



**OS EFEITOS DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR CRÔNICA:
REVISÃO BIBLIOGRÁFICA
THE EFFECTS OF ACUPUNCTURE IN THE TREATMENT OF CHRONIC LOW BACK
PAIN: BIBLIOGRAPHICAL REVIEW**

Iago da Silva de Oliveira e Wanuzza do Nascimento

Graduandos do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário São José.

Ailton Caetano de Lima

Mestre em Ciência da Atividade Física.

RESUMO

A dor lombar crônica é conhecida como uma condição clínica que acomete a região lombar, sendo definida como dor e desconforto localizados abaixo do rebordo costal e acima da linha glútea superior, com ou sem dor referida no membro inferior, considerada crônica se persistir por mais de três meses. Suas causas podem ser multifatoriais o que pode dificultar seu tratamento, sendo uma das maiores queixas da população mundial em adultos de ambos os sexos. Sua prevalência em vários países a torna um grande problema de saúde pública. Como abordagem alternativa no tratamento de dores lombares, a acupuntura tem sido amplamente difundida. O objetivo desse trabalho foi avaliar a eficácia da acupuntura como recurso terapêutico no tratamento de indivíduos com dor lombar crônica. Foram realizados levantamentos bibliográficos nas bases de dados PubMed, SciELO, e PEDro com artigos publicados entre 2020 e 2024. A busca resultou em 32 artigos, que de acordo com os critérios de exclusão foram utilizados 6 artigos que atenderam os critérios de elegibilidade.

Palavras chaves: Acupuntura, Dor lombar crônica, Dor crônica.

ABSTRACT

Chronic low back pain is known as a clinical condition that affects the lumbar region, defined as pain and discomfort located below the costal margin and above the upper gluteal line, with or without referred pain in the lower limb, considered chronic if it persists for more than three months. Its causes can be multifactorial, which can make its treatment difficult, and it is one of the biggest complaints of the world population in adults of both sexes. Its prevalence in several countries makes it a major public health problem. As an alternative approach in the treatment of low back pain, acupuncture has been widely used. The objective of this study was to evaluate the effectiveness of acupuncture as a therapeutic resource in the treatment of individuals with chronic low back pain. Bibliographic surveys were carried out in the PubMed, SciELO, and PEDro databases with articles published between 2020 and 2024. The search resulted in 32 articles, of which, according to the exclusion criteria, 6 articles that met the eligibility criteria were used.

Key words: Acupuncture, Chronic low back pain, Chronic pain.

1 INTRODUÇÃO

A dor lombar crônica é considerada um dos problemas posturais mais encontrados em trabalhadores e pode ter origem ocupacional, atingindo diversas partes do corpo. É motivada pelas posturas inadequadas adotadas ao longo da vida e consequente de adaptações incorretas no ambiente de trabalho. (CARVALHO et al., 2015).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), aproximadamente 80% das pessoas terão queixa a respeito de dor na coluna em algum momento de sua vida e que somente a dor de cabeça supera a dor lombar. 90% desses indivíduos enfrentarão uma outra crise, o que necessitará de medicação endovenosa e afastamento do trabalho. Ao impactar diretamente o lado emocional, as dores podem elevar a possibilidade de depressão e outras doenças psicológicas, além de impossibilitar a produtividade e a concentração no trabalho. (AIRES; PINHO; COQUE, 2023).

A dor lombar é uma dor que ocorre nas regiões lombar, lombossacral ou sacroilíaca. Ela pode ser classificada em três tipos: aguda, subaguda e crônica. É considerada dor lombar aguda aquela que apresenta dor inicial súbita e a persistência dos sintomas é inferior a 6 semanas. Esse tipo de patologia é causada, geralmente, por lesões nos ligamentos ou músculos da coluna, as quais ocorrem devido a movimentos bruscos, queda, ou por lesões nos discos vertebrais. A dor subaguda dura de 6 a 12 semanas e geralmente é devido a pós-operatório ou pós fratura. Já a dor lombar crônica persiste mais de três meses, apresentando períodos de melhora e piora em relação à dor e pode ser causada por doenças infecciosas, metabólicas, tumores, enfraquecimento da musculatura e por problemas de postura. (ROSA et al., 2020; CARVALHO et. al, 2015).

Há diversos impactos que são causados pela dor crônica, nos aspectos físico, psicológico e social, como: incertezas, medos, preocupações e sensação de incapacidade, logo, a persistência da condição álgica compromete a qualidade de vida de pessoas de forma global. (LODUCA et al., 2014).

Terapias integrativas e técnicas de manejo para dor crônica têm ganhado destaque como uma abordagem holística para promover o bem-estar dos pacientes. Essas abordagens não se restringem apenas a medicamentos, mas também incluem

fisioterapia e terapias alternativas complementares, como a acupuntura. (MENDONÇA et al., 2023).

A técnica da acupuntura consiste na inserção de agulhas finas no músculo, em pontos de acupuntura específicos colocados na superfície do corpo, ao longo dos meridianos para tratar uma variedade de condições. (SANTOS, 2024). O propósito é estimular o equilíbrio do fluxo de energia vital (Qi), além de restaurar e manter a estabilidade do corpo e da mente. A estimulação objetiva facilitar a movimentação, circulação e liberação da energia, buscando promover a homeostase e fortalecer os órgãos internos (Zang-fu) do organismo. (FELICIANO, 2024).

Sendo assim, este trabalho tem como objetivo avaliar a eficácia da acupuntura como recurso terapêutico no tratamento da dor lombar crônica. Portanto, visaremos demonstrar através deste estudo os efeitos obtidos pela acupuntura, durante os tratamentos, através da melhora sintomatológica da dor lombar crônica.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Anatomia da coluna vertebral

A coluna vertebral é a principal parte do esqueleto axial, onde sua complexa composição proporciona uma sustentação forte e flexível ao corpo. Ela se desenvolve originalmente com uma série de 33 ou 34 vértebras, na criança, sendo esse número reduzido para 26 vértebras na idade adulta com a fusão das vértebras que formam a região sacrococcígena. As vértebras são compostas de corpo, forame, um processo espinhoso e um prolongamento delgado da vértebra, além serem ligadas umas às outras por articulações denominadas intervertebrais e apoiarem outras partes do esqueleto. (BRAMBILLA; PULZATTO, 2020).

É dividida em cinco segmentos: cervical (C1 a C7), torácica (T1 a T12), lombar (L1 a L5), sacral (5 vértebras fundidas, S1 a S5) e cóccix (3 ou 4 vértebras fundidas). No entanto, as fusões sacral e coccígea não começam até os 20 anos e não são concluídas até a meia-idade. A coluna vertebral apresenta 2 cifoses (torácica e sacral) e 2 lordoses

(cervical e lombar), que são as curvaturas anatômicas de suas vértebras. Possui diversos músculos e ligamentos importantes para a sua sustentação e funcionalidade em sua composição. (FREITAS et al., 2020).

São denominadas móveis as vértebras cervicais, torácicas e lombares, pois possibilitam a flexibilidade da coluna, no entanto, sua estabilidade depende dos músculos e ligamentos presentes. Aliás, a coluna vertebral possui músculos em toda a sua extensão posterior. Em sua parte anterior, apresenta músculos apenas em suas regiões cervical e lombar. São as vértebras lombares que dão sustentação a maior parte da massa corporal, portanto, estão sujeitas a tensões e maior esforço, sendo as vértebras mais correlacionadas com dores nas costas (NASCIMENTO et al, 2023).

A região lombar possui uma curvatura côncava posteriormente e apresenta os corpos vertebrais maiores que o das demais vértebras de outras regiões, além de não conterem forame no processo transversos. As faces articulares do par superior são dirigidas medialmente em vez de posteriormente e as faces articulares do par inferior são dirigidas lateralmente em vez de anteriormente, portanto, seus processos articulares são típicos e promovem uma lordose fisiológica. Suas vértebras desempenham um papel fundamental nos movimentos de flexão, extensão, inclinação lateral à direita e inclinação lateral à esquerda do tronco. (COUTINHO et al., 2021).

2.2 Dor lombar crônica

Uma das principais queixas na busca de atendimento ambulatorial, seja primário ou secundário, é a dor lombar, constatando um problema na saúde pública. (TAVARES et. al, 2020). Ela atualmente aparece como uma condição de saúde patológica com grande predominância em relação a população mundial, sendo determinante na limitação funcional, o que muitas vezes resulta em casos de ausência do trabalho e afastamento social. (BENTES, 2021).

Pode ser dividida em dois grupos: específica e inespecífica, sendo a causa inespecífica a mais prevalente desta sensação dolorosa. Quando a dor lombar está relacionada a alguma patologia primária, ela é considerada específica. A dor lombar

inespecífica ocorre pela incapacidade de determinação de sua causa, não havendo presença de nenhuma patologia. (ANTONELLI et al., 2021).

A dor lombar crônica é uma condição que pode ser definida como uma dor que surge na última costela e vai até a prega glútea. (ABDO, 2022). Ela ocorre devido a um desequilíbrio muscular da região lombo-pélvica, que é responsável pelo posicionamento correto do tronco na posição ereta e atua como sinergista para os movimentos dos segmentos corporais, causando instabilidade da coluna. (PEREIRA et al., 2014).

A incapacidade gerada através da dor lombar crônica pode estar ligada a fatores biológicos, psicológicos e sociais, como medo e dificuldades no ambiente de trabalho. Outros fatores como idade, trabalho com carga, tabagismo e movimentos repetitivos são agentes cruciais na cronificação da dor lombar. Ou seja, a incapacidade pode não estar relacionada à doença em si, mas derivada de possíveis fatores biopsicossociais que contribuem no processo de cronificação. (ABREU, 2023).

2.3 Acupuntura

A Medicina Tradicional Chinesa se baseia em três pilares básicos: o Conceito de Yin e Yang, os 5 movimentos e os Zang Fu (órgãos e vísceras). O Yin e Yang são energias opostas, porém um complementa o outro, e representam o positivo e negativo. A teoria do Yin e Yang diz que tudo que nos cerca é constituído por duas forças divergentes, mas que estão unidas em equilíbrio, para proporcionar o movimento e a mudança, onde a energia Ying (densa: órgãos - Zang) e a energia Yang (movimento: vísceras - FU). (DIAS, 2017).

Tabela 1 – Análise Zang (órgãos) e Fu (vísceras)

PALAVRAS CHINESAS	ZANG		PALAVRAS CHINESAS	FU	
	NOMEAÇÃO NA LÍNGUA PORTUGUESA	ABREVIÇÃO		NOMEAÇÃO NA LÍNGUA PORTUGUESA	ABREVIÇÃO
Shen	Rins	R	Pang Guang	Bexiga	B
Pi	Baço/Pâncreas	BP	Wel	Estômago	E

Xin	Coração	C	Xiao Chang	Intestino Delgado	ID
Fei	Pulmão	P	Da Chang	Intestino Grosso	IG
Gan	Fígado	F	Dan	Vesícula Biliar	VB
Xin Bao	Pericárdio	CS	San Jiao	Triplo aquecedor	TA

O Yin está relacionado aos fenômenos materiais, sólidos aos corpos, ao frio, ao sombrio, a contração, a lua, ao feminino, ao inverno e ao interior, enquanto Yang, está relacionado com os fenômenos imateriais, ao movimento, atividade psíquica, ao calor, luminosidade, ao verão, a expansão, ao masculino, ao sol e ao exterior. O ser humano é uma combinação dessas duas energias e a saúde representa a capacidade de manter o equilíbrio entre elas e a doença se dá pelo desequilíbrio entre Yin e Yang. (MAIA; BOTTCHEER, 2016).

De acordo com a Medicina Tradicional Chinesa, o Universo é formado pelo movimento e pela transformação dos 5 princípios básicos da natureza: Madeira, Fogo, Terra, Metal e Água. Cada um dos elementos apresenta correspondências entre estruturas e processos da natureza e do ser humano. (MIRANDA, 2023).

Cada elemento possui características distintas, como citado abaixo:

- Madeira: É associada a primavera, ao vento, ao verde, direção leste, gosto azedo. Em relação ao corpo humano, é correspondida pelo fígado e vesícula biliar; influencia principalmente os olhos e tendões, sua emoção é a raiva e pode se manifestar no grito;
- Fogo: É associado ao verão, ao calor, direção sul, ao vermelho e gosto amargo. Em relação ao corpo humano, é correspondido pelo coração e intestino delgado; influencia principalmente a língua, tecido vascular, sua emoção é a alegria e pode se manifestar no riso;
- Terra: É associada ao início e fim do verão, ao úmido, ao amarelo, encontra-se no centro das direções, gosto doce. Em relação ao corpo humano é correspondida pelo baço/pâncreas e estômago; influencia principalmente boca, músculo, sua emoção é a preocupação e pode se manifestar no canto;
- Metal: É associado ao outono, ao seco, a direção oeste, ao cinza e branco e gosto apimentado. Em relação ao corpo humano é correspondido pelo pulmão e intestino grosso; influencia principalmente o nariz, pele e pelos, sua emoção é a tristeza e pode se manifestar no choro;

- Água: É associada ao inverno, ao frio, a direção norte, ao preto e ao gosto salgado. Em relação ao corpo humano, é correspondida pelos rins e bexiga; influencia principalmente ouvidos, ossos, sua emoção é o medo e pode se manifestar no gemido. (RENOVATO, 2024).

Na dor lombar crônica, a Acupuntura é uma das terapias alternativas e complementares mais aplicadas durante o seu tratamento. (ROSA et al., 2016). As principais indicações da acupuntura em relação a dor crônica concentram-se na dor nociceptiva do tipo músculo-esquelético, com característica inflamatória ou não, estando entre as principais beneficiadas a dor lombar crônica. (CARVALHO et al., 2021).

Acupuntura é uma técnica de tratamento que consiste na inserção de agulhas específicas em pontos predeterminados do corpo, com o objetivo de restabelecer a saúde. O termo “acupuntura” é utilizado no ocidente para englobar técnicas terapêuticas. (BISSOTO, 2023).

Destacam-se dentre essas técnicas: a acupuntura sistêmica, que faz uso de agulhas em pontos específicos no corpo; eletroacupuntura, que associa as agulhas aplicadas nos pontos de acupuntura com a estimulação elétrica; laser acupuntura, aplica o laser de baixa intensidade nos pontos de acupuntura e dispensa o uso de agulhas; acupuntura microssistêmica, que utiliza agulhas de acupuntura ou esferas (cristal, mostarda, ouro ou prata) em pontos localizados em microssistemas, como o crânio, parte externa da orelha (auriculoacupuntura) e mãos. (MELO et al., 2020).

Segundo MOTA (2017), os efeitos da acupuntura são gerados devido à estimulação da hipófise, que resulta na limitação da transmissão, pela medula espinhal, do estímulo que gera a sensação dolorosa. Numa visão ocidental de tratamento, a dor administrada pela técnica da acupuntura, apresenta efeitos comparáveis aos de anti-inflamatórios e analgésicos.

A analgesia provocada pela acupuntura normalmente atinge seu pico nas primeiras 2 horas do tratamento. (CARVALHO et al., 2021). O efeito analgésico central, particularmente sobre o tálamo, possui um papel considerável no processamento da informação sensitiva, além de liberar endorfinas pertencentes ao grupo de opioides que compõem o mecanismo natural de eliminação da dor. (PEREIRA et al., 2021).

2.4 Protocolo para dor lombar crônica

Segundo a Medicina Tradicional Chinesa, o Vaso Governador e os canais da Bexiga e do Rim influenciam a região lombar. A origem da dor lombar pode estar relacionada com a deficiência do yang e yin do Rim, com posturas inadequadas, e a fatores relacionados ao clima como frio e umidade, além de estase de sangue no dorso e invasão de vento-frio. (GODOY et al., 2014).

Existem diversas formas para o uso da acupuntura, como a acupuntura sistêmica, auriculoterapia ou a eletroacupuntura, que utiliza estímulos por meio de eletrodos conectados às agulhas. No caso da dor lombar crônica, a realização das técnicas é baseada na seleção de pontos a serem aplicados com base na dor, com o objetivo de relaxar os tendões e ativar colaterais, desbloquear meridianos para aliviar a dor, tonificar órgãos e víceras como rins e baço, pois, de acordo com a medicina chinesa, a região lombar é influenciada por esses meridianos. (MENEZES, 2024).

De acordo com Melo (2023), os pontos de acupuntura para tratamento da dor lombar são: ID3 (Houxi), B62 (Shenmai), B40 (Weizhong), VG4 (Mingmen), B23 (Shenshu), B24 (Qihai), B25 (Dachangshu), B26 (Guanyuanshu), B27 (Xiachangshu), VB34 (Yanglingquan) e Yintang (ponto extra). Outra técnica que também pode ser realizada para dor lombar, é a auriculoterapia, que consiste em sementes de mostardas posicionadas em pontos específicos da orelha e fixadas com esparadrapos. Os pontos selecionados incluem Shen men, analgesia, rim, lombar, pelve, fígado, baço e subcórtex, onde cada ponto é responsável por uma função. O Shenmen é utilizado para estabilizar todo o corpo, provocando analgesia, já os pontos do rim, fígado e baço têm o papel de fortalecer a coluna lombar e medula óssea, por estimular a circulação sanguínea, e realizar a digestão dos alimentos, nutrindo o fígado, músculos e tendões. Os pontos lombar e pelve atuam diretamente na zona correspondente, enquanto o ponto subcórtex potencializa o alívio da dor junto com o Shen men e o ponto de analgesia. (RESENDE et al., 2019).

Tabela 2 – indicações dos pontos do protocolo para dor lombar crônica

PONTO	INDICAÇÃO
B23 (Shenshu)	Problemas renais, distúrbios urinários, dores lombares e fadiga crônica.
B24 (Qihaihu)	Dores lombares, problemas menstruais, e distúrbios relacionados à energia vital (Qi). Ajuda a fortalecer a lombar, regular a menstruação e aliviar a dor nas costas.
B25 (Dachangshu)	Constipação, diarreia e outras disfunções intestinais.
B26 (Guanyuanshu)	Distensão abdominal, diarreia, disúria, dor lombar, ciática, sede, disfunções urinárias.
B27 (Xiachangshu)	Problemas digestivos, como dor abdominal, diarreia e disfunções urinárias. É importante no tratamento de condições relacionadas à absorção de nutrientes e ao equilíbrio de líquidos no corpo.
ID3 (Houxi)	Cefaleia occipital, dor e rigidez cervicais, tinitos, vertigem, epistaxe, plenitude torácica, deslocamento lombar agudo, cervicalgia, lombalgia, dorsalgia, intercostalgia, malária, dor, entorse e contratura do cotovelo, ombro, braços e dedos, dores em todos os dedos, surdez, surdo mutismo, sudorese noturna, sudorese fria, doenças febris, pleurite, pterígio, conjuntivite, afecção ocular, dor e edema da garganta, odontalgia, icterícia, distúrbios mentais, convulsão, psicose, meningite, epilepsia, histeria, mania, tremor.
B62 (Shenmai)	Desarranjo do tornozelo, afasia derivada de AVC, tonteira, desvio do olho, enfermidades oculares, dor de cabeça, dor de cabeça lateral, dor de cabeça na linha central, insônia, dor na perna, dor lombar, síndrome de Ménière, enfermidades mentais, desvio da boca, sangramento nasal, olhos vermelhos. Palpitações, convulsões, tinido, mania. Calafrios e febre, aversão ao frio.
B40 (Weizhong)	Dor abdominal, diarreia, hemiplegia, hemorroida, distúrbios do joelho, dormência da perna, dor na perna, paralisia da perna, dor lombar, doenças da pele, incontinência urinária, vômito.
VG4 (Mingmen)	Casos de afogamento, percutir repetidamente sobre este ponto. Nos casos de emergência de ataques cardíacos ou cerebrais, com recurso pronto, percutir com a mão este ponto, Esgotamento físico e psíquico, cefaléia, epilepsia, prolapso do reto, hemorróidas, impotência, leucorréia, algias, senilidade precoce, diarréia crônica.
VB34 (Yanglingquan)	Hemiplegia. Fraqueza. Dormência e dor dos membros inferiores. Inchaço e dor no calcanhar. Beribéri. Dor hipocondríaca. Gosto amargo na boca. Vômitos. Icterícia. Convulsão infantil.
Yintang (ponto extra)	Alívio do estresse e ansiedade, melhora da qualidade do sono, redução da dor de cabeça, clareza mental e equilíbrio emocional.

3 METODOLOGIA

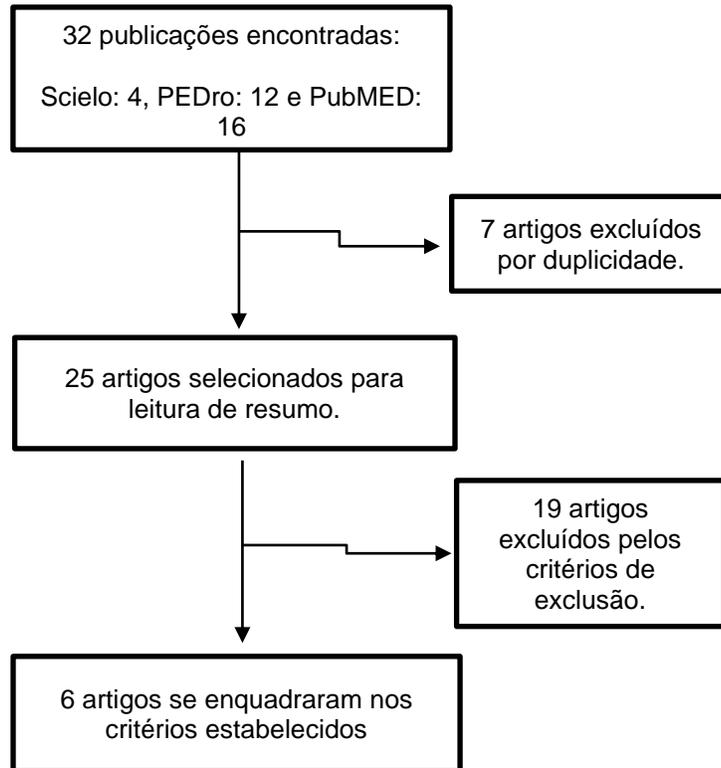
Este trabalho trata-se de uma revisão bibliográfica com objetivo de avaliar a eficácia da acupuntura em indivíduos com dor lombar crônica, portanto, foram examinados artigos científicos publicados entre 2014 e 2024. Foram excluídos: artigos duplicados, artigos em outros idiomas que não fossem o português ou o inglês, artigos pagos e resumos que não se enquadravam na proposta do estudo. Foi realizada uma análise, tendo por base os títulos e o resumo dos artigos e foram recusados aqueles que apresentaram pelo menos um dos critérios de exclusão.

Buscou-se artigos nas bases de dados SciELO, PubMed e PEDro, e foram utilizadas as seguintes palavras chaves: Acupuntura, Dor lombar crônica, Dor crônica.

4 RESULTADO E DISCUSSÃO

Após realizar a pesquisa com as palavras-chave em três das principais fontes de pesquisa gratuitas de conteúdo científico, que se tem acesso no Brasil, foram selecionadas 32 publicações com base nos títulos, distribuídas da seguinte forma: 4 da Scielo, 16 do PubMed e 12 do PEDro. Foi identificado a duplicação de 7 títulos. Em seguida, os resumos de 25 artigos foram lidos e 19 deles foram descartados por apresentarem algum dos critérios de exclusão. Restaram, portanto, 6 artigos que se enquadraram plenamente nos critérios estabelecidos neste estudo, conforme demonstrado no fluxograma 1, e utilizados nesta pesquisa.

Fluxograma 1 – etapa da seleção dos estudos



Sendo assim, abaixo é apresentado a análise dos 6 artigos científicos encontrados, de forma descritiva e realizada através da Tabela 3, apresentando Autor, Tema, Objetivo, Intervenção e Resultados.

Tabela 3 – Artigos selecionados para análise e discussão

AUTOR	TEMA	OBJETIVO	INTERVENÇÃO	RESULTADOS
Comachio (2016)	Efetividade da Eletroacupuntura versus Acupuntura em pacientes com dor lombar crônica não específica: um ensaio clínico randomizado	Comparar a efetividade da eletroacupuntura versus acupuntura no tratamento da dor e incapacidade funcional em pacientes com DLC inespecífica.	66 pacientes com DLC inespecífica foram distribuídos aleatoriamente em dois grupos: Grupo eletroacupuntura (GEA) n=33 e grupo acupuntura (GA) n=33. As intervenções tiveram duração de 6	Ambos os grupos relataram resultados semelhantes como a melhora na intensidade da dor e incapacidade funcional, portanto, não houve diferenças significativas entre os grupos.

			semanas, com frequência de duas vezes por semana, totalizando 12 sessões com duração de 50 minutos.	
Comachio et al (2020)	Effectiveness of manual and Electrical Acupuncture for Chronic Non-specific Low Back Pain: A Randomized Controlled Trial	Avaliar a eficácia da eletroacupuntura (EA) e da acupuntura na dor e incapacidade em pacientes com DLC inespecífica.	66 pacientes com DLC inespecífica foram alocados em Grupo acupuntura n=33 e Grupo eletroacupuntura (EA) n=33. A intervenções duraram seis semanas, duas vezes por semana. O Grupo acupuntura recebeu um total de 23 agulhas (pontos), enquanto o Grupo EA completou 30 min de acupuntura, o mesmo que o grupo de acupuntura, e adicionou mais 10 minutos de eletroacupuntura durante o tratamento.	Ambas as técnicas produziram efeito semelhante na redução da intensidade da dor e incapacidade. Portanto, nenhuma diferença significativa foi encontrada.
Dastjerdi et al (2024)	Comparative efficacy of acupuncture, venesection, and physical therapy on chronic low back pain outcomes: a randomized clinical trial	Comparar a acupuntura e a veneseção na DLC e na funcionalidade do paciente.	105 pacientes com DLC foram alocados aleatoriamente em três grupos: fisioterapia, acupuntura ou veneseção. O grupo de fisioterapia realizou 9 sessões consecutivas, três	A acupuntura e a veneseção demonstraram melhorias significativas comparado à fisioterapia e apresentaram uma eficácia semelhante.

			vezes por semana, com duração de 1 hora. O grupo acupuntura recebeu a técnica três vezes por semana, totalizando 9 sessões. O último grupo realizou a venosecção duas vezes, uma sessão no início do estudo e a segunda três semanas depois.	
Luo et al (2019)	Effect of hand-ear acupuncture on chronic low-back pain: a randomized controlled trial	Comparar os efeitos da acupuntura mão-auricular e da acupuntura tradicional na dor lombar crônica.	152 participantes com DLC foram aleatoriamente designados para acupuntura mão-auricular n = 54, acupuntura tradicional n = 50 ou grupos de cuidados habituais (massagem e fisioterapia) n = 48. 18 tratamentos foram fornecidos por 7 semanas, onde todos os grupos receberam massagem e fisioterapia conforme a necessidade. No grupo de acupuntura mão-auricular, os pacientes foram acupunturados nos pontos de ambas as mãos e orelhas, no	Ambos os tratamentos de acupuntura foram mais eficazes que os cuidados habituais. No entanto, na comparação entre elas, a acupuntura mão-auricular foi ainda mais eficaz do que a acupuntura tradicional para tratamento de DLC, obtendo uma melhora maior na função física, dor lombar e eficácia geral.

			grupo de acupuntura tradicional, os pacientes foram tratados com agulhas de rotina, enquanto, no terceiro grupo, os pacientes foram tratados apenas com os cuidados habituais.	
Minakawa et al (2021)	Trigger Point Acupuncture and Exercise for Chronic Low Back Pain in Older Adult: a Preliminary Randomized Clinical Trial	Examinar a eficácia do exercício combinado com a acupuntura de ponto-gatilho em comparação ao exercício isolado para pacientes idosos com DLC.	15 idosos com DLC por pelo menos 3 meses foram divididos em: Grupo exercícios + acupuntura de ponto gatilho e Grupo exercícios. Respectivamente, durante 3 meses, um grupo recebeu exercícios e acupuntura de pontos gatilhos, enquanto o outro grupo recebeu apenas exercícios.	A intervenção de exercícios mais a acupuntura com pontos gatilhos melhorou significativamente a intensidade da dor em relação a terapia com apenas exercícios, demonstrando ser uma terapia mais eficaz para idosos com DLC, principalmente, para os que não têm o hábito de exercícios.
Rybicka et al (2024)	Ear Acupuncture and Medical Acupuncture for Pain- and Health-Related Quality of Life among Older Patients with Chronic Nonspecific Low Back Pain: A	Avaliar a auriculoterapia em comparação à acupuntura no tratamento de dor lombar crônica inespecífica em idosos.	60 idosos com DLC inespecífica foram divididos em 2 grupos: auriculoterapia e acupuntura. 10 intervenções foram realizadas em ambos os grupos. No grupo acupuntura, agulhas foram aplicadas 1 vez	Ambas as técnicas foram eficazes no tratamento de DLC. No entanto, na comparação entre as técnicas, foram encontrados resultados mais significativos para redução da dor no

	Prospective Clinical Trial.		por dia, seguindo os pontos pré-estabelecidos do protocolo, durante 20 minutos. Assim como no grupo acupuntura, o grupo auriculoterapia recebeu a técnica 1 vez por dia, nos pontos de acordo com o protocolo, durante 20 minutos.	grupo acupuntura em comparação com o grupo auriculoterapia.
--	-----------------------------	--	--	---

Os estudos revisados apresentam informações pertinentes sobre a Acupuntura, em comparação com outras técnicas, a fim de avaliar a sua aplicabilidade e a sua eficácia como recurso terapêutico no tratamento de pacientes com dor lombar crônica.

A publicação de Comachio (2016) comparou a efetividade da Eletroacupuntura versus Acupuntura no tratamento da dor e incapacidade funcional em pacientes com dor lombar crônica inespecífica. 66 pacientes com DLC inespecífica foram distribuídos aleatoriamente entre Grupo Eletroacupuntura e Grupo Acupuntura.

As intervenções tiveram duração de 6 semanas, com frequência de duas vezes por semana, totalizando 12 sessões com duração de 50 minutos. Ao final das intervenções, ambos os grupos relataram resultados similares na melhora da intensidade da dor e incapacidade funcional, não havendo diferença significativa entre os grupos.

No estudo de Comachio et al (2020) foi avaliada a eficácia da Eletroacupuntura e da Acupuntura na dor e incapacidade em pacientes com dor lombar crônica inespecífica. Os participantes foram randomizados em dois grupos e 12 intervenções para ambas as técnicas foram realizadas em um período de 6 semanas, com sessões de uma hora implementadas duas vezes por semana. De acordo com os resultados, nenhuma diferença significativa foi encontrada entre as técnicas, as duas tiveram efeitos semelhantes na redução da intensidade da dor e da incapacidade.

Dastjerdi et al (2024) compararam a Acupuntura e a Veneseção na DLC e na funcionalidade do paciente. Os 105 pacientes com DLC foram divididos aleatoriamente em grupos de fisioterapia, acupuntura ou veneseção. O grupo de fisioterapia realizou 9 sessões consecutivas, três vezes por semana, com duração de 1 hora. O grupo de acupuntura recebeu 9 vezes a técnica, três vezes por semana e, por fim, o grupo de veneseção realizou a técnica duas vezes, sendo uma sessão no início do estudo e a segunda três semanas depois. Segundo os resultados, a Acupuntura e a Veneseção possuíram melhorias significativas comparado à fisioterapia e apresentaram uma eficácia semelhante.

Luo et al (2016) compararam os efeitos da Acupuntura mão-auricular e da Acupuntura tradicional na dor lombar crônica. 152 participantes com DLC foram designados aleatoriamente em 3 grupos: Acupuntura mão-auricular, Acupuntura tradicional e grupos de cuidados habituais. 18 tratamentos foram realizados durante 7 semanas e todos os grupos receberam massagem e fisioterapia conforme a necessidade.

O grupo de Acupuntura mão-auricular foi acupunturado nos pontos de ambas as mãos e orelhas, o grupo de Acupuntura tradicional recebeu tratamento com agulhas de rotina, enquanto, no terceiro grupo, os pacientes foram tratados apenas com cuidados habituais. Tanto a Acupuntura mão-auricular quanto a Acupuntura tradicional foram mais eficazes que os cuidados habituais, com a acupuntura mão-auricular sendo a mais efetiva, obtendo uma melhora maior na função física, dor lombar e eficácia geral.

Minakawa et al (2021) examinaram a eficácia do exercício combinado com a Acupuntura de ponto-gatilho em comparação ao exercício isolado para pacientes idosos com dor lombar crônica, o sintoma subjetivo mais comum relatado por idosos de ambos os sexos no Japão. 15 idosos com DLC por mais de 3 meses foram divididos em 2 grupos: Grupo Exercícios mais Acupuntura de ponto gatilho e Grupo Exercícios.

Respectivamente, durante 3 meses, um grupo recebeu exercícios e acupuntura de pontos gatilhos, enquanto o outro grupo recebeu apenas exercícios. A intervenção com Exercícios mais a Acupuntura com pontos gatilhos demonstrou melhores resultados na intensidade da dor em relação a terapia com apenas exercícios, demonstrando ser uma terapia mais eficaz para idosos com DLC, principalmente, para os que não têm o hábito de se exercitar.

Rybicka et al (2024) avaliaram a Auriculoterapia em comparação à Acupuntura no tratamento de dor lombar crônica inespecífica em idosos. 60 idosos com dor lombar crônica foram divididos em dois grupos: Grupo Acupuntura e Grupo Auriculoterapia. Ambos os grupos receberam 10 intervenções no total.

No grupo Acupuntura, as agulhas foram aplicadas nos idosos 1 vez por dia durante 20 minutos, seguindo os pontos pré-estabelecidos do protocolo. Assim como no grupo Acupuntura, os idosos do grupo Auriculoterapia receberam a técnica 1 vez por dia, nos pontos de acordo com o protocolo, durante 20 minutos. Os resultados sugerem que ambas as técnicas foram eficazes no tratamento para dor lombar crônica. No entanto, na comparação entre as técnicas, foram encontrados resultados mais significativos para redução da dor no grupo Acupuntura em comparação com o grupo Auriculoterapia.

Os artigos revisados fornecem uma análise detalhada e apontam resultados consistentes de que a Acupuntura pode ser uma técnica eficaz e complementar no tratamento de dor lombar crônica. Todavia, embora a acupuntura tenha se mostrado eficaz, os artigos também demonstram que não houve grandes diferenças entre a Acupuntura e algumas das abordagens comparadas, sugerindo que a Acupuntura, combinada com outras modalidades de tratamento, pode ser promissora para indivíduos com dor lombar crônica.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A dor lombar crônica é uma patologia multifatorial que acomete amplamente a qualidade de vida dos indivíduos que a possuem. Entre as terapias alternativas, a Acupuntura surge como uma abordagem terapêutica eficaz no tratamento de DLC, oferecendo efeitos benéficos, como o alívio da dor.

Essa presente revisão visou verificar a literatura científica disponível para avaliar a eficácia da acupuntura no tratamento de pacientes com dor lombar crônica. Com base nos estudos encontrados, os resultados clínicos indicam para uma redução da dor e da incapacidade de pacientes com dor lombar crônica e, conseqüentemente, uma melhora na qualidade de vida.

No entanto, esta revisão apresentou algumas limitações, o que inclui estudos monetizados e o baixo número de artigos no recorte de tempo da revisão, diretamente relacionados ao objetivo. Portanto, são necessárias mais pesquisas de alta qualidade para maior compreensão sobre os efeitos da acupuntura na dor lombar crônica a longo prazo.

REFERÊNCIAS

ABDO, J. S. **Manejo da dor lombar na atenção primária à saúde: uma revisão de literatura.** 2022.

ABREU, M. M. Abordagem clínica nas lombalgias: uma revisão narrativa. **Medicina, Ciência e Arte**, v. 2, n. 1, p. 42–60, 2023.

AIRES, R.; PINHO, M.; COQUE, A. Papel da acupuntura na melhora da dor lombar. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 6, n. 2, p. 6468–6476, 2023.

ANTONELLI, B. A. et al. Avaliação do método Pilates no tratamento de indivíduos com dor lombar crônica inespecífica: ensaio clínico randomizado. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 20, n. 1, p. 38–51, 2021.

BENTES, R. N. Variação da resposta sintomática dolorosa na coluna lombar pela manipulação visceral. **Fisioterapia Brasil**, v. 22, n. 1, p. 1–9, 2021.

BISSOTO, J. R. **Eficácia e segurança da acupuntura e técnicas correlatas no manejo da dor crônica em população pediátrica: uma revisão sistemática.** 2023.

BRAMBILLA, L. L. S.; PULZATTO, F. Exercício físico em portadores de lesões da coluna vertebral – revisão sistemática. **Revista Saúde UniToledo**, v. 4, n. 1, 2020.

CARVALHO, E. F. et al. A utilização da acupuntura no controlo da dor crônica em usuários com síndrome vertebral com irradiação. **Scientia Medica**, v. 31, n. 1, 2021.

CARVALHO, P. et al. **Acupuntura no tratamento de dor.** Journal of the Health Sciences Institute, 2015.

COMACHIO, J. **Efetividade da eletroacupuntura versus acupuntura manual em pacientes com dor lombar crônica não específica: um ensaio clínico randomizado.** 2016.

COMACHIO, J. et al. Effectiveness of manual and electrical needle stimulation in acupuncture for chronic nonspecific low back pain: a randomized controlled trial. **Journal of Acupuncture and Meridian Studies**, v. 13, n. 3, 2020.

COUTINHO, C. L. A. et al. **Influência do ajuste quiroprático no segmento lombar de indivíduos homens hígidos submetidos à análise da amplitude de movimento pelo teste de schober.** 2021.

DASTJERDI, M. J. et al. Comparative efficacy of acupuncture, venesection, and physical therapy on chronic low back pain outcomes, a randomized clinical trial. **Annals of medicine and surgery**, v. 86, n. 5, p. 2729–2738, 2024.

DIAS, R. A. **Efeitos da acupuntura na liberação miofascial no tratamento da lombalgia.** 2017.

FELICIANO, B. **O uso da acupuntura para o tratamento e melhora da qualidade de vida de indivíduos com fibromialgia.** 2024.

FREITAS, M. G.; MEDEIROS, S. M. L.; CÂMARA, G. L. G. Recursos fisioterapêuticos nos desvios posturais da coluna vertebral: uma revisão integrativa. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 10, n. 2, p. 355–364, 2020.

GODOY, J. R. P. et al. Efeito da acupuntura na dor lombar: revisão de literatura. **Universitas: Ciências da Saúde**, v. 12, n. 1, p. 49-57, 2014.

LODUCA, A. et al. Chronic pain portrait: pain perception through the eyes of sufferers. **Revista Dor**, v. 15, n. 1, 2014.

LUO, Y. et al. Effect of hand-ear acupuncture on chronic low-back pain: a randomized controlled trial. **Journal of Traditional Chinese Medicine = Chung I Tsa Chih Ying Wen Pan**, v. 39, n. 4, p. 587–598, 2019.

MAIA, H. B.; BOTTCHER, L. B. Tratamento da síndrome de tensão pré-menstrual por meio da acupuntura: uma revisão bibliográfica. **Uningá Review**, v. 27, n. 2, 2016.

MELO, G. A. A. et al. Effects of acupuncture in patients with chronic kidney disease: a systematic review. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 4, 2020.

MELO, N. M. S. **Acupuntura sobre a lombalgia crônica inespecífica.** 2023.

MENDONÇA, J. C. et al. Abordagens Multidisciplinares para o Tratamento da Dor Crônica: Uma revisão das terapias integrativas e estratégias de manejo da dor crônica, incluindo medicamentos, fisioterapia e terapias alternativas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 5, n. 5, p. 129–144, 2 out. 2023.

MENEZES, V. M. **Eficácia da acupuntura em pacientes idosos com dor lombar crônica:** uma revisão narrativa. 2024.

MINAKAWA, Y. et al. Trigger Point Acupuncture and Exercise for Chronic Low Back Pain in Older Adult: a Preliminary Randomized Clinical Trial. **Journal of Acupuncture and Meridian Studies**, v. 15, n. 2, p. 143–151, 2022.

MIRANDA, L. O. **A relevância da acupuntura e atuação do profissional biomédico nas práticas integrativas.** 2023.

MOTA, W. G. **Avaliação dos efeitos da eletroestimulação transcutânea em pacientes com dor lombar crônica em tratamento com acupuntura.** 2017.

NASCIMENTO, I. R et al. Mobilização no tratamento de pacientes com dor lombar crônica: revisão bibliográfica. **Revista Saúde dos Vales**, v. 5, n. 1, 28 set. 2023.

PEREIRA, H. S. S. et al. The effects of acupuncture in fibromyalgia: integrative review. **Brazilian Journal Of Pain**, 2021.

PEREIRA, T. A. B.; SILVA, Z. M. A.; SOUSA, T. A. S. Melhora da funcionalidade e da intensidade da dor em pacientes com dor lombar através do método pilates: uma revisão de literatura. **Interfaces Científicas – Saúde e Ambiente**, v. 3, n. 1, p. 75-82, 2014.

RENOVATO, M. I. R. **Eficácia no tratamento da enxaqueca com uso da acupuntura**. 2024.

RESENDE, G. O. et al. Ventosaterapia e Acupuntura no tratamento de lombalgia. **Anais da Mostra Acadêmica do Curso de Fisioterapia**, v. 7, n. 2, p. 22–29, 2019.

Rosa, R. et al. **Manual de avaliação e tratamento da dor**. 2020.

ROSA, R.; DIAS, C. P.; RONCADA, C. Efeitos da acupuntura na redução da dor lombar: uma revisão sistemática. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, 2016.

RYBICKA, M. et al. NADA Ear Acupuncture and Medical Acupuncture for Pain- and Health-Related Quality of Life among Older Patients with Chronic Nonspecific Low Back Pain: A Prospective Clinical Trial. **Brain Sciences**, v. 14, n. 3, p. 205, 2024.

SANTOS, G. O. **Acupuntura em adultos com dor lombar inespecífica: revisão integrativa da literatura**. 2024.

SOUZA, E. S. et al. Perfil da sintomatologia dolorosa da coluna vertebral em estudantes de graduação em um município do Maranhão. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 16, 2020.

TAVARES, Rafael Diego Farias et al. Efeitos de dois protocolos fisioterapêuticos na dor lombar crônica Inespecífica em acadêmicas de fisioterapia. **Revista CPAQV–Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, v. 12, n. 2, 2020.