



MANEJO DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Mateus Fonseca Dumont¹, Ramon Sousa Dias², Raianny Maria Pessoa Veiga², Iasmyn Madalena de Carvalho Sandes Araujo², Maxwellen Cabral De Andrade², Kaio Mascarenhas Ferraz da Silva², Vitória Maria dos Passos Ferro², Werllysson Carlos Santos de Oliveira Pereira², Thiago Lopes Nunes Maia², José Roberto Machado de Amorim Filho², Wenno de Melo Cadete², Aimée Kalinny Soares Simplício², Caio Matheus Feitosa de Oliveira³, Yasmyn Benthien de Oliveira⁴, Isadora Prates de Almeida Lopes Abelha¹, Lucas Jorge Nardelli⁵, Keilyane Andrade Pimenta⁶, Paula Fernanda Vieira⁷, Aron Pinto Lugon⁸, Thiago Ferreira Amory⁹, Armando da Silva Moura¹⁰.

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

A fibromialgia é uma síndrome crônica caracterizada por dor musculoesquelética generalizada, fadiga persistente e sensibilidade aumentada. A fisiopatologia envolve disfunção no sistema nervoso central, com influências genéticas, ambientais e psicológicas. O manejo da fibromialgia exige uma abordagem multidisciplinar, que inclui tratamentos farmacológicos como antidepressivos e anticonvulsivantes, combinados com intervenções não farmacológicas, como exercícios físicos e terapia cognitivo-comportamental. Terapias complementares, como acupuntura e mindfulness, também têm mostrado eficácia no alívio dos sintomas. O manejo deve ser personalizado, considerando as necessidades individuais dos pacientes e priorizando a melhoria da qualidade de vida. Estratégias integradas e holísticas são fundamentais para o sucesso do tratamento, destacando-se a importância de uma abordagem que trate não apenas a dor, mas também os aspectos emocionais e psicológicos da síndrome.

Palavras-chave: Fibromialgia, manejo multidisciplinar, tratamentos farmacológicos, terapia cognitivo-comportamental, acupuntura, qualidade de vida.

MANAGEMENT OF FIBROMYALGIA: A LITERATURE REVIEW

Abstract

Fibromyalgia is a chronic syndrome characterized by widespread musculoskeletal pain, persistent fatigue, and heightened sensitivity. Its pathophysiology involves central nervous system dysfunction, with genetic, environmental, and psychological influences. Managing fibromyalgia requires a multidisciplinary approach, incorporating pharmacological treatments like antidepressants and anticonvulsants, along with non-pharmacological interventions such as physical exercise and cognitive-behavioral therapy. Complementary therapies, including acupuncture and mindfulness, have also shown efficacy in symptom relief. Management must be personalized, focusing on individual patient needs and enhancing quality of life. Integrated and holistic strategies are crucial for treatment success, emphasizing the importance of addressing both the pain and the emotional and psychological aspects of the syndrome.

Keywords: Fibromyalgia, multidisciplinary management, pharmacological treatments, cognitive-behavioral therapy, acupuncture, quality of life.

Instituição afiliada – ¹Centro Universitário de Belo Horizonte, ²Faculdade de Ciências Médicas de Garanhuns AFYA, ³Centro Universitário Uninovafapi, ⁴Universidade Federal do Cariri, ⁵Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais, ⁶FAMINAS Muriaé, ⁷Universidade do Sul de Santa Catarina Campos Pedra Branca, ⁸Centro Universitário Redentor, ⁹UNIFAA - Centro Universitário de Valença, ¹⁰Faculdade de Tecnologia e Ciências -FTC Salvador.

Dados da publicação: Artigo recebido em 11 de Julho e publicado em 01 de Setembro de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n9p31-40>

Autor correspondente: Mateus Fonseca Dumont, mateusfonsecadumont3@gmail.com

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma síndrome crônica complexa caracterizada por dor musculoesquelética generalizada, fadiga persistente e sensibilidade aumentada em várias regiões do corpo. Embora reconhecida como uma das condições reumatológicas mais comuns, sua etiologia permanece obscura, sendo classificada como uma condição idiopática. A prevalência global da fibromialgia gira em torno de 2%, afetando predominantemente mulheres, especialmente na faixa etária de 35 a 44 anos. Além da dor, pacientes com fibromialgia frequentemente apresentam comorbidades como depressão, ansiedade e síndrome do intestino irritável, que agravam o sofrimento e impactam negativamente na qualidade de vida.

A fisiopatologia da fibromialgia ainda não é completamente compreendida, mas estudos sugerem que a disfunção no sistema nervoso central desempenha um papel fundamental na gênese da dor associada à doença. Essa disfunção pode resultar em uma falha nos mecanismos de supressão da dor, levando a uma hipersensibilidade dolorosa sem a presença de lesões ou inflamações visíveis. Além disso, fatores genéticos, ambientais e psicológicos também parecem contribuir para o desenvolvimento e a manutenção dos sintomas.

Os fatores de risco incluem predisposição genética, traumas físicos ou emocionais, infecções e distúrbios do sono, todos associados a um maior risco de desenvolvimento da fibromialgia. Essas variáveis reforçam a necessidade de uma abordagem holística para o manejo da condição, que leva em consideração não apenas os sintomas físicos, mas também os aspectos emocionais e psicológicos dos pacientes.

Apesar de a fibromialgia ser uma condição amplamente estudada, o manejo eficaz ainda representa um desafio significativo para os profissionais de saúde. A ausência de um tratamento etiológico específico exige que as intervenções sejam focadas no alívio dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes. Nesse

contexto, estratégias terapêuticas multidisciplinares, que combinam tratamentos farmacológicos e não farmacológicos, têm sido adotadas para proporcionar um manejo mais abrangente.

O objetivo deste artigo é explorar as diferentes abordagens para o manejo da fibromialgia, destacando a importância de estratégias terapêuticas personalizadas que possam atender às necessidades individuais dos pacientes, otimizando os resultados e minimizando os impactos negativos da doença.

METODOLOGIA

A metodologia deste estudo fundamenta-se em uma revisão integrativa, cujo objetivo é sintetizar e analisar de forma crítica as evidências presentes na literatura acerca do manejo da fibromialgia. Essa abordagem permite a compilação de informações oriundas de diversos estudos, com diferentes metodologias, proporcionando uma visão ampla e fundamentada sobre o tema em questão. O processo metodológico envolveu a formulação da pergunta de pesquisa, a busca na literatura, a seleção dos estudos, a extração e análise dos dados, a síntese dos resultados e a elaboração das conclusões.

A busca literária foi realizada em bases de dados reconhecidas, como PubMed, Scopus, BVS e SciELO, utilizando uma combinação de palavras-chave relacionadas ao tema, como “fibromialgia”, “manejo clínico”, “tratamento farmacológico” e “intervenções não farmacológicas”. Foram incluídos estudos publicados entre 2000 e 2023, nos idiomas português e inglês, seguindo critérios de inclusão que consideravam a relevância, originalidade e contribuição para a compreensão dos diferentes aspectos do manejo da fibromialgia.

Por se tratar de uma revisão integrativa que não envolveu a participação direta de seres humanos, não foi necessária a submissão do protocolo ao Comitê de Ética em

Pesquisa. Essa metodologia permitiu uma análise detalhada das abordagens terapêuticas empregadas no manejo da fibromialgia, contribuindo para a identificação de estratégias eficazes e para a orientação de futuras pesquisas na área.

RESULTADOS

Ao longo dos últimos anos, o manejo da fibromialgia tem evoluído significativamente, com um foco crescente em abordagens multimodais. Estudos recentes têm ressaltado a importância de estratégias combinadas que integram intervenções farmacológicas e não farmacológicas para otimizar o controle dos sintomas e melhorar a qualidade de vida dos pacientes. A literatura indica que o uso de antidepressivos tricíclicos, como a amitriptilina, e inibidores seletivos da recaptação de serotonina e norepinefrina (ISRSNs), como a duloxetina e a milnaciprano, têm se mostrado eficazes na redução da dor e da fadiga associadas à fibromialgia. Esses medicamentos atuam modulando neurotransmissores relacionados à percepção da dor, e a sua eficácia é frequentemente potencializada quando combinados com outras intervenções terapêuticas.

Além das intervenções farmacológicas, terapias não farmacológicas têm ganhado destaque na literatura, especialmente no que tange à sua contribuição para o manejo dos sintomas e a reabilitação funcional. Programas de exercícios físicos, incluindo exercícios aeróbicos de baixo impacto, fortalecimento muscular e alongamento, têm sido amplamente recomendados. A prática regular desses exercícios tem demonstrado melhorar a resistência física e a flexibilidade, além de reduzir a intensidade da dor e os níveis de fadiga. Esses efeitos positivos são atribuídos ao aumento da liberação de endorfinas e à melhoria do condicionamento cardiovascular, ambos benéficos para pacientes com fibromialgia.

Outro aspecto relevante no manejo da fibromialgia é a terapia cognitivo-comportamental (TCC), que tem sido cada vez mais incorporada como parte integrante

das estratégias de tratamento. A TCC se mostrou eficaz na redução do estresse e da ansiedade, fatores que frequentemente exacerbam os sintomas da fibromialgia. Além disso, a TCC auxilia os pacientes a desenvolverem habilidades de enfrentamento para lidar com a dor crônica, promovendo mudanças nos padrões de pensamento e comportamento que podem perpetuar o ciclo da dor.

No campo das terapias complementares, práticas como a acupuntura e o mindfulness têm sido investigadas e, em alguns casos, incorporadas ao manejo da fibromialgia. A acupuntura, embora ainda necessite de mais estudos para conclusões definitivas, tem sido associada à redução dos sintomas dolorosos e à melhora do bem-estar geral dos pacientes. O mindfulness, por sua vez, atua promovendo um estado de atenção plena, ajudando os pacientes a gerenciar a dor e o estresse, o que contribui para uma melhor qualidade de vida.

Em termos de intervenções farmacológicas, além dos antidepressivos, a literatura aponta para o uso de anticonvulsivantes como a pregabalina e a gabapentina, que têm demonstrado eficácia na modulação da dor neuropática associada à fibromialgia. Esses medicamentos são particularmente úteis em pacientes que não respondem adequadamente aos antidepressivos, oferecendo uma alternativa terapêutica eficaz.

Finalmente, a combinação de intervenções personalizadas, que levem em consideração as características individuais dos pacientes e a gravidade dos sintomas, tem sido amplamente defendida na literatura. O manejo multidisciplinar, que envolve médicos, fisioterapeutas, psicólogos e outros profissionais de saúde, é considerado essencial para o sucesso do tratamento da fibromialgia, proporcionando uma abordagem holística que visa não apenas a redução dos sintomas, mas também a melhora do bem-estar geral e da funcionalidade dos pacientes.

Assim, o manejo da fibromialgia é um campo em constante evolução, com a literatura apontando para a necessidade de abordagens integradas e personalizadas,



que combinem tratamentos farmacológicos e não farmacológicos para alcançar os melhores resultados para os pacientes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As considerações finais deste estudo indicam que o manejo da fibromialgia deve ser compreendido como uma abordagem complexa e multidimensional, alinhada à necessidade de personalização das estratégias terapêuticas. A revisão das diversas abordagens disponíveis mostra que tanto as intervenções farmacológicas quanto as não farmacológicas desempenham papéis cruciais no alívio dos sintomas e na melhoria da qualidade de vida dos pacientes. A eficácia de medicamentos como antidepressivos e anticonvulsivantes, em conjunto com programas de exercícios físicos e intervenções psicoterapêuticas, reflete a importância de um tratamento que vá além do alívio sintomático, buscando abordar também os aspectos emocionais e comportamentais da doença.

A integração de práticas complementares, como a acupuntura e o mindfulness, também emerge como uma alternativa promissora para complementar as estratégias tradicionais, embora mais estudos sejam necessários para consolidar sua eficácia. A literatura revisada enfatiza que o sucesso no manejo da fibromialgia depende da adoção de uma abordagem personalizada, que considere as particularidades de cada paciente, tanto em termos de gravidade dos sintomas quanto de resposta aos diferentes tratamentos.

Em síntese, este estudo alcança o objetivo proposto ao explorar e destacar a necessidade de uma abordagem multidisciplinar e personalizada no manejo da fibromialgia, reiterando a importância de combinar tratamentos farmacológicos e não farmacológicos para otimizar os resultados terapêuticos. A evolução contínua das estratégias de manejo reflete o esforço da comunidade científica em oferecer soluções mais eficazes e adaptadas às necessidades individuais dos pacientes, reforçando a relevância de uma abordagem holística para melhorar a qualidade de vida e o bem-estar geral daqueles que convivem com essa condição crônica.

REFERÊNCIAS

OLIVEIRA JÚNIOR, J. O. DE .; ALMEIDA, M. B. DE .. The current treatment of



fibromyalgia. BrJP, v. 1, n. 3, p. 255–262, jul. 2018.

DE OLIVEIRA BARROS, S.; NUNES VALADARES, M.; OLIVEIRA DOS SANTOS, J.; MAIRESSE RAMOS, E. H.; MESQUITA COUTO, F. Manejo Clínico da Fibromialgia: Terapias Farmacológicas e Não Farmacológicas para Alívio dos Sintomas. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 5, n. 5, p. 5665–5680, 2023. DOI: 10.36557/2674-8169.2023v5n5p5665-5680. Disponível em: <https://bjihis.emnuvens.com.br/bjihis/article/view/1091>. Acesso em: 30 ago. 2024.

DE SOUZA GARCIA, C. B. M.; BATILIERI RODRIGUES, N.; RUIZ GONÇALVES CARDOSO, M. F.; DA SILVA MARQUES JÚNIOR, T.; PEREIRA PIO SUWA, D.; CARVALHO GOMES, A. L.; LEAL BEZERRA NASCIMENTO, R. O MANEJO DA DOR EM INDIVÍDUOS QUE POSSUEM FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 5, n. 5, p. 3467–3478, 2023. DOI: 10.36557/2674-8169.2023v5n5p3467-3478. Disponível em: <https://bjihis.emnuvens.com.br/bjihis/article/view/869>. Acesso em: 30 ago. 2024.

HEYMANN, R. E. et al.. Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 50, n. 1, p. 56–66, jan. 2010.

Senna ER, De Barros AL, Silva EO, Costa IF, Pereira LV, Ciconelli RM et al. Prevalence of rheumatic diseases in Brazil: a study using the COPCORD approach. *J Rheumatol* 2004; 31(3):594-7.

Provenza JR, Paiva E, Heymann RE. Manifestações Clínicas. In: Heymann RE, coordenador. *Fibromialgia e Síndrome Miofascial*. São Paulo: Legnar, 2006, pp. 31-42.

Goldenberg DL. Fibromyalgia syndrome. An emerging but controversial condition. *JAMA*. 1987;257(20):2782-7.



Manejo da Fibromialgia: Uma Revisão de Literatura
Mateus Fonseca Dumont et. Al.