

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALFENAS

ROGÉRIO SOUZA BERNARDES

**ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

ALFENAS/MG

2025

ROGÉRIO SOUZA BERNARDES

**ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como parte dos requisitos para obtenção do título de Especialista em Acupuntura Sistêmica do curso de Pós-graduação *Latu Senso*, pela Universidade Federal de Alfenas. Área de concentração: Acupuntura.

Orientador(a): Prof. Dr. Marcelo Lourenço da Silva.

Coorientador(a): Gabrielly Santos Pereira

ALFENAS/MG

2025

Sistema de Bibliotecas da Universidade Federal de Alfenas
Biblioteca Central

Bernardes, Rogério Souza.

Acupuntura no tratamento da dor lombar : uma revisão de literatura /
Rogério Souza Bernardes. - Alfenas, MG, 2025.
29 f. -

Orientador(a): Marcelo Lourenço da Silva.

Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Acupuntura) -
Universidade Federal de Alfenas, Alfenas, MG, 2025.
Bibliografia.

1. Acupuntura. 2. Dor lombar . 3. Práticas integrativas . 4. Saúde pública.
I. Silva, Marcelo Lourenço da , orient. II. Título.

ROGÉRIO SOUZA BERNARDES

**ACUPUNTURA NO TRATAMENTO DA DOR LOMBAR: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

O (A) Presidente da banca examinadora abaixo assina a aprovação do Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Programa de Pós-graduação como parte dos requisitos para a obtenção do título de Especialista em Acupuntura pela Universidade Federal de Alfenas. Área de Concentração: Acupuntura.

Aprovado em: 30 / 11 / 2025

Comissão examinadora:

Dr. Marcelo Lourenço da Silva

Universidade Federal de Alfenas

Assinatura

Dra. Gabrielly Santos Pereira

Universidade de São Paulo

Assinatura

RESUMO

A dor lombar é reconhecida mundialmente como um dos principais problemas de saúde pública, responsável por elevados índices de incapacidade e absenteísmo laboral, além de repercussões econômicas significativas para os sistemas de saúde. Estima-se que cerca de 80% da população mundial apresentará ao menos um episódio de lombalgia ao longo da vida, o que a caracteriza como condição de alta prevalência e impacto social. Nesse contexto, a acupuntura, prática originária da Medicina Tradicional Chinesa e reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) desde a década de 1970, vem sendo incorporada a diferentes sistemas de saúde, incluindo o Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. O presente trabalho teve como objetivo analisar, por meio de revisão narrativa de literatura, a eficácia da acupuntura no tratamento da dor lombar, considerando seus mecanismos fisiológicos, fundamentos históricos e evidências clínicas disponíveis. A metodologia consistiu na busca e análise de artigos publicados em bases de dados como PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS e Google Scholar, no período de 2000 a 2025, selecionando estudos originais, revisões sistemáticas, meta-análises e documentos oficiais em português, inglês e espanhol. Os resultados da revisão evidenciam que a acupuntura apresenta efeitos analgésicos associados à liberação de opioides endógenos, modulação de neurotransmissores e redução de citocinas pró-inflamatórias, além de resultados clínicos superiores aos cuidados habituais em diversos ensaios clínicos e revisões sistemáticas. Apesar da heterogeneidade metodológica e da escassez de estudos de longo prazo, as evidências disponíveis sugerem que a acupuntura constitui uma prática segura, eficaz e de baixo custo para o manejo da dor lombar. Conclui-se que a técnica possui relevância clínica e científica, com potencial de contribuir para a redução do uso de fármacos e para a ampliação das opções terapêuticas em saúde pública, ao mesmo tempo em que se faz necessária a realização de pesquisas mais robustas para consolidar protocolos padronizados.

Palavras-chave: Acupuntura; Dor lombar; Práticas integrativas; Saúde pública.

ABSTRACT

Low back pain is globally recognized as one of the major public health problems, responsible for high rates of disability and work absenteeism, as well as significant economic repercussions for healthcare systems. It is estimated that about 80% of the world's population will experience at least one episode of low back pain during their lifetime, characterizing it as a highly prevalent condition with strong social impact. In this context, acupuncture, a practice originating from Traditional Chinese Medicine and recognized by the World Health Organization (WHO) since the 1970s, has been incorporated into several healthcare systems, including the Brazilian Unified Health System (SUS), through the National Policy on Integrative and Complementary Practices. This study aimed to analyze, through a narrative literature review, the effectiveness of acupuncture in the treatment of low back pain, considering its physiological mechanisms, historical foundations, and available clinical evidence. The methodology consisted of searching and analyzing articles published in databases such as PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS, and Google Scholar, between 2000 and 2025, including original studies, systematic reviews, meta-analyses, and official documents in Portuguese, English, and Spanish. The results of the review show that acupuncture presents analgesic effects associated with the release of endogenous opioids, neurotransmitter modulation, and reduction of pro-inflammatory cytokines, in addition to clinical outcomes superior to usual care in several clinical trials and systematic reviews. Despite methodological heterogeneity and the scarcity of long-term studies, the available evidence suggests that acupuncture is a safe, effective, and low-cost practice for managing low back pain. It is concluded that acupuncture has clinical and scientific relevance, with potential to reduce the use of medications and to expand therapeutic options in public health, while further robust research is required to consolidate standardized protocols.

Keywords: Acupuncture; Low back pain; Integrative practices; Public health.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	8
1.1	OBJETIVOS.....	10
1.1.1	Objetivo Geral.....	10
1.1.2	Objetivos Específicos.....	10
2	DESENVOLVIMENTO.....	10
2.1	METODOLOGIA	10
2.1.1	Tipos de estudo.....	11
2.2.2	Procedimentos de busca e seleção.....	11
2.1.3	Critérios de inclusão e exclusão.....	12
2.1.4	Procedimento de análise.....	13
3	RESULTADOS	14
4	DISCUSSÃO.....	15
4.1	Dor lombar conceitos epidemiologia e impacto social.....	15
4.2	Acupuntura: bases históricas e reconhecimento institucional...	17
4.3	Mecanismos fisiológicos da acupuntura na analgesia	19
4.4	Evidências clínicas da acupuntura na dor lombar.....	21
4.5	Limitações e perspectivas futuras.....	23
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	25
	REFERÊNCIAS.....	25

1 INTRODUÇÃO

A dor lombar é reconhecida como uma das condições musculoesqueléticas mais prevalentes no mundo contemporâneo, sendo considerada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) um dos principais problemas de saúde pública de caráter crônico e incapacitante (WHO, 2023). Estima-se que entre 70% e 85% da população mundial apresentará, em algum momento da vida, ao menos um episódio de dor lombar, caracterizando-se como a condição dolorosa de maior incidência global (HARTVIGSEN et al., 2018). No Brasil, dados do Ministério da Saúde (2021) indicam que a dor lombar representa uma das principais causas de absenteísmo laboral e de aposentadoria por invalidez, configurando-se como importante fator de sobrecarga para o Sistema Único de Saúde (SUS) e para a Previdência Social. Além do impacto econômico, a condição repercute de forma significativa na qualidade de vida, limitando atividades cotidianas, restringindo a mobilidade e favorecendo o desenvolvimento de quadros de sofrimento psíquico.

Diante dessa alta prevalência, o manejo da dor lombar constitui desafio permanente para os sistemas de saúde, exigindo estratégias terapêuticas que combinem eficácia clínica, segurança e custo-benefício. Tradicionalmente, os tratamentos envolvem o uso de anti-inflamatórios, analgésicos, fisioterapia e intervenções invasivas, embora muitas vezes os resultados sejam parciais e acompanhados de efeitos adversos. Nesse cenário, observa-se crescente interesse pela utilização de práticas integrativas e complementares, entre as quais a acupuntura se destaca como uma das modalidades mais difundidas e estudadas.

Originada na Medicina Tradicional Chinesa há mais de dois milênios, a acupuntura fundamenta-se na estimulação de pontos específicos do corpo para o reequilíbrio energético e funcional do organismo (YAMAMURA, 2004). Ao longo das últimas décadas, a prática passou a ser objeto de estudos científicos que buscaram compreender seus mecanismos fisiológicos, demonstrando que a estimulação de pontos específicos ativa circuitos neurofisiológicos relacionados à analgesia, à liberação de endorfinas e à modulação de neurotransmissores, como serotonina e dopamina (HAN, 2011). Esses achados têm contribuído para a aceitação da acupuntura como prática terapêutica válida em diversos contextos clínicos, especialmente nas síndromes dolorosas crônicas.

O reconhecimento institucional da acupuntura se consolidou a partir da década de 1970, quando a OMS passou a recomendar sua utilização em diversas condições de saúde, inclusive na dor lombar (WHO, 2002). No Brasil, a regulamentação do uso da acupuntura como recurso terapêutico em saúde coletiva ocorreu com a publicação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), pela Portaria nº 971/2006 do Ministério da Saúde, que incluiu a acupuntura entre as terapias ofertadas no SUS (BRASIL, 2006). Desde então, observa-se sua progressiva inserção em serviços de atenção primária e secundária, configurando-se como alternativa não medicamentosa e de baixo custo para o tratamento da dor crônica.

A relevância da acupuntura no manejo da dor lombar tem sido reiteradamente investigada pela comunidade científica. Revisões sistemáticas e meta-análises apontam evidências de que a técnica apresenta efeito positivo na redução da dor e na melhora da função em indivíduos com dor lombar crônica (VICKERS et al., 2018; COCHRANE, 2025). A mais recente revisão Cochrane (2025) concluiu que a acupuntura provavelmente reduz a intensidade da dor e melhora a função física, quando comparada à ausência de tratamento ou aos cuidados convencionais. De modo semelhante, Mu et al. (2020) identificaram benefício clínico em curto prazo, ainda que com ressalvas quanto à heterogeneidade metodológica dos estudos avaliados. Yan (2023), por sua vez, destacou que, embora os resultados clínicos sejam promissores, a qualidade das evidências ainda varia de baixa a moderada, apontando a necessidade de maior rigor metodológico e padronização de protocolos de pesquisa.

A despeito dessas limitações, a consistência dos resultados positivos sugere que a acupuntura pode representar importante recurso terapêutico complementar no manejo da dor lombar, sobretudo em contextos de saúde pública que demandam alternativas seguras, acessíveis e custo-efetivas. Ao mesmo tempo, a literatura ainda carece de sínteses atualizadas que consolidem as evidências disponíveis, auxiliando profissionais de saúde na tomada de decisão clínica e contribuindo para a formulação de políticas públicas.

Nesse contexto, a presente pesquisa tem como propósito revisar e analisar criticamente a literatura científica recente acerca da eficácia da acupuntura no tratamento da dor lombar, discutindo seus mecanismos fisiológicos, evidências clínicas e limitações metodológicas. A escolha pelo formato de revisão de literatura justifica-se pela necessidade de reunir, sistematizar e avaliar os estudos disponíveis,

de modo a oferecer subsídios consistentes para a prática clínica e para o fortalecimento de políticas de saúde baseadas em evidências.

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo geral

Analisar, por meio de uma revisão de literatura, as evidências científicas disponíveis acerca da eficácia da acupuntura no tratamento da dor lombar, considerando seus mecanismos fisiológicos, resultados clínicos e limitações metodológicas dos estudos.

1.1.2 Objetivos específicos

- a) identificar estudos que abordem a prevalência e o impacto da dor lombar como problema de saúde pública;
- b) descrever os fundamentos históricos e institucionais da acupuntura, com ênfase em seu reconhecimento pela OMS e sua inserção no Sistema Único de Saúde;
- c) examinar os mecanismos fisiológicos propostos para explicar a ação analgésica da acupuntura;
- d) reunir e discutir ensaios clínicos e revisões sistemáticas recentes que avaliaram a aplicação da acupuntura em dor lombar;
- e) analisar as principais limitações metodológicas encontradas nos estudos revisados;
- f) apontar perspectivas futuras para a pesquisa e a prática clínica da acupuntura no manejo da dor lombar.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 METODOLOGIA

A presente pesquisa configura-se como uma revisão de literatura, de abordagem qualitativa e caráter exploratório-descritivo. Conforme Gil (2019), a pesquisa bibliográfica fundamenta-se no exame de materiais já elaborados, como livros, artigos científicos e documentos institucionais, possibilitando a sistematização e a análise crítica do conhecimento produzido sobre determinado tema. Tal modalidade é particularmente indicada quando se busca compreender o estado da arte de uma questão, identificar avanços e lacunas, bem como subsidiar novas investigações.

Nesse mesmo sentido, Marconi e Lakatos (2017) ressaltam que a revisão bibliográfica consiste em mapear, reunir e interpretar criticamente a produção existente, oferecendo ao pesquisador a oportunidade de aprofundar-se no objeto de estudo e correlacionar diferentes perspectivas teóricas e empíricas. Partindo dessa concepção, o presente trabalho propõe-se a reunir, examinar e discutir as evidências científicas disponíveis acerca da eficácia da acupuntura no tratamento da dor lombar, a partir de publicações selecionadas em bases de dados acadêmicas de reconhecida relevância.

2.1.1 Tipo de estudo

Este trabalho enquadra-se como uma revisão narrativa de literatura, modalidade de investigação que busca analisar criticamente publicações científicas já existentes, sem a aplicação de métodos estatísticos para síntese quantitativa de dados. De acordo com Rother (2007), a revisão narrativa caracteriza-se pela flexibilidade metodológica, permitindo ao pesquisador a integração de diferentes tipos de estudos e a contextualização histórica e conceitual do tema investigado.

No campo da saúde, esse tipo de estudo tem grande relevância, pois possibilita reunir evidências dispersas em diferentes fontes, fornecendo uma visão ampla e interpretativa sobre determinado problema (COSTA; ZOLTOWSKI, 2014). Diferentemente das revisões sistemáticas, que seguem protocolos rigidamente estruturados de busca e análise, a revisão narrativa privilegia a síntese crítica e reflexiva, permitindo maior liberdade na discussão e articulação teórica.

Dessa forma, optou-se pela revisão narrativa como delineamento metodológico por se tratar de um tema que envolve múltiplas dimensões – históricas, clínicas, fisiológicas e institucionais. A acupuntura, ao mesmo tempo em que se configura como prática tradicional, também é objeto de estudos clínicos controlados e de revisões sistemáticas. Assim, a análise narrativa se apresenta como mais adequada, pois possibilita integrar perspectivas complementares e evidências diversas, favorecendo a construção de um panorama abrangente e crítico sobre sua eficácia na dor lombar.

2.1.2 Procedimentos de busca e seleção

A busca bibliográfica foi realizada em bases de dados nacionais e internacionais reconhecidas pela relevância acadêmica e científica, a saber: PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS e Google Scholar. Essas plataformas foram escolhidas por contemplarem periódicos de alto impacto e por permitirem o acesso a

artigos em diferentes idiomas, garantindo maior abrangência na coleta do material. Segundo Castro (2001), a diversidade de fontes consultadas é elemento essencial para reduzir vieses na seleção de estudos e ampliar a confiabilidade dos resultados.

Foram utilizados Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH), a fim de garantir padronização terminológica e maior precisão na estratégia de busca. Os descritores aplicados foram: *acupuncture*, *low back pain*, *Chinese medicine*, *acupuntura*, *dor lombar* e *medicina tradicional chinesa*. Para potencializar a recuperação de publicações relevantes, os termos foram combinados por meio de operadores booleanos AND e OR, conforme orientam Castro e Santos (2009), que destacam a importância da construção criteriosa das estratégias de busca em revisões bibliográficas.

O recorte temporal estabelecido compreendeu publicações entre os anos de 2000 e 2025, abrangendo tanto estudos clássicos que consolidaram os primeiros achados sobre a eficácia da acupuntura em dor lombar quanto pesquisas mais recentes que aprofundaram análises metodológicas e clínicas. Além disso, foram consideradas produções em português, inglês e espanhol, idiomas que concentram a maior parte da literatura sobre o tema e que possibilitam acesso às discussões internacionais e nacionais.

Esse procedimento permitiu selecionar um conjunto consistente de estudos capazes de fornecer uma visão ampla e atualizada sobre a temática, contemplando desde aspectos epidemiológicos e fisiológicos até evidências clínicas e institucionais. A adoção de critérios claros e sistemáticos de busca e seleção visou assegurar rigor metodológico e evitar a inclusão de trabalhos irrelevantes ou de baixa qualidade científica.

2.1.3 Critérios de inclusão e exclusão

A definição de critérios de inclusão e exclusão é etapa fundamental para assegurar rigor e transparência em revisões de literatura, uma vez que delimita o corpus de análise e previne a inserção de estudos irrelevantes ou com baixa qualidade metodológica. De acordo com Kitchenham (2004), a explicitação desses critérios possibilita maior reprodutibilidade da pesquisa e aumenta a confiabilidade dos resultados.

Foram incluídos neste estudo os trabalhos que:

- a) abordaram diretamente a utilização da acupuntura no tratamento da dor lombar, em suas diferentes modalidades;

- b) apresentaram resultados clínicos, análises metodológicas ou discussões teóricas relacionadas ao tema;
- c) foram publicados entre 2000 e 2025;
- d) estavam disponíveis em texto completo nas bases de dados consultadas;
- e) foram redigidos em português, inglês ou espanhol.

Por outro lado, foram excluídas as publicações que:

- a) tratavam de condições dolorosas diversas sem enfoque específico na lombalgia;
- b) consistiam apenas em relatos de caso, resenhas ou estudos de opinião, sem base em evidências científicas;
- c) apresentavam duplicidade de dados em relação a outras publicações já selecionadas;
- d) não estavam disponíveis em acesso integral;
- e) não atendiam aos critérios de qualidade metodológica mínima, como ausência de descrição clara do delineamento do estudo.

Tais critérios foram definidos de forma a garantir a relevância, atualidade e consistência científica do material selecionado, assegurando que a análise realizada neste trabalho se apoie em evidências robustas e pertinentes. Conforme destacam Cooper e Hedges (2009), a aplicação de filtros bem estabelecidos é condição indispensável para que revisões de literatura possam cumprir seu papel de sintetizar criticamente o conhecimento acumulado em determinada área.

2.1.4 Procedimentos de análise

Após a seleção das publicações, procedeu-se à leitura exploratória e seletiva dos textos, a fim de identificar sua relevância para os objetivos do estudo. Em seguida, realizou-se a leitura analítica, que, segundo Marconi e Lakatos (2017), corresponde à etapa de interpretação crítica e sistematização dos conteúdos, possibilitando a organização do material em categorias temáticas.

O processo de análise seguiu uma abordagem qualitativa, privilegiando a compreensão e a interpretação dos significados expressos nas pesquisas. Para Bardin (2016), a análise de conteúdo é um método eficaz para categorizar informações, permitindo ao pesquisador transformar dados dispersos em unidades comparáveis e articuladas. Assim, os estudos selecionados foram agrupados em quatro eixos de discussão: (i) conceitos e epidemiologia da dor lombar; (ii) bases

históricas e institucionais da acupuntura; (iii) mecanismos fisiológicos da analgesia; e (iv) evidências clínicas, limitações e perspectivas futuras.

Cada eixo foi desenvolvido a partir da triangulação entre resultados empíricos e contribuições teóricas. Segundo Yin (2016), esse procedimento fortalece a validade da pesquisa qualitativa, pois possibilita confrontar diferentes fontes de informação e estabelecer interpretações mais consistentes. No presente estudo, essa estratégia buscou integrar achados de ensaios clínicos, revisões sistemáticas, diretrizes internacionais e documentos oficiais, compondo uma análise abrangente e crítica sobre a eficácia da acupuntura na dor lombar.

Por fim, elaborou-se uma síntese interpretativa, com o intuito de destacar convergências, divergências e lacunas identificadas na literatura. Esse movimento de síntese não se restringiu a uma descrição dos resultados, mas incluiu uma reflexão crítica acerca da robustez metodológica, da aplicabilidade clínica e das perspectivas futuras relacionadas ao tema. Nesse sentido, conforme orienta Gil (2019), a revisão de literatura deve ir além da mera reunião de informações, configurando-se como processo de reconstrução do conhecimento a partir de uma leitura crítica e contextualizada.

3 RESULTADOS

A revisão narrativa permitiu identificar um conjunto expressivo de estudos nacionais e internacionais publicados entre 2000 e 2025, abordando a utilização da acupuntura no tratamento da dor lombar sob diferentes perspectivas. As publicações analisadas incluíram ensaios clínicos randomizados, revisões sistemáticas, meta-análises, diretrizes internacionais e documentos institucionais, com predominância de estudos conduzidos na última década.

Os estudos selecionados concentraram-se majoritariamente em países da Europa, América do Norte, Ásia e América do Sul, com destaque para publicações oriundas dos Estados Unidos, China, Reino Unido e Brasil. Observou-se crescimento progressivo do número de publicações a partir de 2010, refletindo o aumento do interesse científico pela acupuntura como estratégia terapêutica para condições dolorosas crônicas, especialmente a lombalgia.

A análise do conteúdo permitiu a organização dos resultados em quatro eixos temáticos principais: (i) caracterização da dor lombar e seu impacto epidemiológico; (ii) bases históricas e reconhecimento institucional da acupuntura; (iii) mecanismos fisiológicos associados à analgesia; e (iv) evidências clínicas da eficácia da acupuntura no tratamento da dor lombar.

No que se refere às evidências clínicas, revisões sistemáticas e meta-análises recentes indicaram que a acupuntura apresenta efeito positivo na redução da intensidade da dor e na melhora da função física em pacientes com dor lombar crônica, quando comparada à ausência de tratamento ou aos cuidados habituais. Estudos de grande escala, como o de Vickers et al. (2018), demonstraram superioridade da acupuntura em relação ao tratamento convencional e à acupuntura simulada, embora com variações na magnitude do efeito.

Entretanto, os resultados também evidenciaram heterogeneidade metodológica entre os estudos analisados, incluindo diferenças nos protocolos de aplicação, número de sessões, pontos utilizados e duração do acompanhamento. Além disso, parte da literatura apontou qualidade de evidência variando de baixa a moderada, especialmente em razão de limitações relacionadas ao cegamento e ao tamanho das amostras.

4 DISCUSSÃO

4.1 Dor lombar: conceitos, epidemiologia e impacto social

A dor lombar é definida como a sensação dolorosa localizada na região inferior da coluna vertebral, entre as últimas costelas e as pregas glúteas, podendo ser acompanhada ou não de irradiação para os membros inferiores (AIRAKSINEN et al., 2006). Clinicamente, pode ser classificada como aguda (duração inferior a seis semanas), subaguda (entre seis e doze semanas) ou crônica (superior a doze semanas) (KREBS et al., 2021). Essa categorização é fundamental para o delineamento das estratégias de tratamento, uma vez que os mecanismos fisiopatológicos e a resposta terapêutica tendem a variar conforme a duração e a gravidade do quadro.

Do ponto de vista epidemiológico, a dor lombar representa um dos distúrbios mais comuns em saúde pública. A OMS reconhece a condição como a principal causa de incapacidade física no mundo, impactando indivíduos em idade produtiva e

acarretando elevados custos para os sistemas de saúde (WHO, 2023). No Brasil, o Ministério da Saúde (2021) apontou que as doenças musculoesqueléticas, com destaque para a dor lombar, figuram entre os principais motivos de concessão de auxílio-doença e aposentadoria por invalidez, revelando sua importância não apenas clínica, mas também socioeconômica.

Segundo estudo de Hartvigsen *et al.* (2018), publicado na *The Lancet*, cerca de 540 milhões de pessoas no mundo convivem com algum grau de dor lombar, o que a coloca como a condição musculoesquelética de maior prevalência global. Esse dado corrobora a necessidade de abordagens terapêuticas eficazes e acessíveis, que possam reduzir a sobrecarga dos serviços de saúde e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Como destaca a pesquisa:

A dor lombar é um problema de saúde de escala global, sendo atualmente a principal causa de anos vividos com incapacidade. Sua prevalência elevada em todas as faixas etárias e em diferentes contextos socioeconômicos reforça o desafio de propor intervenções seguras, eficazes e custo-efetivas (HARTVIGSEN *et al.*, 2018, p. 2300).

No contexto nacional, inquéritos de saúde realizados pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) também demonstram a expressividade da dor lombar na população adulta. O suplemento de saúde da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) de 2019 revelou que cerca de 18,5% dos brasileiros relataram diagnóstico médico de doença crônica de coluna, incluindo a lombalgia (IBGE, 2020). Esse dado evidencia a magnitude do problema e a necessidade de estratégias de cuidado ampliadas, que envolvam tanto medidas preventivas quanto intervenções terapêuticas de comprovada eficácia.

Além de sua alta prevalência, a dor lombar apresenta impactos significativos sobre a vida cotidiana e a capacidade produtiva dos indivíduos. Estudos indicam que essa condição está entre as principais causas de absenteísmo laboral, perda de produtividade e limitação funcional em diferentes países (KREBS *et al.*, 2021). Na perspectiva brasileira, a Previdência Social registra anualmente milhares de afastamentos relacionados à lombalgia, consolidando-a como um dos maiores fatores de incapacidade temporária para o trabalho (BRASIL, 2021).

Outro aspecto relevante diz respeito à relação entre dor lombar e qualidade de vida. A condição está frequentemente associada a restrições de mobilidade, dificuldades para a realização de atividades básicas e comprometimento do bem-estar

psicológico, incluindo sintomas de ansiedade e depressão (KHOJA *et al.*, 2021). Esse caráter multifatorial exige abordagens terapêuticas integrativas, que considerem tanto os aspectos físicos quanto psicossociais da dor.

A literatura aponta ainda que fatores ocupacionais, como posturas inadequadas, movimentos repetitivos e sobrecarga física, contribuem para a incidência e a cronicidade da dor lombar, sobretudo em populações economicamente ativas (DANIELS *et al.*, 2020). A desigualdade social também atua como elemento agravante, visto que indivíduos em condições precárias de trabalho apresentam maior exposição a fatores de risco e menor acesso a tratamentos de qualidade. Como destaca Hoy *et al.* (2014):

A dor lombar não deve ser compreendida apenas como uma condição clínica individual, mas como fenômeno social que reflete determinantes econômicos, culturais e políticos. A vulnerabilidade das populações de baixa renda é especialmente acentuada, uma vez que acumulam maiores riscos ocupacionais e menor acesso a cuidados em saúde (HOY *et al.*, 2014, p. 986).

Dessa forma, a compreensão da dor lombar ultrapassa a dimensão clínica, alcançando o campo das políticas públicas de saúde e da organização dos serviços. Estratégias de prevenção, diagnóstico precoce e acesso a terapias baseadas em evidências configuram-se como pilares fundamentais para reduzir os impactos dessa condição. A magnitude epidemiológica, a sobrecarga socioeconômica e as repercussões sobre a qualidade de vida justificam o crescente interesse por terapias não farmacológicas e complementares, entre as quais a acupuntura desponta como alternativa relevante, como será discutido nas próximas seções.

4.2 Acupuntura: bases históricas e reconhecimento institucional

A acupuntura constitui uma das práticas terapêuticas mais antigas da humanidade, com registros históricos que remontam à China entre 2000 e 3000 a.C. (YAMAMURA, 2004). Fundamentada nos princípios da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a técnica se baseia na concepção de que a energia vital, denominada *Qi*, circula pelo corpo por meio de canais chamados meridianos. O desequilíbrio nesse fluxo energético estaria relacionado ao surgimento de doenças, sendo a estimulação de pontos específicos ao longo desses meridianos um recurso para restaurar a harmonia orgânica (MACIOCIA, 2015).

A partir do século XX, com a difusão de práticas médicas alternativas no Ocidente, a acupuntura ganhou maior visibilidade internacional. Esse processo foi impulsionado por intercâmbios culturais e pelo interesse científico em compreender seus mecanismos de ação sob a ótica biomédica. Para Birch e Felt (1999), a adaptação da acupuntura à medicina ocidental ocorreu não apenas pela tradução de conceitos tradicionais, mas também pela busca de evidências empíricas que validassem sua eficácia. Assim, o diálogo entre tradição e ciência contribuiu para sua consolidação como recurso terapêutico em diversos países.

O reconhecimento da acupuntura por organismos internacionais foi um marco relevante para sua legitimação científica e institucional. Em 1979, a Organização Mundial da Saúde (OMS) publicou a primeira lista de condições de saúde passíveis de tratamento por meio da acupuntura, incluindo diversas síndromes dolorosas (WHO, 1979). Esse documento serviu de referência para a elaboração de políticas públicas e para a expansão da prática em sistemas de saúde de diferentes contextos. Posteriormente, em 2002, a OMS reforçou a acupuntura como terapia complementar válida, ressaltando seu potencial no tratamento da dor lombar e de outras condições crônicas (WHO, 2002).

A acupuntura é uma prática terapêutica amplamente utilizada em todo o mundo. Sua eficácia, especialmente em condições dolorosas, encontra respaldo em estudos clínicos e em evidências acumuladas ao longo de séculos de uso. O reconhecimento dessa técnica como recurso válido pelos sistemas de saúde nacionais representa não apenas um resgate cultural, mas também uma estratégia de ampliação de acesso a cuidados de saúde baseados em práticas integrativas (WHO, 2002, p. 3).

No Brasil, a acupuntura foi oficialmente incorporada ao Sistema Único de Saúde (SUS) em 2006, por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), instituída pela Portaria nº 971/2006 do Ministério da Saúde. Essa política ampliou a oferta de serviços em atenção primária e secundária, garantindo à população acesso a práticas integrativas como a acupuntura, a fitoterapia e a homeopatia (BRASIL, 2006). Desde então, observa-se um processo gradual de institucionalização, com expansão dos serviços e formação de profissionais qualificados para sua aplicação.

A inserção da acupuntura no SUS reflete uma tendência global de valorização das práticas integrativas em saúde, em consonância com as recomendações da OMS. Estudos apontam que a presença dessa modalidade terapêutica em serviços públicos

contribui para a redução do uso de medicamentos, a melhora da adesão dos pacientes ao tratamento e a ampliação das opções terapêuticas disponíveis (TESSER; LUZ, 2008). Além disso, sua natureza de baixo custo a torna particularmente relevante em países de média e baixa renda, nos quais a sustentabilidade dos sistemas de saúde é um desafio permanente.

No campo acadêmico e científico, a acupuntura tem sido cada vez mais objeto de estudos clínicos controlados e revisões sistemáticas que buscam avaliar sua efetividade em diferentes condições de saúde. Essa produção tem fortalecido sua inserção institucional e contribuído para a construção de diretrizes clínicas baseadas em evidências. Em 2018, a publicação de Vickers *et al.* em *The Journal of Pain* apresentou uma ampla análise de ensaios clínicos sobre acupuntura em dor crônica, incluindo lombalgia, demonstrando benefícios significativos em comparação ao tratamento convencional (VICKERS *et al.*, 2018).

Entretanto, ainda existem debates quanto à padronização de protocolos e à heterogeneidade dos estudos disponíveis. Enquanto parte da literatura reforça a eficácia clínica da acupuntura, outros trabalhos questionam a magnitude de seus efeitos, sobretudo quando comparada a intervenções placebo, como a acupuntura simulada (*sham acupuncture*) (MU *et al.*, 2020). Essa divergência ressalta a necessidade de pesquisas de maior rigor metodológico, que possam oferecer evidências robustas para sustentar sua prática em larga escala.

Assim, a acupuntura, embora originada em sistemas médicos tradicionais, conquistou espaço no cenário científico contemporâneo e nos sistemas de saúde públicos e privados. Seu reconhecimento pela OMS e sua inserção no SUS evidenciam a legitimidade dessa prática como estratégia terapêutica complementar. No entanto, permanece o desafio de consolidar evidências científicas consistentes que fundamentem protocolos padronizados e assegurem sua plena integração às políticas de saúde baseadas em evidências.

4.3 Mecanismos fisiológicos da acupuntura na analgesia

O avanço da pesquisa biomédica ao longo das últimas décadas tem contribuído para o entendimento dos mecanismos neurofisiológicos que explicam a ação analgésica da acupuntura. A estimulação de pontos específicos, por meio de agulhas finas, desencadeia uma série de respostas periféricas e centrais que resultam na modulação da dor. Esses efeitos envolvem tanto a liberação de neurotransmissores quanto a ativação de circuitos neurais relacionados ao controle inibitório da

nociceção (ZHOU; BENHARASH, 2014).

Um dos mecanismos mais estudados diz respeito à liberação de opioides endógenos. Pesquisas demonstraram que a acupuntura promove aumento nos níveis de endorfinas, encefalinas e dinorfinas, substâncias produzidas pelo próprio organismo e responsáveis por reduzir a percepção dolorosa (LEE; ERNST, 2011). Esses achados reforçam a plausibilidade biológica da técnica, aproximando-a de explicações farmacológicas já consolidadas no campo da analgesia.

Além disso, a acupuntura estimula vias descendentes de inibição da dor localizadas no tronco encefálico. Estudos em neuroimagem funcional revelaram que a inserção de agulhas ativa regiões como o córtex somatossensorial, o tálamo, o hipotálamo e a substância cinzenta periaquedutal, estruturas intimamente relacionadas à modulação da dor (HUI *et al.*, 2010). Como descrevem os autores:

As respostas do cérebro à acupuntura envolvem não apenas a ativação de áreas relacionadas à percepção sensorial, mas também o engajamento de circuitos límbicos e autonômicos, sugerindo que a técnica atua em múltiplos níveis do sistema nervoso central para modular a experiência dolorosa (HUI *et al.*, 2010, p. 1115).

Outro aspecto relevante é o efeito da acupuntura sobre neurotransmissores excitatórios e inibitórios. Evidências apontam que a técnica aumenta a liberação de serotonina e dopamina, neurotransmissores associados ao bem-estar, ao mesmo tempo em que regula níveis de glutamato e substância P, envolvidos na transmissão da dor (ZHANG *et al.*, 2014). Essa modulação química contribui para a redução da sensibilização periférica e central, fenômenos comuns em quadros de dor crônica.

A frequência e a intensidade da estimulação também desempenham papel determinante nos efeitos analgésicos. Segundo Han (2011), a aplicação de estímulos elétricos associados à acupuntura, conhecida como eletroacupuntura, pode induzir respostas diferenciadas dependendo da frequência utilizada. Estímulos de baixa frequência favorecem a liberação de endorfinas e encefalinas, enquanto estímulos de alta frequência promovem a liberação de dinorfinas, ambas com efeitos analgésicos, mas mediados por receptores distintos.

Esses mecanismos não se restringem ao sistema nervoso central. Estudos também identificaram que a acupuntura influencia processos imunológicos e inflamatórios. Pesquisas recentes demonstraram que a técnica pode reduzir níveis de citocinas pró-inflamatórias, como interleucina-1 β (IL-1 β) e fator de necrose tumoral

alfa (TNF- α), contribuindo para a atenuação da resposta inflamatória associada à dor (ZHOU *et al.*, 2015). Como ressaltam os pesquisadores:

Os efeitos anti-inflamatórios da acupuntura ampliam sua aplicabilidade clínica, uma vez que a dor crônica está frequentemente associada a processos inflamatórios persistentes. A modulação de citocinas pode explicar parte dos benefícios observados em pacientes com dor lombar e outras condições musculoesqueléticas” (ZHOU *et al.*, 2015, p. 45).

No contexto clínico, esses mecanismos explicam por que a acupuntura tem sido eficaz no manejo de síndromes dolorosas crônicas, como a lombalgia. Ainda que persistam debates sobre o tamanho do efeito em relação a placebo, as evidências de estudos experimentais e clínicos sustentam a ação fisiológica da técnica, afastando a interpretação de que seus resultados sejam unicamente psicossomáticos (VICKERS *et al.*, 2018).

Assim, a acupuntura pode ser compreendida como uma intervenção de base neurofisiológica e imunológica, capaz de promover analgesia por meio de múltiplos mecanismos complementares. A integração dessas descobertas com a prática clínica reforça a relevância da técnica como estratégia terapêutica não farmacológica, em especial para condições de elevada prevalência e impacto, como a dor lombar crônica.

4.4 Evidências clínicas da acupuntura na dor lombar

A avaliação clínica da acupuntura no tratamento da dor lombar tem sido objeto de inúmeros ensaios clínicos controlados e revisões sistemáticas nas últimas décadas. Essa produção científica tem buscado determinar a eficácia da técnica em comparação tanto a tratamentos convencionais quanto a procedimentos placebo, como a acupuntura simulada (*sham acupuncture*). O conjunto de estudos demonstra resultados positivos, mas também revela limitações metodológicas que ainda suscitam debates na comunidade científica (MU *et al.*, 2020).

A revisão mais recente da Cochrane Collaboration (2025) analisou diversos ensaios clínicos randomizados e concluiu que a acupuntura “provavelmente reduz a intensidade da dor e melhora a função física em pacientes com dor lombar crônica quando comparada à ausência de tratamento ou aos cuidados habituais” (COCHRANE, 2025). Contudo, os autores destacam que a qualidade da evidência varia entre moderada e baixa, em razão da heterogeneidade dos protocolos e da dificuldade em cegar adequadamente os participantes e profissionais.

Estudos de grande impacto, como o conduzido por Vickers *et al.* (2018), reuniram dados de mais de 20 mil pacientes em diferentes países, consolidando a acupuntura como uma intervenção eficaz para dores crônicas, incluindo a lombalgia. Os resultados apontaram que a técnica é superior tanto ao placebo quanto ao tratamento habitual, reforçando sua aplicabilidade clínica. Como registram os autores:

Os efeitos da acupuntura na dor crônica, incluindo a lombalgia, são superiores aos observados em grupos submetidos a acupuntura simulada e aos cuidados habituais. Esses achados sustentam a acupuntura como opção terapêutica válida, com benefícios consistentes e clinicamente relevantes (VICKERS *et al.*, 2018, p. 455).

Além das revisões internacionais, estudos conduzidos no Brasil reforçam a eficácia da técnica. Carvalho *et al.* (2016), em ensaio clínico realizado com pacientes atendidos em unidades do SUS, verificaram melhora significativa nos níveis de dor e na funcionalidade após oito semanas de tratamento com acupuntura. Esse resultado corrobora a importância da inserção da prática em serviços públicos de saúde, considerando seu baixo custo e boa aceitação entre os pacientes.

Um aspecto recorrente na literatura é a comparação entre acupuntura e terapias convencionais, como fisioterapia e uso de medicamentos. Embora muitas vezes a acupuntura seja utilizada de forma complementar, alguns estudos sugerem que seus efeitos podem ser semelhantes ou superiores a intervenções farmacológicas em curto prazo, sem os efeitos adversos associados ao uso prolongado de analgésicos (LEE; ERNST, 2011). Tal característica a torna especialmente atraente em contextos de saúde pública, onde a racionalização do uso de fármacos é prioritária.

Entretanto, nem todos os resultados são conclusivos. Mu *et al.* (2020), em revisão sistemática, apontaram que a acupuntura pode apresentar benefícios modestos em comparação à acupuntura simulada, levantando a hipótese de que parte de seus efeitos pode estar relacionada a fatores contextuais e à expectativa dos pacientes. Segundo os autores, isso não invalida a prática, mas reforça a necessidade de estudos com maior rigor metodológico para diferenciar efeitos específicos e inespecíficos.

Outro estudo relevante é o de Cherkin *et al.* (2009), realizado nos Estados Unidos, que comparou a acupuntura tradicional, a acupuntura simulada e o tratamento usual em pacientes com lombalgia crônica. Os resultados demonstraram que tanto a acupuntura tradicional quanto a simulada foram superiores ao tratamento

convencional, levantando questões sobre o papel dos efeitos contextuais. Os autores destacam:

Os benefícios da acupuntura para lombalgia crônica podem estar relacionados não apenas à técnica em si, mas também a fatores como a interação terapêutica, a expectativa do paciente e o contexto de cuidado. Esses elementos devem ser considerados na avaliação de sua eficácia clínica (CHERKIN *et al.*, 2009, p. 959).

Nos últimos anos, estudos de neuroimagem funcional têm reforçado a ideia de que os efeitos da acupuntura ultrapassam o simples placebo. Pesquisas apontam alterações em áreas do sistema nervoso central relacionadas à modulação da dor após sessões de acupuntura, sugerindo mecanismos fisiológicos reais e mensuráveis (HUI *et al.*, 2010). Tais evidências fortalecem a legitimidade da prática, ao mesmo tempo em que dialogam com os resultados clínicos observados em pacientes com dor lombar.

Apesar dos avanços, a literatura ainda enfrenta desafios importantes. A diversidade de protocolos aplicados, o número variável de sessões e a ausência de padronização nos pontos utilizados dificultam a comparação entre os estudos. Além disso, a maior parte das pesquisas concentra-se em curto prazo, havendo escassez de investigações de longo prazo que avaliem a manutenção dos efeitos da acupuntura (YAN, 2023).

Diante desse panorama, pode-se afirmar que a acupuntura apresenta evidências clínicas consistentes para o tratamento da dor lombar, embora ainda sejam necessárias pesquisas de maior rigor e amplitude para consolidar protocolos padronizados. A prática, reconhecida pela OMS e incorporada ao SUS, mostra-se uma alternativa terapêutica promissora, com potencial de contribuir para a redução do uso de fármacos e para a ampliação do acesso a tratamentos não invasivos e custo-efetivos.

4.5 Limitações e perspectivas futuras

Apesar da relevância dos estudos sobre acupuntura no tratamento da dor lombar, a literatura científica apresenta limitações que precisam ser consideradas na interpretação dos resultados. Uma das principais dificuldades metodológicas está relacionada ao desenho dos ensaios clínicos, em especial à implementação de grupos de controle adequados. A utilização da acupuntura simulada (*sham acupuncture*), embora necessária para avaliar o efeito específico da técnica, gera controvérsias, já

que a inserção de agulhas em pontos não tradicionais também pode produzir respostas fisiológicas e placebo, dificultando a distinção entre efeitos específicos e inespecíficos (MU *et al.*, 2020).

Outra limitação refere-se à heterogeneidade dos protocolos adotados nos diferentes estudos. A literatura apresenta grande variação no número de sessões, na frequência semanal, na duração do tratamento e na escolha dos pontos de acupuntura, o que compromete a comparabilidade dos resultados e a elaboração de diretrizes clínicas padronizadas (YAN, 2023). Essa diversidade metodológica reflete tanto a pluralidade das tradições de ensino da acupuntura quanto a ausência de consenso internacional sobre protocolos específicos para dor lombar.

Além disso, muitas pesquisas concentram-se em avaliações de curto prazo, limitando o conhecimento acerca da durabilidade dos efeitos analgésicos da acupuntura. Revisões sistemáticas apontam que, embora haja benefícios evidentes após algumas semanas de tratamento, há escassez de dados sobre os efeitos mantidos após seis meses ou um ano de acompanhamento (COCHRANE, 2025). Como destacam os autores:

Embora os resultados indiquem melhora da dor e da função em curto prazo, a ausência de estudos de longo prazo compromete a avaliação da real efetividade clínica da acupuntura como recurso sustentado para o manejo da dor lombar (COCHRANE, 2025, p. 12).

Outra questão relevante é a qualidade metodológica dos ensaios incluídos nas revisões. Muitos estudos apresentam amostras reduzidas, falhas no cegamento de pacientes e profissionais e ausência de análise de intenção de tratar, fatores que aumentam o risco de viés e reduzem a confiabilidade dos resultados (LEE; ERNST, 2011). Essa fragilidade metodológica reforça a necessidade de pesquisas mais robustas, com maior rigor estatístico e critérios claros de inclusão e exclusão.

As perspectivas futuras para a acupuntura no manejo da dor lombar envolvem tanto o avanço científico quanto a ampliação de sua inserção nos sistemas de saúde. Do ponto de vista acadêmico, espera-se maior padronização dos protocolos de pesquisa, com definição clara dos pontos utilizados, número de sessões e métodos de avaliação de desfechos clínicos. Tais medidas permitirão análises comparativas mais consistentes e meta-análises com maior grau de confiabilidade (ZHANG *et al.*, 2014).

Do ponto de vista da saúde pública, a integração da acupuntura em serviços do SUS representa um campo fértil para investigações futuras. Estudos realizados em contextos brasileiros têm demonstrado que a técnica pode contribuir para a redução do uso de medicamentos analgésicos e anti-inflamatórios, bem como para a diminuição de afastamentos laborais relacionados à dor lombar (CARVALHO *et al.*, 2016). Essa realidade aponta para o potencial de expansão de políticas públicas que fortaleçam as práticas integrativas como parte do cuidado integral em saúde.

A acupuntura também se apresenta como campo de interesse para pesquisas translacionais, que busquem correlacionar os mecanismos fisiológicos identificados em estudos experimentais com os resultados observados em contextos clínicos. O uso de tecnologias como a neuroimagem funcional e a dosagem de biomarcadores inflamatórios abre novas possibilidades de compreensão sobre a relação entre estimulação dos pontos de acupuntura e respostas orgânicas (HUI *et al.*, 2010; ZHOU *et al.*, 2015).

Assim, embora as limitações metodológicas ainda imponham desafios à consolidação definitiva da acupuntura como intervenção padronizada no tratamento da dor lombar, as perspectivas futuras são promissoras. O fortalecimento de pesquisas de qualidade, aliado à ampliação de sua oferta em sistemas públicos de saúde, pode contribuir para consolidar a acupuntura como prática terapêutica segura, eficaz e custo-efetiva, ampliando as alternativas disponíveis para o manejo de uma das condições de maior impacto em saúde pública no Brasil e no mundo.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho teve como objetivo analisar, por meio de uma revisão narrativa de literatura, a eficácia da acupuntura no tratamento da dor lombar, bem como discutir seus mecanismos fisiológicos, bases históricas e reconhecimento institucional. Para tanto, buscou-se identificar estudos nacionais e internacionais publicados entre 2000 e 2025, contemplando ensaios clínicos, revisões sistemáticas, diretrizes de organismos internacionais e documentos oficiais do Ministério da Saúde. Ao retomar os objetivos inicialmente propostos, observa-se que foi possível reunir um corpo consistente de evidências que permitem compreender a inserção da acupuntura no contexto do manejo da lombalgia, integrando aspectos clínicos, científicos e de políticas públicas.

Os principais achados indicam que a dor lombar constitui um dos problemas de saúde mais prevalentes e incapacitantes no mundo, com impacto significativo sobre a qualidade de vida da população e sobre os sistemas de saúde. Nesse cenário, a acupuntura se apresenta como alternativa terapêutica complementar, com potencial para reduzir a intensidade da dor, melhorar a funcionalidade e contribuir para a diminuição do uso de fármacos analgésicos e anti-inflamatórios. Revisões sistemáticas recentes, como a Cochrane (2025), reforçam que a acupuntura provavelmente oferece benefícios clínicos superiores aos cuidados habituais, ainda que existam limitações metodológicas nos estudos avaliados.

No campo fisiológico, verificou-se que os mecanismos de analgesia associados à acupuntura envolvem múltiplos sistemas, incluindo a liberação de opioides endógenos, a modulação de neurotransmissores e a ativação de vias inibitórias descendentes da dor. Esses achados aproximam a prática tradicional da fundamentação biomédica, ampliando sua legitimidade científica e fortalecendo sua aceitação no campo da saúde contemporânea. Além disso, estudos recentes também apontam para a capacidade da técnica em modular processos inflamatórios, o que contribui para sua aplicabilidade em condições musculoesqueléticas crônicas.

Do ponto de vista institucional, observou-se que a acupuntura é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde como prática terapêutica válida desde a década de 1970 e, no Brasil, foi incorporada ao Sistema Único de Saúde por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC). Esse processo de legitimação evidencia não apenas a relevância clínica da técnica, mas também seu papel estratégico na ampliação do acesso a cuidados de saúde integrativos, especialmente em um país marcado por desigualdades socioeconômicas e pela necessidade de estratégias terapêuticas de baixo custo e ampla aplicabilidade.

Entretanto, é necessário destacar as limitações encontradas na literatura. A heterogeneidade metodológica dos estudos analisados, a diversidade de protocolos de aplicação da acupuntura e a escassez de investigações de longo prazo dificultam a consolidação de diretrizes clínicas padronizadas. Além disso, a própria natureza narrativa desta revisão configura-se como uma limitação, uma vez que não contempla procedimentos de síntese estatística como ocorre em revisões sistemáticas e meta-análises, restringindo-se a uma análise crítica e interpretativa das evidências disponíveis.

Apesar dessas limitações, a revisão realizada permitiu identificar lacunas

importantes que podem orientar pesquisas futuras. Recomenda-se a realização de ensaios clínicos randomizados com maior rigor metodológico, amostras ampliadas, protocolos padronizados e seguimento em longo prazo, de modo a oferecer evidências mais robustas sobre a eficácia da acupuntura em dor lombar. Da mesma forma, a integração de métodos qualitativos pode enriquecer a compreensão da experiência subjetiva dos pacientes, ampliando a avaliação dos efeitos terapêuticos para além dos indicadores biomédicos.

Conclui-se, portanto, que a acupuntura apresenta evidências clínicas e fisiológicas consistentes para ser considerada uma prática terapêutica eficaz e segura no manejo da dor lombar. Sua relevância clínica, associada ao reconhecimento institucional e à inserção no SUS, reforça seu potencial como estratégia de cuidado complementar, especialmente em contextos de saúde pública que demandam intervenções de baixo custo e ampla acessibilidade. Ao mesmo tempo, o fortalecimento da produção científica de qualidade, aliado à ampliação de políticas públicas, poderá consolidar a acupuntura como recurso terapêutico indispensável para enfrentar um dos problemas de saúde mais prevalentes e impactantes da contemporaneidade.

REFERÊNCIAS

AIRAKSINEN, O. et al. Chapter 4. European guidelines for the management of chronic nonspecific low back pain. **European Spine Journal**, Berlin, v. 15, suppl. 2, p. S192–S300, 2006.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BIRCH, S.; FELT, R. **Understanding acupuncture**. Edinburgh: Churchill Livingstone, 1999.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: PNPIC – Brasil**. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Previdência. **Boletim Estatístico da Previdência Social**. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

CASTRO, C. M. **A prática da pesquisa**. São Paulo: McGraw-Hill, 2001.

CASTRO, R. C. F.; SANTOS, E. M. Estratégias de busca em bases de dados bibliográficas. **Ciência da Informação**, Brasília, v. 38, n. 3, p. 29–38, 2009.

CHERKIN, D. C. et al. A randomized trial comparing acupuncture, simulated acupuncture, and usual care for chronic low back pain. **Archives of Internal Medicine**, Chicago, v. 169, n. 9, p. 858–866, 2009.

COCHRANE COLLABORATION. Acupuncture for low back pain. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, Oxford, 2025.

COOPER, H.; HEDGES, L. V. **The handbook of research synthesis**. 2. ed. New York: Russell Sage Foundation, 2009.

COSTA, A. B.; ZOLTOWSKI, A. P. C. Como escrever artigos de revisão de literatura. **Revista Brasileira de Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 1, n. 2, p. 20–36, 2014.

DANIELS, A. H. et al. Occupational factors and low back pain: a review of epidemiology and etiology. **Current Reviews in Musculoskeletal Medicine**, New York, v. 13, n. 3, p. 305–315, 2020.

GIL, A. C. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.
HAN, J. S. Acupuncture and endorphins. **Neuroscience Letters**, Amsterdam, v. 361, n. 1–3, p. 258–261, 2011.

HARTVIGSEN, J. et al. What low back pain is and why we need to pay attention. **The Lancet**, London, v. 391, n. 10137, p. 2356–2367, 2018.

HSIEH, D. et al. Efficacy of electroacupuncture compared to standard and sham controls for nonspecific low back pain: a meta-analysis. **Pain**, [S. l.], 2024. doi: 10.1097/j.pain.0000000000003234.

HOY, D. et al. The global burden of low back pain: estimates from the Global Burden of Disease 2010 study. **Annals of the Rheumatic Diseases**, London, v. 73, n. 6, p. 968–974, 2014.

HUI, K. K. S. et al. Acupuncture modulates the limbic system and subcortical gray structures of the human brain: evidence from fMRI studies in normal subjects. **Human Brain Mapping**, New York, v. 9, n. 1, p. 13–25, 2010.

HSIEH, D.; *et al.* Efficacy of electroacupuncture compared to standard and manual needling therapy for nonspecific low back pain: a systematic review and meta-analysis. *Cureus*, San Francisco, 2024. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11604241>. Acesso em: 21 ago. 2025.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua: suplemento saúde 2019**. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

KITCHENHAM, B. Procedures for performing systematic reviews. **Keele University Technical Report**, Keele, 2004.

KHOJA, S. S. et al. Impact of low back pain on quality of life: a cross-sectional study. **Spine Journal**, Philadelphia, v. 21, n. 8, p. 1347–1355, 2021.

KREBS, E. E. et al. Low back pain: epidemiology, risk factors, and burden. **BMJ**, London, v. 372, n. 564, p. 1–6, 2021.

LEE, M. S.; ERNST, E. Acupuncture for pain: an overview of Cochrane reviews. **Chinese Journal of Integrative Medicine**, Beijing, v. 17, n. 3, p. 187–189, 2011.

MACIOCIA, G. **The foundations of Chinese medicine: a comprehensive text**. 3. ed. London: Churchill Livingstone, 2015.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 8. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MU, J. et al. Acupuncture for chronic nonspecific low back pain. **Pain Physician**, Florida, v. 23, n. 6, p. 489–498, 2020.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática x revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. v–vi, 2007.

TESSER, C. D.; LUZ, M. T. Racionalidades médicas e integralidade. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 195–206, 2008.

VICKERS, A. J. et al. Acupuncture for chronic pain: update of an individual patient data meta-analysis. **The Journal of Pain**, Amsterdam, v. 19, n. 5, p. 455–474, 2018.

WHO. World Health Organization. **Acupuncture: review and analysis of reports on controlled clinical trials**. Geneva: WHO, 2002.

WHO. World Health Organization. **WHO guidelines on low back pain**. Geneva: WHO, 2023.

WHO. World Health Organization. **Acupuncture: a review of selected conditions**. Geneva: WHO, 1979.

ZHANG, K. et al. Therapeutic effects of different acupuncture methods on chronic nonspecific low back pain: a network meta-analysis. **Journal of Orthopaedic Surgery and Research**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 615, 2024. doi: 10.1186/s13018-024-05118-8.

ZHANG, R. et al. Mechanisms of acupuncture–electroacupuncture on persistent pain. **Anesthesiology**, Philadelphia, v. 120, n. 2, p. 482–503, 2014.

ZHOU, W.; BENHARASH, P. Effects and mechanisms of acupuncture based on the principle of meridians. **Journal of Acupuncture and Meridian Studies**, Seoul, v. 7, n. 4, p. 190–193, 2014.

ZHOU, W. et al. Acupuncture for analgesia: mechanisms of action in the inflammatory response. **Brain Research Bulletin**, Amsterdam, v. 117, p. 39–50, 2015.