentes estudos, condições de saúde e populações. | Os estudos clínicos identificados relataram reduções consideráveis nos sintomas e tamanhos de efeito nas medidas de dor após as terapias com MA (medicina antroposófica), predominantemente grandes, sem efeitos adversos notáveis. |

| | | | | | |
|---------------------------------|------------------|---------------------|--|---|---|
| Salirrosas Gil <i>et al.</i> | Peru (2023) | Artigo original | Pacientes mulheres entre 25 e 65 anos com fibromialgia em tratamento convencional. | A maioria dos estudos avaliou a eficácia das intervenções isoladamente, o que limita a compreensão do seu impacto em conjunto, o que é importante porque existe a possibilidade de que atuem sinergicamente para melhorar ainda mais a qualidade de vida e o manejo dos sintomas da fibromialgia. | No presente estudo foi determinada a eficácia da medicina complementar como adjuvante no tratamento da fibromialgia. A diferença média de tratamento antes e depois da medicina complementar foi de 6,33 pontos ($p < 0,001$), o que indica a eficácia do tratamento complementar. |
| Crestani <i>et al.</i> | Brasil (2022) | Revisão Sistemática | Pacientes diagnosticados com fibromialgia | Em virtude da pouca quantidade de publicações científicas disponíveis acerca do tema abordado na presente pesquisa, sugere-se a realização de novos estudos. | Verificou-se que a aplicação das terapias em grupos impactou, positivamente, a qualidade de vida dos pacientes. |
| Minakawa <i>et al.</i> | Japão (2022) | Artigo original | Pacientes com fibromialgia intratável (escala visual analógica [EVA] ≥ 50 mm) recebendo pregabalina | Uma das limitações do estudo é que, apesar dos pesquisadores tentarem recrutar pacientes com fibromialgia usando apenas pregabalina, isso não foi possível, nenhum paciente atendeu a esta condição. | Embora não tenha havido aumento na ingestão do medicamento 42,8% (3/7) dos pacientes reduziram a ingestão de pregabalina em aproximadamente 10% (um efeito moderado, embora insignificante). Os níveis de dor diminuíram significativamente (EVA $75,4 \pm 11,7$ mm para $64,3 \pm 17,3$ mm; $P = 0,05$) e a qualidade de vida melhorou significativamente (JFIQ $\pm 13,4$ para $50,9 \pm 18,3$; $P = 0,02$). Os parâmetros de ansiedade, depressão, pensamentos catastróficos e sono não mudaram significativamente. |

| | | | | | |
|----------------------------|------------------|------------------------|--|---|--|
| Zhang <i>et al.</i> | EUA (2021) | Revisão Sistemática | Acupuntura e Dor Musculoesquelética Crônica em Pacientes Adultos. Os participantes atenderam aos critérios da ACR para a classificação de osteoartrite, artrite reumatoide e fibromialgia. | O estudo mostra que vários estudos ao longo dos anos mostraram que os benefícios da acupuntura na dor musculoesquelética. Entretanto salienta que essa eficácia deveria ser verificada em ensaios clínicos randomizados de maior qualidade. | A maioria dos estudos concluiu a eficácia dos efeitos analgésicos a curto prazo em relação a vários controles e sugeriu que a acupuntura pode ser eficaz para a dor musculoesquelética. |
| Toneti <i>et al.</i> | Brasil (2020) | Revisão Sistemática | Idosos e Adultos | — | A prática do Qigong produz resultados positivos na saúde, principalmente a médio e longo prazo. Este estudo contribui para o avanço na utilização de práticas integrativas e complementares na enfermagem, pois reúne a produção científica na área a partir dos melhores resultados de pesquisas disponíveis. |
| Pfalzgraf <i>et al.</i> | EUA (2020) | Artigo original | Entrevistados com idade igual ou superior a 18 anos, com diagnóstico de FM e que forneceram consentimento informado. | — | Este estudo demonstrou que a medicina alternativa e complementar pode ser útil para pacientes com fibromialgia no alívio dos sintomas e na melhoria dos resultados de saúde. Mais da metade dos entrevistados (65,8%) relataram usar CAM. |

| | | | | | |
|--------------------------------|------------------|-------------------------------|---|---|--|
| Han <i>et al.</i> | China (2020) | Ensaio Clínico Randomizado | Pacientes com fibromialgia primária, diagnosticados de acordo com os critérios do Colégio Americano de Reumatologia. | Neste estudo, há algumas limitações, como o tamanho da amostra limitado e os centros de pesquisa que participaram do ensaio. Estudos futuros visarão aumentar o tamanho da amostra e incluir mais centros de pesquisa para validar ainda mais os efeitos terapêuticos da acupuntura em pacientes com FM. | O artigo não apresenta resultados finais, pois trata-se de um protocolo de estudo. O objetivo é fornecer evidências clínicas sobre os efeitos benéficos da acupuntura no tratamento da fibromialgia. |
| U Tirelli <i>et al.</i> | Itália (2019) | Pesquisa quantitativa | Pacientes com fibromialgia, de 30 a 72 anos, com diagnóstico de 0,5 a 33 anos | — | Demonstra que a terapia com ozônio é um tratamento eficaz para pacientes com fibromialgia, dos 65 pacientes com fibromialgia, observou-se uma melhora significativa (>50% dos sintomas) em 45 pacientes (70%). Nenhum paciente relatou efeitos colaterais importantes. |
| Rivera-Vargas <i>et al.</i> | Peru (2019) | Artigo de Revisão | Adultos com dor crônica | Restrições linguísticas. Não foi possível acessar uma revisão sistemática. | A acupuntura foi encontrada com evidências moderadas de eficácia na redução da dor lombar em comparação com a acupuntura simulada ou placebo. A terapia de acupuntura é um tratamento eficaz e seguro para pacientes com fibromialgia, e é um tratamento que pode ser recomendado. |

| | | | | | |
|---------------------------|-------------------|-------------------------------|--|---|--|
| Yüksel <i>et al.</i> | Turquia (2019) | Estudo quantitativo | Pacientes diagnosticados com FMS na faixa etária de 21-65 anos, conforme o Sistema de Classificação do Colégio Americano de Reumatologia, sem desordens endócrinas, neurológicas, insuficiência renal crônica, ou uso de drogas antidepressivas-antiepilepticas. O estudo também incluiu 21 voluntários saudáveis como grupo de controle | Existem algumas limitações neste estudo. O tamanho da amostra pequeno e a idade média jovem do grupo de controle podem ser considerados as principais limitações. Além disso, não conseguimos avaliar por quanto tempo a atividade EEG alterada após as aplicações de TENS e acupuntura foi mantida. Portanto, são necessários mais estudos prospectivos, randomizados e em larga escala para confirmar esses resultados. | Tanto as aplicações de TENS quanto de acupuntura parecem ser benéficas para pacientes com FMS, resultando em diminuição da dor e aumento da atividade inibitória no qEEG. |
| Silveira <i>et al.</i> | Brasil (2018) | Revisão Sistemática | Estudos relacionados aos efeitos da acupuntura como forma de tratamento absoluto ou coadjuvante para as pessoas com fibromialgia publicados nos anos de 1985 a 2014. | Os achados não descartam a necessidade de se realizar estudos maiores e mais complexificados para ser possível obter maiores esclarecimentos sobre o tema. | Os autores estudados concordam que a acupuntura é eficaz, no sentido de reduzir significativamente a intensidade da dor e a quantidade de pontos doloridos em paciente portador de fibromialgia, de forma a melhorar a sua qualidade de vida |
| Zucker <i>et al.</i> | EUA (2017) | Estudo Clínico Randomizado | 114 pacientes com fibromialgia | A análise desses dados possui limitações inerentes que devem ser consideradas. Todos os participantes deste estudo tinham FM, então esses resultados podem não ser generalizáveis para outras condições de dor crônica. Estudos futuros em outras condições seriam necessários para replicar essa relação. | Os achados sugerem que a eficácia da acupuntura na fibromialgia pode ser subestimada e que um tratamento mais personalizado para a fibromialgia também pode ser possível. |

| | | | | | |
|---------------|--------------------|------------------------------------|--|--|--|
| Lauche et al. | Alemanha (2016) | Ensaio Clínico Randomizado | Pacientes entre 18 e 75 anos com síndrome de fibromialgia diagnosticada por um especialista | Pesquisas adicionais são necessárias para uma avaliação conclusiva da eficácia da terapia de ventosaterapia para a dor crônica. | Dado que os efeitos foram pequenos e que a ventosaterapia não foi superior aos tratamentos simulados de ventosaterapia, atualmente não é possível fazer uma recomendação para o uso de ventosaterapia no tratamento da fibromialgia. |
| Stall et al. | Brasil (2014) | Ensaio Clínico | 30 pacientes do sexo feminino, de idade, com fibromialgia diagnosticada por um neurologista de acordo com os critérios médicos propostos pelo Colégio Americano de Reumatologia. | A relação entre a diminuição da dor e os benefícios psicológicos deve ser investigada mais a fundo. | Os pacientes tratados apresentaram melhora que se correlacionou com a intervenção do método Rolwing. |
| Stival et al. | Brasil (2014) | Estudo randomizado-controlado | 36 pacientes portadores de fibromialgia | — | A acupuntura mostrou ser eficaz na redução imediata da dor em pacientes portadores de fibromialgia, com um tamanho de efeito (<i>effect size</i>) bastante significativo. |
| Law et al. | Reino Unido (2014) | Revisão Sistemática com Metanálise | Participantes humanos com doenças ou lesões musculoesqueléticas apresentando dor. Não houve restrições com base em idade, gênero ou status de atividade física. | As limitações desta revisão incluem o potencial viés relacionado à heterogeneidade e à qualidade metodológica dos estudos incluídos. Embora publicações que não eram em inglês tenham sido excluídas, a avaliação do gráfico de funil não detectou viés de publicação. | A acupuntura a laser mostrou eficácia moderada no manejo da dor musculoesquelética quando aplicada com a dosagem de tratamento apropriada. Os efeitos positivos são mais consistentemente vistos em acompanhamentos de longo prazo, em vez de imediatamente após o tratamento. |

| | | | | | |
|------------------------------|--------------------|--|--|---|---|
| Bai <i>et al.</i> | China (2014) | Meta-análise | Pacientes com síndrome de fibromialgia | As conclusões devem ser tratadas com cautela. Além disso, houve uma certa heterogeneidade clínica devido a diferenças na aplicação de pontos de acupuntura, curso do tratamento, curso da doença e idade, bem como na EA e acupuntura. Apesar de terem pesquisado a literatura relacionada publicada na China e no exterior, os autores ainda não conseguem eliminar o potencial de viés de publicação. | Comparada com acupuntura simulada, não houve evidências suficientes para comprovar a eficácia da terapia de acupuntura para o tratamento da fibromialgia. A acupuntura combinada com medicamentos e exercícios pode aumentar os <u>limiares</u> de dor a curto prazo, mas são necessários ensaios clínicos randomizados de maior qualidade para confirmar isso. |
| de Oliveira <i>et al.</i> | Brasil (2014) | Estudo quantitativo, porém sem grupo controle. | Mulheres com diagnóstico de fibromialgia e idade entre 30 a 60 anos. | — | O tratamento com a acupuntura reduziu a intensidade da dor em todas as participantes. Secundariamente, notou-se que houve melhora em sete dos dez itens do Questionário Sobre o Impacto da Fibromialgia e que a atividade eletrodermal aproximou-se da homeostase. |
| Boehm <i>et al.</i> | Alemanha (2014) | Meta-análise | Pacientes com síndrome de fibromialgia | Quaisquer conclusões baseadas nos resultados desta revisão devem ser consideradas como preliminares. | Os resultados dos estudos, bem como os relatos de casos, definem uma base suficiente para discutir os possíveis benefícios da homeopatia para pacientes que sofrem da síndrome da fibromialgia. |

| | | | | | |
|------------------------|---|------------------------|--|---|---|
| Deare <i>et al.</i> | Austrália (2013) | Revisão Sistemática | Pacientes com fibromialgia diagnosticada de acordo com os critérios do American College of Rheumatology (ACR) | O tamanho da amostra pequeno, a escassez de estudos para cada comparação e a falta de uma acupuntura sham ideal enfraquecem o nível de evidência e suas implicações clínicas. Estudos maiores são necessários. | A evidência sobre a eficácia da acupuntura no tratamento da fibromialgia é de qualidade variada, com limitações nos estudos incluídos. Enquanto a acupuntura de fórmula demonstra ser segura, não apresenta vantagens significativas sobre controles simulados. A eletroacupuntura mostra consistente benefício na redução da dor, melhorando o bem-estar global, sono, rigidez e fadiga. |
| Ablin <i>et al.</i> | Israel, Canadá e Alemanha (2013) | Revisão sistemática | Pacientes com Síndrome da Fibromialgia. | Reconhece que muitas terapias CAM ainda carecem de evidências robustas para recomendação. | As diretrizes ênfaticamente abordagem individualizada do paciente, recomendando exercícios aeróbicos, terapia cognitivo-comport amental, terapia multicomponente e, em alguns casos, terapias farmacológicas. As recomendações para terapias CAM variam entre os países. |

| | | | | | |
|---------------------------|------------------|-------------------------------|--|---|---|
| Cao <i>et al.</i> | China (2013) | Revisão sistemática | Pacientes com fibromialgia | Existem várias limitações nesta revisão. A qualidade dos estudos incluídos é geralmente baixa, o que indica alto ou incerto risco de viés devido a relatórios insuficientes de componentes metodológicos dos ensaios. | A estimulação de pontos de acupuntura parece ser eficaz no tratamento da fibromialgia em comparação com medicamentos. No entanto, são necessários ensaios adicionais, grandes e rigorosamente projetados, devido à falta de rigor metodológico nos ensaios incluídos. |
| Letieria <i>et al.</i> | Brasil (2013) | Ensaio Clínico Randomizado | Indivíduos do sexo feminino com diagnóstico de fibromialgia | Em relação ao tratamento medicamentoso, não houve controle eficaz para essa variável pelos pesquisadores; isso pode ser uma limitação importante do estudo, pois o tipo e a quantidade de medicamentos administrados podem afetar os resultados. | O estudo sugere que a hidrocinesioterapia a mostrou-se eficaz como terapia alternativa da fibromialgia. longa duração. |
| Fraioli <i>et al.</i> | Itália (2013) | Revisão Sistemática | Indivíduos com diagnóstico de fibromialgia. | Os achados do estudo precisam receber confirmação adicional no futuro, por meio de estudos mais aprofundados conduzidos em vários spas. | A balneoterapia com água mineral parece oferecer eficácia comprovada no tratamento da fibromialgia. A terapia de spa pode melhorar os sintomas da fibromialgia, incluindo dor, depressão e sintomas menores. |

| | | | | | |
|-----------------------------------|--------------------|-----------------------------------|--|---|---|
| Braz <i>et al.</i> | Brasil (2013) | Ensaio Clínico Randomizado | Pacientes com diagnóstico de fibromialgia, diagnosticados de acordo com os critérios definidos pelo Colégio Americano de Reumatologia (ACR). | Ainda são necessários estudos adicionais com tamanhos de amostra maiores. | É possível concluir que o extrato da raiz de <i>P. ginseng</i> promoveu efetivamente uma melhoria na dor, fadiga e qualidade do sono (avaliados pela VAS) em comparação com os dados iniciais. <i>P. ginseng</i> pode representar uma opção para o tratamento de dor aguda e/ou crônica e pode constituir uma opção terapêutica futura para pacientes com fibromialgia. |
| <u>Michalsen</u> <i>et al.</i> | Alemanha (2013) | Estudo controlado não randomizado | Pacientes com diagnóstico de fibromialgia primária, idade entre 18 e 70 anos, e Índice de Massa Corporal (IMC) entre 20 e 45 kg/m ² . | Foi usado um desenho de estudo não randomizado. Estudos não randomizados podem introduzir viés pela seleção de pacientes e diferentes fatores prognósticos e de resposta entre os grupos. | A abordagem de Medicina Integrativa com terapia de jejum mostrou-se superior ao tratamento reumatológico convencional no curto prazo e não inferior no médio prazo. No entanto, os efeitos benéficos da abordagem integrativa foram reduzidos após 12 semanas e não mais estatisticamente significativos, com exceção da ansiedade. |

Quadro 3: Distribuição quanto ao uso das PICs no tratamento da dor em pacientes com fibromialgia

DISCUSSÃO

Na presente revisão, foram selecionados 27 artigos. Observou-se a necessidade de estudos mais amplos e rigorosamente desenhados devido às evidências científicas nos estudos. Todos os artigos selecionados apontaram efeitos positivos em médio/longo prazo para o tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia, sendo as práticas de maiores benefícios em ordem crescente, a acupuntura, a meditação Mindfulness e o Tai Chi.

Estudos incluídos em diversas revisões sistemáticas destacaram a eficácia de diferentes práticas integrativas e complementares (PICs) no alívio da dor e na melhoria dos sintomas associados à fibromialgia, associando a acupuntura com efeito sob à dor músculo esquelética, com potencial valor terapêutico comparado a outros procedimentos. A acupuntura, demonstra ser uma excelente intervenção, com evidências que sugerem a capacidade de reduzir a intensidade da dor e melhora da função física em pacientes com fibromialgia (Zhang e Wang, 2021).

Além dos artigos selecionados, foi utilizado também o CABSIN (Consórcio Acadêmico Brasileiro de Saúde Integrativa). Esta plataforma une uma rede de pesquisadores, desde de 2018, que desenvolve pesquisas colaborativas entre universidades, governos e sociedades científicas em nível nacional e internacional. Com o objetivo de integrar produtos naturais, práticas tradicionais e complementares centradas na pessoa.

Em uma colaboração entre a Bireme, a Organização Panamericana de Saúde, a Organização Mundial de Saúde e o CABSIN, foram sistematizadas evidências científicas em Medicinas Tradicionais, Complementares e Integrativas. Dessa forma, as MTCI foram organizadas em mapas de evidências, nos quais foi observada a eficácia das PICs para alívio da dor crônica e analisados os benefícios destas práticas sobre a fibromialgia. Foram práticas recomendadas por estes mapas do CABSIN: acupuntura, massagem, meditação, Qigong, técnicas de relaxamento, manipulação da coluna vertebral, Tai chi, Yoga, além de suplementos e fitoterápicos no manejo da dor.

Os mapas de evidências clínicas em MTCI do CABSIN mostraram os benefícios das PICS para a fibromialgia, destacando a eficácia do Tai Chi. Segundo o estudo de Cheng et al. (2019), essa prática tradicional da Medicina Chinesa melhorou significativamente a condição dos pacientes com fibromialgia em comparação aos cuidados padrão. A eficácia do tratamento foi avaliada usando o questionário de impacto da fibromialgia, a pontuação de dor, índice de qualidade do sono, fadiga, depressão e qualidade de vida foram avaliados entre os pacientes. O Tai Chi apresentou efeitos significativamente maiores em pacientes com FM do que o tratamento padrão, o que sugere que o Tai Chi pode ser usado como um tratamento alternativo. Entretanto, o estudo ressalta a necessidade de mais ensaios em larga escala, de alta qualidade e multicêntricos são necessários para fornecer evidências mais fortes sobre a eficácia do Tai Chi.

Ao considerarmos os resultados dos estudos selecionados, podemos observar uma tendência positiva em relação a eficácia das PICs no manejo da fibromialgia. No entanto, é importante reconhecer as limitações dos estudos existentes, como a falta de padronização nos protocolos de tratamento e a necessidade de mais pesquisas randomizadas e controladas para confirmar os benefícios das PICs.

A prática integrativa que obteve maiores e melhores resultados no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia foi a acupuntura. Diversos autores destacam a sua eficácia. Han et al. (2020) propuseram um protocolo para estudar os efeitos da acupuntura em pacientes com fibromialgia, reconhecendo a necessidade de aumentar o tamanho da amostra e incluir mais centros de pesquisas. Rivera-Vargas et al. (2019) encontraram evidências moderadas de eficácia da acupuntura na redução da dor lombar e recomendaram seu uso para pacientes com fibromialgia.

Yüksel et al. (2019) relataram benefícios da TENS e acupuntura em pacientes com fibromialgia, incluindo diminuição da dor e aumento da atividade inibitória no EEG. Silveira et al. (2018) validam que a acupuntura atua na redução da intensidade da dor e na melhora da qualidade de vida. Zucker et al. (2017) sugeriram que a eficácia da acupuntura na fibromialgia pode ser subestimada e destacaram a necessidade de um tratamento mais personalizado.

Stival et al. (2014) demonstraram a eficácia da acupuntura na redução imediata da dor em pacientes com fibromialgia. Law et al. (2014) encontraram eficácia moderada da acupuntura a laser no manejo da dor musculoesquelética, especialmente em acompanhamentos de longo prazo. Bai et al. (2014) sugeriram que a acupuntura combinada com medicamentos e exercícios pode aumentar os limiares de dor a curto prazo, mas requer ensaios clínicos randomizados de maior qualidade.

De Oliveira et al. (2014) observaram reduções na intensidade da dor e melhorias em vários aspectos da qualidade de vida com a acupuntura. Deare et al. (2013) apontaram para a necessidade de estudos maiores e de melhor qualidade para confirmar a eficácia da acupuntura. Por fim, Minakawa et al. (2022) estudaram um grupo pequeno de sete mulheres submetidas à eletroacupuntura, observando uma redução na ingestão de pregabalina e melhorias na qualidade de vida, embora sem mudanças significativas nos parâmetros de ansiedade, depressão, pensamentos catastróficos e sono. As limitações incluíram o pequeno tamanho da amostra e a ausência de um grupo controle.

Outras práticas destacam-se no tratamento da dor, como por exemplo a fitoterapia, que tem sido explorada como uma abordagem complementar para o manejo da dor crônica, já que essa prática fornece propriedades analgésicas, anti-inflamatórias, ansiolíticas e antidepressivas para aliviar a dor, reduzir a inflamação, melhorar o humor e a qualidade do sono (Salirrosas Gil et al, 2023) (Maciocia, G., 1996). Como exemplo de fitoterapia temos o uso de plantas como chuchuhuasi (*Maytenus krukovii*) e unha de gato (*Uncaria tomentosa*), ambas as plantas foram dispensadas aos pacientes, sendo certificadas pela farmácia

natural do Centro de Medicina Complementar, e fornecidas a cada 15 dias para o consumo do paciente em forma de chá. As abordagens complementares e integrativas propiciam uma perspectiva holística, integral e multidisciplinar no tratamento da fibromialgia, contribuindo para o manejo da dor crônica nesta condição.

Análises de práticas integrativas, como acupuntura, fitoterapia e terapia mente-corpo, quando usadas em conjunto, também têm mostrado resultados promissores. Salirrosas Gil et al. (2023) observaram reduções significativas na intensidade e frequência da dor, bem como no consumo de analgésicos, incapacidade e necessidade de hipnóticos em um grupo de 129 mulheres com fibromialgia. Contudo, a avaliação isolada dessas intervenções dificulta a compreensão de seu impacto combinado.

A inserção das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no cuidado da fibromialgia requer uma abordagem multidisciplinar, envolvendo médicos, fisioterapeutas, psicólogos e outros profissionais de saúde. A colaboração entre diferentes especialidades pode otimizar o tratamento, oferecendo aos pacientes opções terapêuticas personalizadas e adaptadas às suas necessidades individuais. Elas têm sido denominadas de intervenções ou abordagens ou medicinas mente-corpo destacando seu papel de atuação sistêmica tanto no corpo como na mente, seguindo a visão sistêmica e complexa embasada na psico-neuro-imuno-endocrinologia, epigenética e na resiliência (Dosset et al, 2020).

A medicina antroposófica (MA) tem sido investigada quanto aos seus efeitos no manejo da dor crônica, incluindo condições como a fibromialgia. Ploesser et al. (2023) conduziram um estudo com 600 pacientes adultos que revelou reduções significativas na intensidade da dor e melhorias na qualidade de vida. No entanto, a variabilidade metodológica e a ausência de grupos controle adequados limitam a generalização dos achados, sugerindo a necessidade de estudos futuros mais robustos para confirmar esses efeitos.

Além disso, Boehm et al. (2014) discutiram os possíveis benefícios da homeopatia para pacientes com fibromialgia, embora as conclusões sejam preliminares. Já Crestani et al. (2022) examinaram a aplicação de terapias em grupo, observando melhorias significativas na qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia, especialmente em aspectos como redução da dor, aumento da mobilidade e melhora do bem-estar psicológico. A interação social e o suporte emocional oferecido nesses grupos foram destacados como fundamentais para os resultados positivos. No entanto, a escassez de publicações científicas robustas sobre o tema sugere a necessidade de mais pesquisas para consolidar esses achados.

Diversos outros estudos também abordam a eficácia das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no tratamento da fibromialgia. Toneti et al. (2019) investigaram os efeitos do Qigong, encontrando resultados positivos na saúde a médio e longo prazo. Pfalzgraf et al. (2020) demonstraram que a medicina alternativa e complementar pode aliviar os sintomas de fibromialgia e melhorar os resultados de saúde, com mais da metade dos pacientes relatando uso de terapias CAM. Tirelli et al. (2019) observaram uma melhora

significativa em 70% dos pacientes tratados com ozonioterapia. Lauche et al. (2016) concluíram que a ventosaterapia não mostrou benefícios significativos em comparação com tratamentos simulados, recomendando mais pesquisas. Stall et al. (2014) indicaram melhorias com a intervenção do método Rolfing, sugerindo uma relação entre a diminuição da dor e os benefícios psicológicos.

Por último, esses estudos indicam a necessidade de ensaios clínicos maiores e com mais rigor metodológico para validar os achados preliminares e confirmar a eficácia das PICs no tratamento da fibromialgia. Embora muitos estudos tenham demonstrado redução na intensidade da dor e melhorias na qualidade de vida, a heterogeneidade metodológica e as limitações dos estudos sugerem cautela na interpretação dos resultados. É crucial considerar a qualidade e a confiança nas evidências geradas, avaliando os fatores que podem diminuir ou aumentar essa confiança. As limitações dos estudos revisados, como tamanho pequeno da amostra, ausência de grupos controle e curto período de avaliação, destacam a necessidade de pesquisas futuras bem desenhadas para fornecer evidências mais robustas e conclusivas. Cabe discutir algumas limitações desta revisão. Há possibilidade de viés de publicação, pois não houve busca além das fontes eletrônicas citadas na metodologia, complementada por referências citadas nos artigos. Embora tenham sido usadas várias combinações e palavras-chave, artigos relacionados podem ter escapado à busca. Outro possível limite poderia decorrer da pequena quantidade de estudos quantitativos sobre a temática abordada. A avaliação por quatro pesquisadoras, de modo cego e independente, bem como a resolução de discrepâncias por consenso, buscou minimizar vieses de classificação.

CONCLUSÃO

As práticas integrativas e complementares representam uma abordagem promissora no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia, oferecendo alternativas terapêuticas seguras e eficazes para complementar as estratégias convencionais de manejo da condição. Entre as práticas integrativas e complementares com maiores evidências e desfechos positivos, a acupuntura destacou-se significativamente, sendo citada favoravelmente em aproximadamente metade dos artigos selecionados, além de algumas variáveis como a eletroacupuntura e acupuntura a laser. Destacou-se também, a medicina antroposófica, que integra princípios da medicina convencional com abordagens holísticas e espirituais que impactam significativamente na diminuição do sofrimento. A produção científica com dados quantitativos é pequena e carece de adequações metodológicas. Por fim, os efeitos das PICs no tratamento da dor crônica em pacientes com fibromialgia devem ser contemplados em investigações futuras.

REFERÊNCIAS

ABLIN, J. et al. Treatment of Fibromyalgia Syndrome: Recommendations of Recent Evidence-Based Interdisciplinary Guidelines with Special Emphasis on Complementary and Alternative Therapies. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24348701/> Acesso em: 18/01/2024.

AMADO, D. M. et al. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde 10 anos: Avanços e perspectivas. 2018.

ARIAS M. Es la fibromialgia una enfermedad neurológica? *Neurologia* 2008; 23:593-601.

BAI, Y. et al. Efficacy of acupuncture on fibromyalgia syndrome: a Meta-analysis. *J Tradit Chin Med*, 34(4): 381-391. 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25185355/>Acesso em: 18/01/2024.

BOEHM, K. et al. Homeopathy in the treatment of fibromyalgia--a comprehensive literature-review and meta-analysis. *Complement Ther Med*, 22(4):731-42. 2014. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25146079/>Acesso em: 18/01/2024.

BRASIL, Ministério da Saúde. Política Nacional de Humanização. *Humanizausus*, 3ª ed. Brasília, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. – 3. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS/Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. -Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS: atitude de ampliação de acesso/ Ministério da saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – 2. ed. – Brasília: Ministério da saúde, 2015. 96 p. Ministério da Saúde. Portaria n. 849, de 27 de março de 2017. Disponível em: http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/documentos/prt_849_27_3_2017.pdf. Acesso em: 24 de fev. De 2024.

CABSIN. Consórcio Acadêmico Brasileiro de Saúde Integrativa. Disp: <https://cabsin.org.br/>Acesso em 12/02/2024.

CAO, H. et al. Acupoint Stimulation for Fibromyalgia: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24454493/> Acesso em: 10/01/2024.

CHENG, C. et al. Effectiveness of Tai Chi on fibromyalgia patients: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Complementary therapies in medicine*, v. 46, p. 1-8, 2019. Disponível em: <https://cabsin.org.br/praticas-complementares-e-eficazes-no-tratamento-da-dor/> Acesso em: 10/01/2024.

CRESTANI, I. et al. Efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida de pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática. *Revista De Medicina V. 101 N.4*. 2022. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/196799> Acesso em: 04/01/2024.

CROFFORD, L. J, APPLETON, B. E. Complementary and alternative therapies for fibromyalgia. *Curr Rheumatol Reports* 2001; 3:147-56.

DADABHOY, D., CLAUW, D. J. Fibromyalgia: progress in diagnosis and treatment. *Currpain headache reports* 2006; 9:399-404.

- DEARE, J.C. et al. Acupuncture for treating fibromyalgia (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2013. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23728665/> Acesso em: 18/01/2024.
- DE OLIVEIRA, R. M. et al. Efeito da acupuntura na qualidade de vida e no tratamento da dor em pacientes com fibromialgia. *Universitas: Ciências da Saúde*, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 34-48, 13 ago. 2014. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.5102/ucs.v12i1.2820> Acesso em: 18/01/2024.
- DOSSETT, M. L.; FRICCHIONE, G. L.; BENSON, H. A new era for mind–body medicine. *The New England Journal of medicine*, v. 382, n. 15, p. 1390, 2020.
- FRAIOLI, A. et al. Clinical researches on the efficacy of spa therapy in fibromyalgia. A systematic review. *Ann Ist Super Sanità* Vol. 49, No. 2:219-229. 2013. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/aiss/2013.v49n2/219-229/> Acesso em: 08/01/2024.
- HAN, M. et al. Acupuncture for primary fibromyalgia: Study protocol of a randomized controlled trial. *Trials*, v. 21, n. 538. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32552731/> Acesso em: 12/01/2024.
- LAUCHE, R. SPITZER, J. et al. Efficacy of cupping therapy in patients with the fibromyalgia syndrome—a randomized placebo controlled trial. *Scientific Reports* volume 6, 37316. 2016. Disponível em: <https://rdcu.be/dvFXE> Acesso em: 05/12/2023.
- LAW, D et al. Laser Acupuncture for Treating Musculoskeletal Pain: A Systematic Review with Meta-analysis. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, v. 8, n. 1, p.2-16. 2015. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25660439/> Acesso em: 20/11/2023.
- LETIERIA, RV et al. Pain, quality of life, self-perception of health, and depression in patients with fibromyalgia treated with hydrokinesiotherapy. *Rev Bras Reumatol* 53(6):494–500.2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/fj/rbr/a/J93Lm9C3r9yZhDmDcM4Kvqz/?lang=en&format=pdf> Acesso em: 08/12/2024.
- MACIOCIA, G. Os fundamentos da medicina chinesa: um texto abrangente para acupunturistas e fitoterapeutas; prefácio de Su Xin Ming; tradutora: Luciane M. D. Faber; coordenador científico Paulo L. Faber. São Paulo: Roca, 1996.
- MARTINEZ, J. E., BOLOGNA, S. C., EL-KADRE, J. M. R. Há correlação entre o grau de resiliência e o impacto da fibromialgia na qualidade de vida? *Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba*, v. 19, n. 1, p. 6-9, 2017.
- MERSKEY, H., BOGDUK, N. Classification of chronic pain: descriptions of chronic pain syndromes and definitions of pain terms. 2nd Ed. Seattle: IASP Press, 1994.
- MICHALSEN, A. et al. In-Patient Treatment of Fibromyalgia: A Controlled Nonrandomized Comparison of Conventional Medicine versus Integrative Medicine including Fasting Therapy. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2013. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3566607/> Acesso em: 09/01/2024.
- MINAKAWA, Y. et al. Effects of Acupuncture Therapy on Drug-Resistant Fibromyalgia: An Exploratory Single-Arm Nonrandomized Trial. *Medical Acupuncture*, v. 34, n. 3, p. 193-200, 2022. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35832104/> Acesso em: 05/12/2023.
- MOHER, D., SHAMSEER, L., CLARKE, M., GHERSI, D., LIBERATI, A., PETTICREW, M., SHEKELLE, P., STEWART LA; PRISMA-P Group. Preferred reporting items for systematic review and meta-analysis protocols (PRISMA-P) 2015 statement. *Syst Rev*. 2015;4:1. doi: 10.1186/2046-4053-4-1.

NICASSIO, P. M., SHUMA, C, KIM, J, CORDOVA, A, WEISMAN, M., H. Psychosocial factors associated with complementary treatment use in fibromyalgia. *J Rheumatol* 1997; 24:2008-13. National Center for Complementary and Alternative Medicine. What is Complementary and Alternative Medicine? NCCAM Publication No. D156, disponível em: [Salud complementaria, alternativa o integral: ¿Qué hay detrás de estos nombres? | NCCIH \(nih.gov\)](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32893131/). Acesso em 19 de abril de 2023.

PFAIZGRAF, A. R. et al. Use of complementary and alternative medicine in fibromyalgia: Results of an online survey. *Pain Management Nursing* v. 21, n. 6, p. 516-522. 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32893131/> Acesso em: 04/01/2024.

PLOESSER, M. et al. The Effects of Anthroposophic Medicine in Chronic Pain Conditions: A Systematic Review. *J Integr Complement Med*, 29(11):705-717. 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37358805/> Acesso em: 18/01/2024.

RIVERA VARGAS, K.; HUACCA HUANACUNI, G. Acupuntura en el manejo del dolor crónico. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, Lima, 4(3): 96-102. 2019. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1145706> Acesso em: 05/12/2023.

SALIRROZAS GIL, S. C. et al. Efectividad de un programa de medicina complementaria como coadyuvante en el tratamiento de la fibromialgia. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*, v. 8, n. 1, p. 3-10. 2023. Disponível em: <https://rpmi.pe/index.php/rpmi/article/view/704> Acesso em: 04/01/2024.

SAMPAIO, R. F., e MANCINI, M. C., Estudos de Revisão Sistemática: Um Guia Para Síntese Críteriosa da Evidência Científica. *Rev. bras. fisioter.*, São Carlos, v. 11, n. 1, p.83-89, jan./fev. 2007.

SILVEIRA, N. C. et al. Eficácia da Acupuntura para o Tratamento da Fibromialgia: uma revisão sistemática. *Psicologia e Saúde em debate*, [S. l.], v. 4, n. 1, p. 85–105, 2018. DOI:10.22289/2446-922X.V4N1A5. Disponível em: <https://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/228> Acesso em:19/01/2024.

STIVAL, R. S. M., et al. Acupuntura na fibromialgia: um estudo randomizado-controlado abordando a resposta imediata da dor. *Revista Brasileira de Reumatologia*, 54(6), 431-436, 2014. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-731267> Acesso em:05/12/2024.

TIRELLI, U. et al. Ozone Therapy in 65 Patients with Fibromyalgia: An Effective Therapy. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, v. 23, n. 4, p. 1786–1788, 1 fev.2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30840304/> Acesso em: 05/12/2023.

TONETI, B. F. Desenvolvimento e validação de tecnologias digitais voltadas ao ensino de uma prática integrativa e complementar em saúde. 2019. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692020000100370#fn1 Acesso em: 08/11/2023.

WANG, B. Princípios de medicina interna do Imperador Amarelo. Bing Wang; tradução; José Ricardo Amaral de Souza Cruz; revisor técnico Oliver-Michel Nieperon, São Paulo: Ícone, 2013.

YÜKSEL, M. et al. Quantitative Data for Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation and Acupuncture Effectiveness in Treatment of Fibromyalgia Syndrome. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*. 2019. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30949223/> Acesso em: 22/10/2023.

ZHANG, Y.; WANG, C. Acupuncture and Chronic Musculoskeletal Pain. *Curr Rheumatol Rep.*, Boston, 22(11): 80. 2021. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8719359/> Acesso em: 05/12/2023.

ZUCKER, N. A. et al. Evoked Pressure Pain Sensitivity Is Associated with Differential Analgesic Response to Verum and Sham Acupuncture in Fibromyalgia. *Pain Medicine*, 18:1582–1592. 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28340147/> Acesso em: 22/10/202