

## **BENEFÍCIOS DA ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA CERVICALGIA – UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA**

**Priscila Vieira Mendonça<sup>1</sup>, Viviane Pereira da Silva Eufrásio<sup>1</sup>, Vânia Silveira Gaioso<sup>1</sup>,  
Alessandra Oliveira Campos<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Centro de estudos Firval – Pós graduação em Acupuntura, São José dos Campos,  
mendoncapri@hotmail.com, vivieufrasio@hotmail.com

<sup>2</sup>Fisioterapeuta, Mestre em Engenharia Biomédica, alecampos\_sjc@yahoo.com.br

**Resumo-** O sintoma de cervicalgia acomete um grande número de indivíduos em algum momento de suas vidas, sendo também uma queixa que afasta um grande número de trabalhadores de suas atividades profissionais. Dentro das pesquisas clínicas há várias evidências de que a acupuntura é eficaz para o tratamento de diversas condições, tais como a cervicalgia. O objetivo deste trabalho é realizar uma revisão na literatura recente que demonstre os benefícios da acupuntura como tratamento deste sintoma tão comum. Foi possível observar que segundo as pesquisas realizadas, as diferentes técnicas de acupuntura tem se mostrado eficazes no tratamento de diversas dores crônicas como a cervicalgia, o que faz da acupuntura um ótimo instrumento a ser utilizado por profissionais qualificados e que buscam um método seguro, custo-efetivo e com baixos índices de efeitos colaterais para o tratamento de seus pacientes.

**Palavras-chave:** Cervicalgia, acupuntura, revisão bibliográfica.

**Área do Conhecimento:** Ciências da saúde

### **Introdução**

No contexto das dores vivenciadas pelo ser humano, a cervicalgia do tipo tensional é uma das que mais prevalecem, acometendo cerca de 90% da população em geral e, segundo Rabello et al (2000), caracteriza-se como "qualquer dor referida no segmento cervical". Vários autores apontam a cervicalgia e a cefaléia como as dores que mais prevalecem em jovens trabalhadores, caracterizando-se como um importante problema de saúde pública com forte impacto socioeconômico (MORELLI; REBELATTO, 2007)

É muito comum, na prática clínica do fisioterapeuta, a necessidade de lidar com ocorrências de cefaléias e dores referidas na coluna cervical. Em relação ao tipo de tratamento, é possível observar várias técnicas relatadas na literatura específica, tais como a eletroterapia, tração cervical, cinesioterapia, mobilizações vertebrais e a acupuntura (MORELLI; REBELATTO, 2007).

Nesta última década, a acupuntura vem se tornando uma opção terapêutica cada vez mais utilizada no tratamento da dor. Apesar do progresso no desenvolvimento de fármacos que auxiliam no manejo das condições álgicas, há uma crescente preocupação com os efeitos colaterais, principalmente dos analgésicos e anti-inflamatórios não esteroidais (MORÉ et al. 2011). Nesse sentido, a acupuntura, quando praticada por profissionais qualificados, tem se revelado uma medida não farmacológica efetiva para o tratamento da dor porque demonstra ser um

método seguro, custo-efetivo e com baixos índices de efeitos colaterais.

Tendo em vista o aumento significativo da utilização da acupuntura no tratamento de diversas desordens orgânicas e condições álgicas, o objetivo deste trabalho é realizar uma revisão na literatura, buscando estudos recentes que demonstrem os benefícios da utilização deste método terapêutico no tratamento da cervicalgia.

### **Metodologia**

Foi realizado um estudo de revisão de literatura no período de maio a agosto de 2011. A busca foi realizada nas bases de dados LILACS, SciELO, ProBE, PubMed e BIREME, com suas respectivas referências de artigos de revistas especializadas, sites e livros da área de acupuntura.

As palavras chaves utilizadas na pesquisa foram: Cervicalgia, tratamento da cervicalgia e acupuntura. Foram utilizados artigos publicados na língua portuguesa e inglesa entre os anos de 1999 e 2011.

### **Resultados**

#### **Revisão de Literatura**

A coluna cervical é um segmento da coluna vertebral constituída por sete vértebras e oito raízes nervosas. Não considerando as fraturas vertebrais, as alterações no segmento cervical são de três naturezas (MACHADO, 2000).

- Lesão do disco intervertebral (condrose)

- Lesões degenerativas das articulações vertebrais (Artrose)
- Lesões concomitantes (osteocondroses) que são por lesão do disco e degeneração cartilaginosa, óssea ou ligamentar.

As lesões ocorrem com maior frequência nas últimas vértebras deste segmento (C5, C6 e C7), pois suportam maior carga e são móveis sobre o segmento dorsal (primeiras vértebras do segmento dorsal) que são fixas, favorecendo assim maior atrito e maior desgaste (MACHADO, 2000).

Os níveis de comprometimento cervical são: alto, médio e baixo, oferecendo sintomas distintos para cada região comprometida e os sintomas podem aparecer de modo isolado ou simultâneo (UMPHRED, 2004).

Quando o comprometimento é alto (C1, C2 e C3) as queixas se detém ao colo (face anterior do pescoço), região lateral do crânio e região mandibular. Os sintomas podem se apresentar com dores musculares, sintomas auditivos, encefálicos (enxaqueca: fotofobia, náusea e vômitos) e os oculares (escurecimento da visão, nistagmo, e ambliopia) (UMPHRED, 2004).

No segmento médio, as raízes C4 e C5 quando comprometidas produzem sintomas ao nível da coluna cervical, com irradiação para o ombro e ainda para a região pré-cordial (região anterior e superior do tórax) o que para os menos experientes pode determinar a avaliação de exames de rotina cardiológica (UMPHRED, 2004).

O mais comum comprometimento da coluna cervical se dá no nível baixo, nas vértebras C5, C6 e C7 apresentando como sintomas na região cervicobraquial, geralmente unilateral, mas quando bilateral se dá de forma assimétrica com presença de parestesia (sintomas de formigamento) acentuada no período da manhã ou do sono, a noite; podem estar presentes também as sensações de frio calor aumento do suor e de peso. A dor se distribuirá pelo membro superior, conforme a raiz nervosa comprometida (UMPHRED, 2004).

O sintoma de cervicálgia tensional acomete um grande número de indivíduos. Segundo Côté et al.(2004), as dores cervicais afetam 30% de homens e 43% de mulheres em algum momento de suas vidas, sendo também uma queixa que afasta um grande número de trabalhadores de suas atividades profissionais. A cervicálgia pode ter várias origens, desde alterações posturais, traumas mecânicos, retificações, compressões articulares, entre outras (FERREIRA, 2001; VAS et al, 2006). Entende-se que a cervicálgia conhecida como tensional não se trata de uma patologia em si, senão um sintoma ou uma forma de manifestação do tipo síndromes musculares dolorosas (NOHAMA; SILVÉRIO-LOPES, 2009)

A dor cervical mecânica é problema comum na população em geral e engloba a dor cervical aguda, as lesões em chicote, as disfunções cervicais e a dor cervical-ombro. A limitação da amplitude de movimento, a sensação de aumento da tensão muscular, a cefaleia, a braquialgia, a vertigem e outros sinais e sintomas são manifestações comuns e podem ser agravados por movimentos ou pela manutenção de posturas da coluna cervical. Estudos recentes mostram comprometimento no controle sensorio-motor em pessoas com dor cervical manifestando-se por alterações da cinestesia cervical com dificuldade no reconhecimento da posição da cabeça, do movimento dos olhos e do equilíbrio (REIS et al, 2010).

Logo abaixo é possível visualizar na Tabela 1 como a medicina oriental classifica as lesões na região cervical segundo seus sinais e sintomas.

Tabela 1- Tabela demonstrando as síndromes do pescoço segundo a medicina chinesa. Modificada de Ross (2003).

Síndromes	Sinais e Sintomas
Traumatismo	Dor aguda e rigidez do pescoço após traumatismo, dor ou parestesia nos braços
Invasão de Vento Frio	Dor aguda e rigidez do pescoço após exposição ao vento e ao frio
Doenças crônicas	Problemas crônicos do pescoço por doenças como artrite, espondilite e osteoporose
Estagnação do Qi do fígado e hiperatividade do yang do fígado	Rigidez e dor crônica do pescoço com agravações agudas por estresse emocional e cefaléia
Deficiência do rim	Problemas crônicos do pescoço que pioram com o cansaço e fraqueza na região lombar

Quando se pensa em tratamento pela acupuntura, o profissional acupunturista tem como objetivo equilibrar as energias YIN e YANG. Para isto são investigados sinais no corpo do paciente e sintomas expressados por ele. Procura-se equilibrar as forças que estão deficientes ou em excesso, aplicando as agulhas nos pontos de acupuntura, procurando harmonizar a energia que corre nos meridianos (canais de energia). A partir do que for diagnosticado pelo acupunturista, poderão ser utilizados pontos locais, pontos a distância ou pontos extras (fora dos meridianos). Recursos como ventosas, moxabustão e eletroacupuntura poderão ser utilizados, dependendo do quadro apresentado pelo paciente (YAMAMURA, 2004).

A acupuntura é uma técnica de tratamento milenar, originária da medicina tradicional chinesa, que visa à manutenção da saúde através do estímulo de pontos específicos do corpo. Essa técnica esteve isolada do mundo ocidental durante milênios, por representar uma filosofia de vida bastante distanciada da cultura ocidental, que a considerava uma prática sem base científica (GÓIS, 2007).

No Brasil, alguns conselhos federais de saúde trataram de legitimar efetivamente sua prática, através de resoluções internas. Os precursores desta ação pioneira foram os fisioterapeutas, no ano de 1985. A base filosófica científica dos orientais mostra, através de seus textos clássicos, a importância de a acupuntura ser mantida como uma atividade multidisciplinar e livre de disputas por monopólio (DE CARLI, 2005).

No Ocidente, a acupuntura ganhou credibilidade principalmente por seu efeito no alívio da dor, originada de vários fatores. O foco de atenção tem sido o papel dos opióides endógenos nesse mecanismo. Observou-se aumento da concentração de endorfinas e também de serotonina no líquido cefaloraquidiano de doentes submetidos à acupuntura (GÓIS, 2007).

Mas a acupuntura não causa apenas um efeito analgésico; ela provoca múltiplas respostas biológicas. Segundo França et.al, (2006) a acupuntura além de promover a preparação das diversas estruturas do corpo através da melhora da oxigenação tissular, aumento o aporte sanguíneo, efeito analgésico e miorelaxante, otimiza o estado emocional do paciente favorecendo um melhor desempenho na mobilidade articular.

Na concepção da medicina tradicional chinesa, o ser humano é constituído por dois aspectos fundamentais: o Qi (Energia) e a Matéria, obedecendo à concepção dualística (Yang-Yin) do Universo. A matéria caracteriza-se pela estrutura orgânica do corpo, e a energia, que permanece

agregada à matéria, promove o dinamismo dessa parte material orgânica (YAMAMURA, 2004).

O responsável pelo transporte do Qi dos Alimentos aos músculos de todo o corpo e, em particular, aos quatro membros, é o baço (Pi), que é facilmente atacado pela Umidade exterior e pode invadir o organismo de diferentes maneiras, devido às circunstâncias do meio ambiente ou hábitos de vida (GÓIS, 2007).

Segundo Yamamura (2004) o processo de adoecimento inicia-se com a desarmonia do Yang e do Yi., A alimentação desregrada, o estresse, as emoções reprimidas, as intoxicações, as fadigas (física, mental e sexual) são fatores que enfraquecem a Energia Vital dos Zang Fu (Órgãos/Vísceras).

Dentro das pesquisas clínicas há várias evidências de que a acupuntura é eficaz para o tratamento de diversas condições, tais como náuseas e vômito, cefaléia do tipo tensional, dor lombar crônica, depressão e cervicalgia. Em relação a custo-efetividade há estudos que mostram o benefício do uso da acupuntura para osteoartrose de joelho, lombalgia, dismenorreia, rinite e cervicalgia (MORÉ et al, 2011).

De acordo com Lin et al (2006), doenças como cefaléia crônica, cervicalgia crônica e algumas osteoartroses têm sido estudadas com ensaios clínicos randomizados e duplo-cegos, mostrando a eficácia da acupuntura, levando a Associação Médica Britânica a aceitar acupuntura como alternativa validada para tratar essas condições.

Diversos autores como Ross (2003), Wen (2006) e Decheng (2009) descrevem em seus livros diversas combinações de pontos e métodos de aplicação que tem se mostrado bastante eficazes no tratamento das algias na região cervical.

Segundo Nohama; Silvério-Lopes (2009), a acupuntura vem apresentando bons resultados terapêuticos em dores cervicais e, como consequência, há extensa literatura sobre esse sintoma e os pontos de aplicação de acupuntura.

Uma pesquisa realizada por Silva (1999) na Faculdade de Medicina de Rio Preto verificou o impacto do tratamento por acupuntura na saúde geral e na qualidade de vida de pacientes com diversas queixas algicas, inclusive cervicalgia. Foi evidenciado melhora significativa de todos os parâmetros analisados, demonstrando que o tratamento por acupuntura pode levar a melhoras significativas no estado geral do indivíduo, mesmo não podendo curar efetivamente essas patologias crônicas.

Yamamura e Shan (2000) realizaram uma pesquisa visando analisar o efeito do tratamento pelos Canais de Energia Distintos do Xin Bao Luo (Circulação-Sexo) e do Sanjiao (Triplo Aquecedor) na cervicalgia, cervicobraquialgia e dorsalgia alta.

Dos 93 pacientes tratados, 40,9% melhoraram 100% das dores relatadas, 59,1% tiveram melhora superior a 50%, dos quais 48,4% entre 80 e 90% de melhora.

Em um estudo realizado em indivíduos idosos por França et al. (2006), a cervicalgia e a cervicobraquialgia compõem um quadro algico bastante comum nesta população (cerca de 18%) e ao serem submetidos ao tratamento com acupuntura apresentaram uma melhora significativa em todos os parâmetros analisados.

Um estudo realizado na Alemanha buscou investigar a eficiência da acupuntura associada à assistência médica convencional comparada ao tratamento convencional somente em 14.161 pacientes com cervicalgia crônica. Na primeira avaliação após 3 meses de tratamento houve melhora significativa da cervicalgia e incapacidade no grupo que recebeu a acupuntura em relação ao grupo controle. A melhora se manteve na avaliação após 6 meses. Os autores concluíram que a inclusão da acupuntura nos cuidados de rotina nos pacientes com cervicalgia crônica resulta em benefício clinicamente relevante. A acupuntura poderia ser considerada como uma opção viável de tratamento para esses pacientes (WITT et al, 2006).

De acordo com uma pesquisa, em torno de 12% das mulheres e 9% dos homens desenvolverão cervicalgia crônica. Doenças como ansiedade e depressão podem dificultar o manejo e a evolução das situações que levam a esse quadro clínico. O uso de antiinflamatórios não hormonais e relaxantes musculares não mostrou efetividade clínica nesses pacientes. Em contrapartida, o uso de acupuntura tem se mostrado efetiva em situações de cervicalgia crônica. Esse estudo demonstrou que em 1 ano houve uma redução 36% dos sintomas nos pacientes tratados com acupuntura em relação ao controle, e em 3 anos a redução dos sintomas foi de 33% em relação ao controle (TRINH et al, 2006).

## Discussão

Através dos resultados obtidos, foi possível verificar que a pesquisa em acupuntura é importante não apenas para elucidar os fenômenos associados ao seu mecanismo de ação, mas também pelo potencial para explorar novos caminhos na fisiologia humana ainda não examinados de maneira sistemática. Além disso, poderá ajudar a superar deficiências que se verificam no ensino e na difusão científica dos princípios que fundamentam sua prática, possibilitando traduzir conhecimentos milenares, contribuindo para a aceitação e incorporação dos

métodos de acupuntura no tratamento coadjuvante de diversas patologias.

Através da revisão de literatura foram encontrados diversos trabalhos nesta última década que buscaram avaliar a eficácia da acupuntura no tratamento de diversas condições crônicas, especialmente nas cervicalgias.

Os pesquisadores buscam cada vez mais verificar a ação de diferentes técnicas de acupuntura e, mensurar de forma confiável seus efeitos em diversos grupos distintos de indivíduos e patologias.

## Conclusão

O interesse progressivo pela acupuntura nos centros mundiais de pesquisa e entidades de saúde governamentais em anos recentes, demonstra que a acupuntura vem ganhando cada vez mais espaço e credibilidade no meio biomédico do Ocidente.

Com base na pesquisa realizada, observou-se que o tratamento da cervicalgia com os diferentes métodos utilizados na acupuntura tem se mostrado bastante eficaz e tem atingido um alto índice de melhora na maioria dos pacientes submetidos a essa terapia.

## Referências

CÔTÉ, P; CASSIDY, JD; CARROLL, LJ; KRISTMAN, V. The annual incidence and course of neck pain the general population-based cohort study. **Pain**.112(3):267-73, 2004

DE CARLI, MJ. A história da Acupuntura no Brasil. Disponível em: <http://paginas.terra.com.br/saude/jornalnatural/megahistoria.htm>. Acesso em julho de 2011.

DECHENG, C. **100 Doenças tratadas por um único ponto da acupuntura e moxibustão**. Andrei Editora Ltda., São Paulo, 2009.

FERREIRA, PEMS. Dor crônica, avaliação e tratamento oncológico. In: Andrade Filho ACC. **Dor, diagnóstico e tratamento**. São Paulo: Roca; 2011.

FRANÇA, DM; FERNADES, VS; AGUIAR, C; AMARAL, G; OLIVEIRA, R; CORTEZ, C; FILHO, MB; GUIMARÃES, MA. Acupuntura na reabilitação da terceira idade. **Revista Fisioterapia Brasil** . vol 7 n06, 2006.

GÓIS, ALB. Acupuntura, especialidade multidisciplinar: uma opção nos serviços públicos aplicada aos idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**. v.10 n.1 Rio de Janeiro 2007.

LIN, CA; HSING, WT; PAI, HJ. Acupuntura: uma modalidade terapêutica validada no arsenal terapêutico do médico atual. **Rev. Med.** São Paulo. jul.-set.;85(3):110-3, 2006.

MACHADO, A. B.M. **Neuroanatomia funcional**. 2 ed. São Paulo: Atheneu, 2000.

MORÉ, AOO;MIN, LS; COSTI, JM; SANTOS, AR S. Acupuntura e dor numa perspectiva translacional. **Ciências e Cultura**. vol.63 no .2 São Paulo Apr., 2011

MORELLI, JGS; REBELATTO, JR. A eficácia da terapia manual em indivíduos cefaleicos portadores e não-portadores de degeneração cervical: análise de seis casos. **Revista brasileira de fisioterapia** vol.11 no.4 São Carlos July/Aug., 2007

NOHAMA, P; SILVÉRIO-LOPES, SM. Influência da frequência estimulatória envolvida nos efeitos analgésicos induzidos por eletroacupuntura em cervicálgia tensional. **Revista Brasileira de Fisioterapia** vol.13 no.2 SãoCarlos , 2009

RABELLO, GD; FORTE, LV; GALVÃO, ACR. Avaliação clínica da eficácia da combinação paracetamol e cafeína no tratamento da cefaléia tipo tensão. **Arq Neuropsiquiatr**. 58(1):90-8, 2000.

REIS, FJJ; MAFRA, B; MARCATO, G; RIBEIRO, M; ABSALÃO, T. Avaliação dos distúrbios do controle sensorio-motor em pessoas com dor cervical mecânica: uma revisão/ Assessment of sensoriomotor disturbance in mechanical neck pain: a review. **Fisioterapia e movimento**; 23(4): 617-636, out.-dez, 2010

ROSS J. **Combinações dos pontos de acupuntura**. Editora Rocca, São Paulo, 2003.

SILVA, JBG. Avaliação do tratamento por Acupuntura em ambulatório de hospital-escola: estudo de caso. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) - Departamento de Prática de Saúde Pública - Universidade de São Paulo. São Paulo; 104 p, 1999.

TRINH, KV; GRAHAM, N; GROSS, AR; GOLDSMITH, AR; WANG, E; CAMERON, ID;KAY, T. Acupuncture for neck disorders. **Cochrane Colaboration**. 19/07/2006.

UMPHRED DA. **Fisioterapia Neurológica**. 4ª ed. São Paulo: Manole; 2004.

VAS, J; PEREÁ-MILLA, E; MÉNDEZ, C; SÁNCHEZ-NAVARRO, C; LEON-RUBIO, JM; BRIOSO, M. Efficacy and safety of acupuncture for chronic uncomplicated neck pain: a randomised controlled study. **Pain**.;126(1-3):245-55, 2006.

WEN, TS. **Acupuntura clássica chinesa**. Editora Cultrix, São Paulo, 2006.

WITT, CM; JENA, S; BRINKHAUS, B; LIECKER, B; WEGSCHEIDER, K; WILLICH, SN. Acupuncture for patients with chronic neck pain. **Pain**.125: 98-106, 2006.

YAMAMURA, Y; SHAN, T. Tratamento da cervicálgia, cervicobraquialgia e dorsálgia pelo canal de energia distinto do Xin Bao Luo (circulação-sexo) e do Sanjiao (triplo aquecedor) no pronto atendimento de acupuntura. **Revista paulista de acupuntura**; 6(2):69-72, 2000

YAMAMURA Y. **Acupuntura tradicional: a arte de inserir**. 2ª ed. São Paulo: Roca; 2004.