

EFICÁCIA DO AGULHAMENTO A SECO NO TRATAMENTO DA DOR
CERVICAL MIOGÊNICA: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

**Autores: Anderson Henrique Pereira Araujo, Laísa Magalhães de Lara,
Juliana Maia da Silva, Jaqueline da Silva de Carvalho.
Orientador(a) Regiane Albertini.**

Universidade Federal de São Paulo, Unidade Talim - Rua Talim, nº 330 - São José dos Campos -
São Paulo - CEP: 12231-280 Telefone: +55 (11) 3385-4100, fisioandersonaraujo@gmail.com,
laisadelara1@live.com.

Resumo

O objetivo desta revisão de literatura foi verificar os benefícios associados ao *dry needling* (DN), também denominado como agulhamento a seco, no tratamento da dor cervical aguda de origem muscular (miogênica). A metodologia consistiu na seleção e análise crítica dos estudos mais recentes que investigaram os efeitos do DN, isoladamente e em conjunto com outras terapias, como a fisioterapia convencional e a terapia manual. Os resultados mostraram que o DN é eficaz na redução da dor e na melhora funcional em um prazo menor, principalmente em pacientes com pontos-gatilho miofasciais presentes. Entretanto, sua eficácia a longo prazo ainda apresenta resultados inconsistentes. A associação do DN com técnicas manuais e exercícios terapêuticos demonstrou efeitos mais robustos na recuperação funcional dos pacientes com dor cervical de causa miogênica. Entende-se que o DN é um tratamento promissor no manejo da dor cervical aguda, no entanto, os benefícios são mais notórios quando inserido em um plano terapêutico diversificado, individualizado e baseado em evidências, demonstrando maior eficácia clínica.

Palavras-chave: *dry needling. cervical pain. trigger points. manual therapy. therapeutic exercise.*

Área do Conhecimento: Fisioterapia e Terapia Ocupacional.

Introdução

A dor cervical é uma das condições musculoesqueléticas mais comuns na prática clínica do fisioterapeuta. Devido à sua alta incidência impacto funcional e custos, constitui um dos maiores problemas de saúde pública mundial (NAVARRO-SANTANA et al., 2023). Estudos demonstram que 30% a 50% da população mundial experimentará dor cervical em algum momento da vida e que cerca de 50% dos indivíduos que apresentam esse quadro podem evoluir para a cronicidade (NAVARRO-SANTANA et al., 2020; GARCÍA-DE-MIGUEL et al., 2022). A recorrência da dor cervical é elevada, com taxas superiores a 60% ao longo de um ano (FERNÁNDEZ-DE-LAS-PEÑAS et al., 2019). Essa condição acomete, com maior frequência, mulheres na faixa etária produtiva, entre 35 e 50 anos, possivelmente devido a fatores hormonais, biomecânicos e psicossociais (ANDRADE et al., 2023; AGUILAR-FERRÁNDIZ et al., 2019). Além disso, fatores laborais, posturais e psicossociais contribuem expressivamente para o desenvolvimento do quadro doloroso.

O tratamento da dor cervical é multimodal, incluindo abordagens farmacológicas, cinesioterapia, terapias manuais, eletroterapia, educação em neurociência da dor e técnicas minimamente invasivas, como o *dry needling* (FERNÁNDEZ-CERVANTES et al., 2023; PEREIRA et al., 2021). A presença de pontos-gatilho miofasciais (PGMs) pode ser um dos principais fatores desencadeadores da dor cervical, tanto aguda quanto crônica (TOSCANO et al., 2015; COSTA et al., 2021).

O *dry needling* (DN), ou agulhamento a seco, é uma técnica amplamente utilizada na prática clínica fisioterapêutica. Consiste na aplicação de agulhas filiformes sólidas diretamente nos PGMs, com o objetivo de promover sua inativação e aliviar a dor (NAVARRO-SANTANA et al., 2020;

BENÍTEZ-MARTÍNEZ et al., 2020). Seu mecanismo de ação envolve respostas neurofisiológicas locais e centrais, promovendo melhora da circulação, redução da excitabilidade neuromuscular, liberação de substâncias analgésicas endógenas e reorganização do sistema nociceptivo (SINGH et al., 2020; AGUILAR-FERRÁNDIZ et al., 2019).

Estudos demonstram que o *dry needling* apresenta eficácia significativa na redução da dor e na melhora da função em pacientes com dor cervical, especialmente quando associado a outras intervenções fisioterapêuticas, como a terapia manual e aos exercícios (COSTA et al., 2021; LLAMAS-RAMOS et al., 2021). No entanto, ainda existem discussões sobre a magnitude de seus efeitos isolados e sobre quais tratamentos adjuvantes oferecem melhores resultados a curto e longo prazo (RIBEIRO et al., 2020; FERNÁNDEZ-CERVANTES et al., 2023). Diante desse contexto, o objetivo deste estudo é analisar os efeitos do *dry needling*, aplicado de forma isolada e em associação à terapia manual e ao exercício físico, sobre a dor e a funcionalidade de pacientes com cervicalgia miogênica e qual o melhor desfecho para cada realidade dolorosa.

Metodologia

Para a revisão bibliográfica, foi realizada uma busca nas bases de dados eletrônicas PubMed, PEDro e ScienceDirect, utilizando os descritores em saúde (DeCS/MeSH): *dry needling*, *cervical pain*, *trigger points*, *manual therapy*, *ischemic compression*, *therapeutic exercise* e *pain neuroscience education*.

Foram selecionados 14 artigos científicos com base em sua relevância clínica e rigor metodológico. Os critérios de inclusão adotados foram:

- estudos publicados entre 2015 e 2023;
- ensaios clínicos randomizados ou revisões sistemáticas com metanálise;
- textos completos disponíveis em português, inglês ou espanhol;
- estudos que discutissem a aplicação do *dry needling* (DN) no tratamento da dor cervical, comparando-o com outras condutas fisioterapêuticas.

Foram excluídos estudos duplicados, artigos que não tratavam diretamente do tema proposto, cartas ao editor, editoriais, resumos de eventos científicos, estudos com baixa qualidade metodológica ou com texto completo indisponível. A análise dos dados foi realizada de forma qualitativa e descritiva, priorizando a comparação entre os resultados obtidos, as ações aplicadas e as conclusões dos autores dos estudos selecionados. O objetivo foi identificar evidências consistentes sobre a eficácia do agulhamento a seco frente às demais estratégias fisioterapêuticas no tratamento da dor cervical.

Resultados

Tabela 1 - Principais evidências sobre o *dry needling* (DN) na dor cervical miogênica.

Autores	Intervenção	Metodologia	Resultados
ANDRADE et al. (2023)	Compressão isquêmica	Revisão sistemática e meta-análise	Redução significativa da dor cervical em pontos-gatilho miofasciais.
FERNÁNDEZ-CERVANTES et al. (2023)	DN vs. terapia manual	Ensaio clínico randomizado	Ambas eficazes, com leve superioridade do DN a curto prazo.
NAVARRO-SANTANA et al. (2023)	DN para pontos-gatilho cervicais	Revisão sistemática e meta-análise atualizada	DN eficaz na redução da dor e melhora funcional com evidência robusta.

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

GARCÍA-DE-MIGUEL et al. (2022)	DN no tratamento da dor cervical crônica	Revisão sistemática	DN eficaz a curto prazo; eficácia a longo prazo permanece incerta.
COSTA et al. (2021)	DN combinada com outras terapias	Revisão sistemática e meta-análise	Combinação com exercícios e terapia manual gerou melhores resultados do que DN isolado.
LLAMAS-RAMOS et al. (2021)	DN + fisioterapia convencional	Ensaio clínico randomizado	Melhora da amplitude de movimento, redução da dor e melhora funcional em cefaleia cervicogênica.
PEREIRA et al. (2021)	DN + educação em neurociência da dor	Ensaio clínico randomizado	Melhora da dor, função e percepção dos pacientes com maior adesão ao tratamento.
BENITEZ-MARTINEZ et al. (2020)	DN + terapia manual	Ensaio clínico randomizado	DN como adjuvante melhorou significativamente a dor e função cervical.
NAVARRO-SANTANA et al. (2020)	DN comparada a outras técnicas	Revisão sistemática e meta-análise	DN teve eficácia superior a curto prazo, mas sem superioridade a longo prazo.
RIBEIRO et al. (2020)	DN + fisioterapia baseada em diretrizes	Ensaio clínico randomizado	DN não apresentou benefício adicional significativo comparado à fisioterapia isolada.
SINGH et al. (2020)	DN vs. terapia manual para dor miofascial	Revisão sistemática e meta-análise	Ambas eficazes; DN ligeiramente superior a curto prazo na desativação de pontos-gatilho profundos.
AGUILAR-FERRÁNDIZ et al. (2019)	DN e terapia manual	Revisão sistemática	Todas as técnicas foram eficazes na redução da dor miofascial.
FERNÁNDEZ-DE-LAS-PEÑAS et al. (2019)	DN vs. técnicas fisioterapêuticas	Revisão sistemática	DN demonstrou eficácia significativa, especialmente a curto prazo.

A Ciência do NANO e seu impacto transformador no MACRO

TOSCANO et al. (2015)	DN no alívio da dor cervical	Ensaio clínico randomizado	DN eficaz a curto prazo, porém sem diferença significativa em relação a outras terapias a longo prazo.
--------------------------	------------------------------	----------------------------------	--

Fonte: elaboração própria (2025)

Discussão

A análise final dos estudos levantados mostra que evidências consistentes apontam o *dry needling* (DN) como uma técnica eficaz no manejo da dor cervical de origem miogênica. Com base nos estudos, foi possível compreender que o DN, isolado ou associado a outras técnicas, apresentou efeitos positivos na redução da dor e, como consequência, houve melhora funcional da região. Os estudos ainda indicam que maiores benefícios são observados em pacientes cujos pontos-gatilho miofasciais estão em fase ativa.

Segundo Fernández-de-Las-Peñas et al. (2019), o *dry needling* mostrou-se altamente eficaz para o alívio da dor cervical a curto prazo em pacientes com distúrbios musculares na região, principalmente quando os sintomas estavam relacionados apenas aos pontos-gatilho ativos presentes. O mesmo achado foi observado por Navarro-Santana et al. (2020), que relataram ter constatado, dentro de um prazo de 3 a 6 meses, melhora da dor e da função em pessoas submetidas ao tratamento com DN. Em relação aos efeitos a longo prazo do DN, eles continuam sendo tema de debate na literatura.

Os resultados de Toscano et al. (2015) e García-de-Miguel et al. (2022) indicam que, apesar de bons resultados a curto prazo, o DN, a longo prazo, não é superior a outras abordagens existentes na fisioterapia convencional. O DN, a curto prazo, tem se mostrado eficiente no alívio de sintomas e, consequentemente, na otimização funcional. Contudo, no que diz respeito aos seus benefícios a longo prazo, ao se considerar o DN como método preventivo da cervicalgia miogênica, não se observa superioridade consistente em relação a programas de reabilitação funcional contínuos. No entanto, como técnica combinada à fisioterapia convencional, os resultados foram satisfatórios devido à eficácia observada.

Estudos como os de Llamas-Ramos et al. (2021), Costa et al. (2021) e Benítez-Martínez et al. (2020) indicaram que a combinação de técnicas de alongamento, fortalecimento e terapias manuais, juntamente com o *dry needling*, teve efeito colaborativo no processo de reabilitação dos pacientes, especialmente no que se refere à parte funcional. Llamas-Ramos et al. (2021) mostraram que o DN, combinado com a fisioterapia convencional, foi eficaz, particularmente no grupo de pacientes cujos distúrbios dolorosos estavam relacionados à cefaleia cervicogênica, com aparentes pontos-gatilho musculares. Esses pacientes apresentaram melhora tanto no quadro algico quanto na capacidade funcional, especialmente dos flexores profundos cervicais. A partir desse achado, foi possível compreender que o DN, em união à fisioterapia convencional, tem potencial não apenas para a redução da dor, mas também para melhorias funcionais.

O DN, isoladamente, não foi superior quando combinado com técnicas diversas da fisioterapia, mas a adesão dos pacientes e a intensidade do programa de reabilitação precisam estar alinhadas, juntamente com o uso combinado das técnicas, para que resultados eficazes possam ser obtidos. A literatura ainda destaca que nem todos os pacientes submetidos ao DN terão bons resultados quando a técnica for aplicada isoladamente; é necessário que cada tratamento seja individualizado e que, juntamente com as diretrizes, seja possível desenvolver um atendimento adequado para cada paciente.

Em relação à comparação entre os benefícios isolados do DN e da terapia manual, a literatura é ampla, mas os achados divergem entre os estudos. Singh et al. (2020), Aguilar-Ferrándiz et al. (2019) e Navarro-Santana et al. (2023) conduziram estudos que mostraram que tanto o DN quanto as técnicas de terapia manual foram benéficos na redução dos sintomas dolorosos associados a pontos-gatilho miofasciais na região cervical e nas musculaturas da região superior das costas. No entanto, no que diz respeito aos resultados a curto prazo, o DN mostrou-se ligeiramente mais eficiente do que

as técnicas de terapia manual, especialmente quando o objetivo foi analisar o alívio rápido de sintomas dolorosos e a desativação de pontos-gatilho em grupos musculares profundos.

A diferença entre as técnicas foi minimamente observada quando ambas foram utilizadas em programas de reabilitação a longo prazo, com resultados semelhantes na redução da dor nesse período. Torna-se primordial a combinação de técnicas, como pode ser observado nos estudos, pois a abordagem multimodal com DN, alongamentos, fortalecimento, exercícios terapêuticos e recursos voltados à compreensão da neurociência da dor favoreceu uma melhora significativa nos pacientes, tanto na redução da dor quanto no aumento da função, devido à abordagem ampla e à melhor compreensão da patologia.

Estudos como os de Andrade et al. (2023) e Pereira et al. (2021) mostram que a compreensão da dor por meio de estudos voltados à neurociência da dor e à educação sobre a dor pode reduzir condições dolorosas, uma vez que a percepção do paciente sobre seus sintomas se torna mais clara. Foi observado que a adesão do paciente melhora, o que, a curto e longo prazo, favorece sua recuperação clínica. No entanto, a questão principal que ainda se encontra na literatura é se o DN, isoladamente, pode ser mais eficiente do que outras formas de tratamento, como a reabilitação por meio de exercícios focados no fortalecimento muscular e na otimização da amplitude de movimento cervical.

Enquanto alguns estudos, como os de Ribeiro et al. (2020) e Fernández-Cervantes et al. (2023), mostram que o DN, associado a outras terapias, pode ter efeitos semelhantes, os resultados ainda são inconsistentes em relação à sua superioridade. Contudo, mesmo que os estudos evidenciem o potencial do DN no alívio da dor cervical de origem muscular, é essencial que os clínicos considerem uma abordagem multimodal, que leve em conta a individualidade do paciente, suas necessidades específicas e os protocolos terapêuticos adaptados à sua condição. Isso porque a eficácia do DN, como tratamento combinado com outras terapias, tem sido demonstrada em diversas análises clínicas, mas sua aplicação deve ser cuidadosamente planejada para potencializar os benefícios do tratamento e evitar intervenções desnecessárias e baixa adesão por parte do paciente.

Conclusão

Esta revisão de literatura permitiu concluir que o Agulhamento a Seco (*Dry Needling* – DN) apresenta grande eficácia no tratamento da dor cervical de origem muscular (miogênica), principalmente a curto prazo. Embora os efeitos isolados do DN apresentem bons resultados na melhora funcional e na redução da dor, sua aplicação associada a outras intervenções fisioterapêuticas, como terapia manual, exercícios terapêuticos e educação em dor, mostrou-se mais eficaz, proporcionando benefícios duradouros ao longo do tempo. Dessa forma, destaca-se a importância de uma abordagem terapêutica multimodal, individualizada e baseada em evidências, visando a maior efetividade no manejo da dor cervical aguda de origem muscular (miogênica).

Referências

AGUILAR-FERRÁNDIZ, M. E. et al. A systematic review of manual therapy techniques, dry cupping and dry needling in the reduction of myofascial pain and myofascial trigger points. *Complementary Therapies in Medicine*, [S. l.], v. 45, p. 260–269, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.07.002>.

ANDRADE, R. J. et al. Effectiveness of ischemic compression on myofascial trigger points in relieving neck pain: A systematic review and meta-analysis. *Physiotherapy*, [S. l.], v. 113, p. 1–10, 2023. <https://doi.org/10.1016/j.physio.2021.09.002>.

BENITEZ-MARTINEZ, J. C. et al. Effectiveness of dry needling as an adjunct to manual therapy for patients with chronic mechanical neck pain: a randomised clinical trial. *Acupuncture in Medicine*, [S. l.], v. 38, n. 4, p. 211–218, 2020. <https://doi.org/10.1136/acupmed-2019-011781>.

COSTA, R. F. et al. Is dry needling effective when combined with other therapies for myofascial trigger points associated with neck pain symptoms? A systematic review and meta-analysis. *Archives of*

Physical Medicine and Rehabilitation, [S. l.], v. 102, n. 2, p. 319–330, 2021. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2020.08.011>.

FERNÁNDEZ-CERVANTES, R. et al. Dry needling versus manual therapy for patients with mechanical neck pain: A randomized controlled trial. Journal of Clinical Medicine, [S. l.], v. 12, n. 6, p. 2132, 2023. <https://doi.org/10.3390/jcm12062132>.

FERNÁNDEZ-DE-LAS-PENAS, C. et al. Efficacy of dry needling in neck pain compared with other physiotherapy techniques: A systematic review. Physical Therapy Reviews, [S. l.], v. 24, n. 3-4, p. 193–200, 2019. <https://doi.org/10.1080/10833196.2019.1634053>.

GARCÍA-DE-MIGUEL, A. M. et al. Dry needling in physical therapy treatment of chronic neck pain: Systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, [S. l.], v. 19, n. 6, p. 3547, 2022. <https://doi.org/10.3390/ijerph19063547>.

LLAMAS-RAMOS, R. et al. The effect of adding dry needling to physical therapy in the treatment of cervicogenic headache: A randomized controlled trial. American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation, [S. l.], v. 100, n. 12, p. 1145–1152, 2021. <https://doi.org/10.1097/PHM.0000000000001682>.

NAVARRO-SANTANA, M. J. et al. Effectiveness of dry needling in improving pain and function in comparison with other techniques in patients with chronic neck pain: A systematic review and meta-analysis. Journal of Pain, [S. l.], v. 21, n. 7-8, p. 801–815, 2020. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2020.01.006>.

NAVARRO-SANTANA, M. J. et al. Effectiveness of dry needling for myofascial trigger points associated with neck pain symptoms: An updated systematic review and meta-analysis. Journal of Clinical Medicine, [S. l.], v. 12, n. 4, p. 1244, 2023. <https://doi.org/10.3390/jcm12041244>.

PEREIRA, M. G. et al. Effects of pain neuroscience education and dry needling for the management of patients with chronic myofascial neck pain: a randomized clinical trial. Pain Practice, [S. l.], v. 21, n. 1, p. 51–61, 2021. <https://doi.org/10.1111/papr.12957>.

RIBEIRO, D. C. et al. Dry needling combined with guideline-based physical therapy provides no added benefit in the management of chronic neck pain: A randomized controlled trial. Physiotherapy Theory and Practice, [S. l.], v. 36, n. 6, p. 638–647, 2020. <https://doi.org/10.1080/09593985.2018.1519046>.

SINGH, V. et al. Comparison of dry needling and trigger point manual therapy in patients with neck and upper back myofascial pain syndrome: A systematic review and meta-analysis. Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation, [S. l.], v. 33, n. 5, p. 849–856, 2020. <https://doi.org/10.3233/BMR-181248>.

TOSCANO, L. A. et al. Effectiveness of dry needling for myofascial trigger points associated with neck and shoulder pain: A systematic review and meta-analysis. Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics, [S. l.], v. 38, n. 7, p. 529–536, 2015. <https://doi.org/10.1016/j.jmpt.2015.06.002>.