

A RELEVÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM INDIVÍDUOS COM FIBROMIALGIA: REVISÃO DE LITERATURA

Tayanny Pinto Gomes¹, Rosileide Alves Livramento²

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

Introdução: A fibromialgia é uma doença autoimune ou baseada em inflamação, mas pesquisas sugerem que o sistema nervoso está envolvido. Sendo caracterizada por dor generalizada e sensibilidade (sensibilidade ao toque). Ela é uma patologia que se não for tratada de forma adequada por acabar comprometendo a mobilidade diária do indivíduo. Por isso, é importante que esses indivíduos busquem tratamento profissional, para que a qualidade de vida não seja tão afetada. Dessa forma, a fisioterapia é importante para o tratamento da fibromialgia pois ela atua na redução dos principais sintomas que essa doença causa, como a dor nas articulações. A fisioterapia também exerce função sobre as habilidades funcionais do corpo, sendo importante para a fase aguda da fibromialgia. **Objetivo:** O presente estudo tem como objetivo relacionar as técnicas fisioterapêuticas ao alcance de resultados relevantes no tratamento da fibromialgia. **Metodologia:** A abordagem utilizada neste estudo é a bibliográfica, onde será usado estudos e fontes secundárias para dar o embasamento teórico necessário a pesquisa. Apresentando informações e dados coletados de pesquisas anteriormente desenvolvidas. **Resultados:** Os resultados esperados para esta pesquisa visam alcançar os objetivos estabelecidos neste projeto, com o intuito de esclarecer sobre o contexto da atuação da fisioterapia no tratamento da fibromialgia. **Considerações finais:** O estudo mostrou ser essencial a atuação do profissional de fisioterapia no tratamento da fibromialgia. É sugerido que seja abordada de forma mais específica a importância dos métodos utilizados em estudos futuros.

Palavras Chaves: Fisioterapia; fibromialgia; tratamento; reabilitação.

THE RELEVANCE OF PHYSIOTHERAPEUTIC FOLLOW-UP IN INDIVIDUALS WITH FIBROMYALGIA: LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Introduction: Fibromyalgia is an autoimmune or inflammation-based disease, but research suggests that the nervous system is involved. It is characterized by generalized pain and tenderness (sensitivity to touch). It is a pathology that, if not treated appropriately, can end up compromising the individual's daily mobility. Therefore, it is important that these individuals seek professional treatment, so that their quality of life is not affected as much. Therefore, physiotherapy is important for the treatment of fibromyalgia as it works to reduce the main symptoms that this disease causes, such as joint pain. Physiotherapy also plays a role in the body's functional abilities, being important for the acute phase of fibromyalgia. **Objective:** The present study aims to relate physiotherapeutic techniques to achieving relevant results in the treatment of fibromyalgia. **Methodology:** The approach used in this study is bibliographic, where studies and secondary sources will be used to provide the necessary theoretical basis for the research. Presenting information and data collected from previously developed research. **Results:** The expected results of this research aim to achieve the objectives established in this project, with the aim of clarifying the context of physiotherapy's role in the treatment of fibromyalgia. **Final considerations:** The study showed that the role of a physiotherapy professional in the treatment of fibromyalgia is essential. It is suggested that the importance of the methods used in future studies be addressed more specifically.

Keywords: Physiotherapy; fibromyalgia; treatment; rehabilitation.

¹ Acadêmica do curso de Fisioterapia do Centro Universitário FAMETRO.

² Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário FAMETRO

Dados da publicação: Artigo recebido em 07 de Outubro e publicado em 17 de Novembro de 2023.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2023v5n5p3227-3238>

Autor correspondente: *Tayanny Pinto Gomes* - tayannygomes07@gmail.com





INTRODUÇÃO

A fibromialgia é classificada como um distúrbio do sistema musculoesquelético associado a transtornos mentais somatoformes. Vários pesquisadores tentaram identificar os mecanismos fisiopatológicos responsáveis pela doença, com hipóteses recentes incluindo percepção anormal e integração de doadores pelo sistema nervoso central (WIBELINGER, 2019).

Essa doença é um distúrbio crônico (de longa duração) que causa dor e sensibilidade por todo o corpo, além de fadiga e dificuldade para dormir. Não há cura para a fibromialgia, mas os médicos e outros profissionais de saúde podem ajudar a controlar e tratar os sintomas. O tratamento normalmente envolve uma combinação de exercícios ou outras terapias de movimento, terapia psicológica e comportamental e medicamentos (AZEVEDO, 2019).

Tal doença afeta 2 a 4% das pessoas, as mulheres com mais frequência do que os homens. Ela é uma doença autoimune ou baseada em inflamação, mas pesquisas sugerem que o sistema nervoso está envolvido (HEYMANN et al., 2017). Sabe-se que cerca de 6% da população mundial é afetada por essa doença, dentre essa porcentagem de 70% são do sexo feminino (HAÜSER, 2018).

A fisiopatologia da fibromialgia não está totalmente definida, mas as alterações características nas alterações do padrão de sono dos transmissores neuroendócrinos (por exemplo, serotonina, substância P, cortisol) sugerem que a modulação dos sistemas autonômico e neuroendócrino constituem a patologia da doença Base fisiológica. A dor crônica associada pode ser resultado da interação de múltiplos mecanismos (AZEVEDO, 2019).

Segundo Azevedo (2019) essa doença é caracterizada por dor generalizada e sensibilidade (sensibilidade ao toque). A dor e a ternura tendem a ir e vir e se mover pelo corpo. Outros sintomas incluem fadiga, sono, memória e problemas de humor. O diagnóstico pode ser feito com um exame cuidadoso.

Existem várias opções de tratamento que devem ser individualizadas para cada paciente. O tratamento é multidisciplinar, multimodal e deve visar tanto tratamentos farmacológicos quanto não farmacológicos. O envolvimento do paciente também está incluído, e a tecnologia deve ser programada para fornecer um tratamento mais bem-sucedido (AMMAD, 2018).



A melhor compreensão sobre a atuação da fisioterapia na fibromialgia é importante para a disseminação da eficácia do tratamento não farmacológico para evitar que indivíduos acometidos por essa patologia se tornem incapacitados de realizar atividades cotidianas (BARBOSA; SILVA, 2021).

Esta pesquisa tem como justificativa a importância do acompanhamento fisioterapêutico em pacientes com fibromialgia, visto que essa doença não possui cura, o que demanda a utilização constante de medicamentos para alívio dos sintomas. Por esse contexto que se torna importante e justificável o desenvolvimento de estudos que relacionem a utilização da fisioterapia como tratamento alternativo para o alívio dos sintomas da fibromialgia.

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo relacionar as técnicas fisioterapêuticas ao alcance de resultados relevantes no tratamento da fibromialgia.

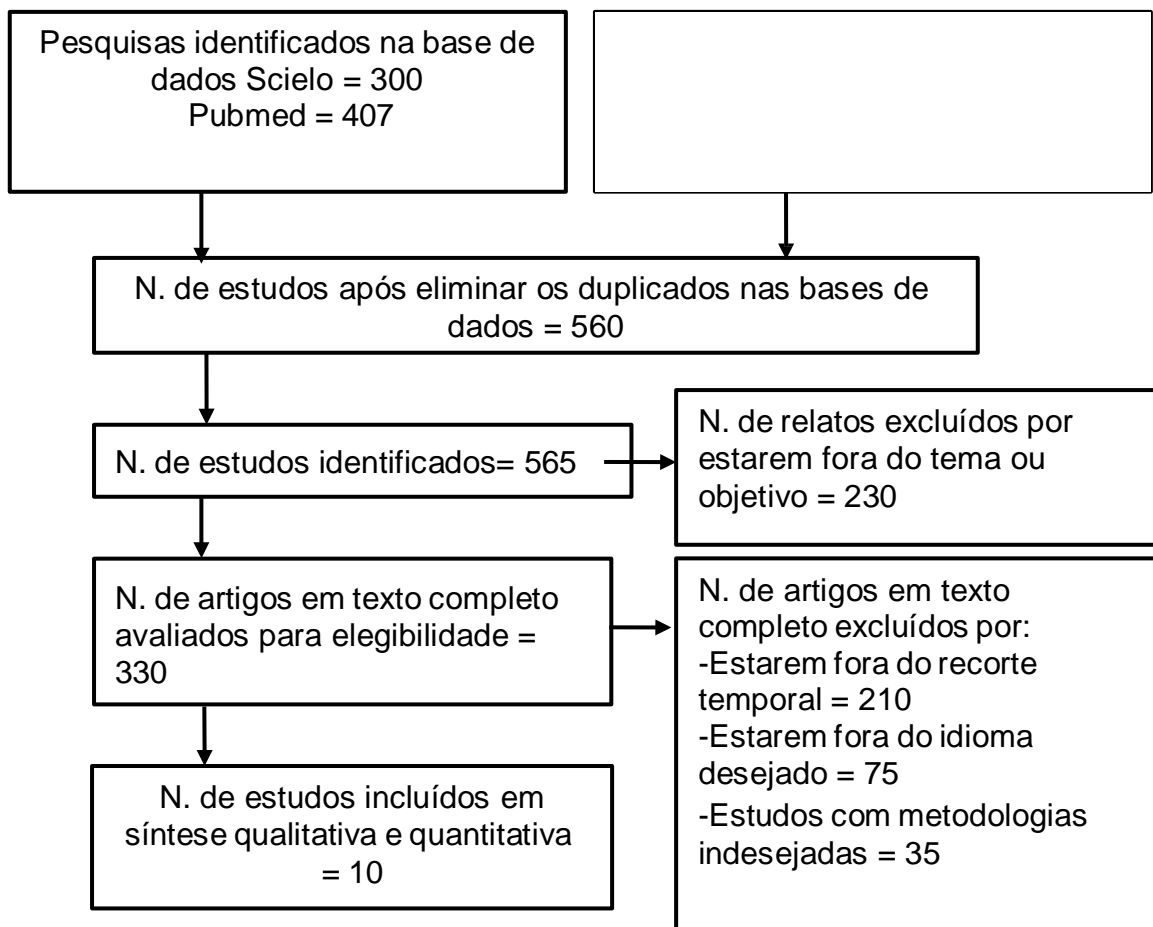
METODOLOGIA

A presente pesquisa é classificada de acordo com sua metodologia de revisão de literatura, sendo caracterizada com abordagem qualitativa. Por se tratar de uma pesquisa baseada em análise bibliográfica, o local de pesquisa foi: Biblioteca física da universidade; plataforma de acervos eletrônicos, especificamente foi utilizado o Scielo (Scientific Electronic Library Online) e o LILACS.

Para seleção dos estudos foram utilizados critérios de inclusão e exclusão, o que facilitou a elegibilidade e filtros dos estudos identificados nas bases de dados. Os critérios de Inclusão foram: data de publicação mínima no ano de 2013; publicação de órgãos da saúde e pesquisas com acesso completo. Os critérios de exclusão foram: pesquisas de revisão de literatura; duplicados nas bases de dado e objetivo de pesquisa sem relação com a fibromialgia.

Foram selecionados 10 artigos científicos selecionados nas bases de dados eletrônicas. 5 artigos retirados do Scielo e 5 do LILACS. Além disso, foram selecionados 3 livros impressos e 2 e-books. Foram utilizados 3 livros do acervo pessoal e foram utilizados 2 e-book online.

Figura 1. Fluxograma da elegibilidade de estudos nas bases de dados.



Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela 1 apresenta os 10 principais estudos mais relevantes encontrados sobre o tema abordado. Essa seleção foi realizada após a exclusão de 697 estudos identificados nas bases de dados e excluídos de acordo com os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos.

Tabela 1. Resultados dos principais estudos selecionados.

Ano	Autor	Título	Base de dados	Resultados encontrados
2013	Jahan et al.,	Síndrome da fibromialgia: uma visão geral da fisiopatologia, diagnóstico e tratamento.	PUBMED	A realização de exercício aeróbico na intervenção do fisioterapeuta se mostrou eficiente para redução da sintomatologia da fibromialgia.



A RELEVÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM INDIVÍDUOS COM FIBROMIALGIA: REVISÃO DE LITERATURA

Gomes e Livramneto

2017	Kwiatek	Tratamento da fibromialgia	PUBMED	A fisioterapia em pacientes com fibromialgia atuou no alívio das dores nas articulações sentidas pelos pacientes.
2018	Ammad	Eficácia comparativa de intervenções farmacológicas e não farmacológicas no gerenciamento de resultados primários e secundários da síndrome de fibromialgia.	SCIELO	O tratamento com a acompanhamento e intervenção do profissional de fisioterapia foi indicado para pacientes com fibromialgia para intervenção não farmacológica.
2017	Heymann et al.,	Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia.	SCIELO	O estudo mostrou que o tratamento da fibromialgia em determinados pacientes pode atuar apenas na dor de forma momentânea, sendo necessário acompanhamento fisioterapêutico regular para manutenção da qualidade de vida.
2018	Morgan et al.,	Diagnóstico e tratamento de síndromes e distúrbios dolorosos comuns.	PUBMED	Os exercícios no acompanhamento fisioterapêutico se mostraram eficazes para redução de dor, insônia e sofrimento psíquico.
2018	Marques et al.,	Ultrassom terapêutico e fotobiomodulação aplicados na palma das mãos: um novo tratamento para a fibromialgia?	SCIELO	A fisioterapia foi identificada como tratamento essencial não farmacológico para controle da sintomatologia em paciente com fibromialgia.
2018	Aman et al.,	Terapias não farmacológicas baseadas em evidências para fibromialgia	PUBMED	Foi identificada a necessidade do acompanhamento com fisioterapeuta em pacientes com fibromialgia para melhora das queixas principais.



2018	Siena e Marrone	Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais.	SCIELO	Sintomas da fibromialgia podem ser controlados pela atuação de práticas e intervenções da fisioterapia.
2019	Häuser et al.,	Síndrome de fibromialgia: diagnóstico insuficiente, excessivo e incorreto.	SCIELO	Foi identificado que o grupo de participantes com fibromialgia que realizaram exercício de resistência com o fisioterapeuta tiveram resposta significantes nos sintomas quando comparado ao grupo que não teve intervenção com o fisioterapeuta.

Fonte: Elaborada pela autora, 2023.

Foi identificado no estudo de Kwiatek (2017) quando a fibromialgia é crônica, não existe um tratamento amplamente eficaz, apenas o alívio dos sintomas que é localizado. Dessa forma, o estudo mostrou que os profissionais de saúde devem apoiar os pacientes e fornecer compreensão para que os portadores da síndrome possam conviver como a recuperação espontânea é improvável. Nesse mesmo sentido, o estudo de Ammad (2018) mostrou que existem várias opções de tratamento que devem ser individualizadas para cada paciente. O tratamento é multidisciplinar, multimodal e deve visar tanto tratamentos farmacológicos quanto não farmacológicos. O envolvimento do paciente também está incluído e a tecnologia deve ser programada para fornecer um tratamento mais bem-sucedido.

Nesse sentido de tratamento não farmacológico o estudo de Siena e Marrone (2018) descreveu que os sintomas dessa síndrome podem ser controlados pela atuação de práticas e intervenções da fisioterapia de pessoas com fibromialgia, por exemplo, a inatividade gera dor e pode interferir na qualidade do sono. Este é um dos sintomas mais complexos da fibromialgia, incluindo ou excluindo alguns exercícios do tratamento, além do excesso de peso, que também pode afetar e pode ser controlado com a prática de movimentação saudável e equilibrada.

O estudo de Shinjo et al., (2020) mostrou que o paciente deve respeitar seus limites físicos, pois, quando ultrapassados, pode-se esperar o efeito contrário, podendo exacerbar a dor e a fadiga. Complementando o resultado apresentado neste estudo, a pesquisa de Carvalho et al., (2020) também apresentou resultado



semelhante, acrescentando que o acompanhamento psicológico ou mesmo psiquiátrico pode ser necessário quando se desenvolvem sintomas relacionados à ansiedade e à depressão. Nesse segmento a pesquisa de Carvalho et al., (2020) mostrou que para melhor se adaptar ao tratamento, o paciente deve compreender melhor sua patologia, e eles devem esclarecer não só as preocupações do paciente, mas também as de sua família para que possam entendê-lo melhor e fornece o suporte necessário.

Nesse mesmo contexto, sobre o segmento de tratamento adequado o estudo de Sarzi-puttini et al., (2020) apresentou que a fisioterapia é projetada para proporcionar alívio da dor com base no mecanismo de ação de cada exercício, mas estão associados a possíveis resultados em curto prazos. No entanto, a pesquisa de Ammad (2018) mostrou que em tratamentos não farmacológicos alternativos, pode ter a magnitude de efeitos multidimensionais como tratamento fisioterapêutico no tratamento da fibromialgia, no entanto, essa terapia permanece um tanto controversa e requer mais estudos com maior qualidade de evidência.

Esses resultados vão de acordo com o encontrado na pesquisa de Jahan et al., (2013) que mostrou que o exercício aeróbico melhorou os resultados de qualidade de vida relacionados à saúde (bem-estar geral), intensidade da dor, capacidade de realizar atividades da vida diária (física funcional) e rigidez. Comparado com nenhuma intervenção, o exercício aquático foi capaz de promover melhorias na aptidão geral, função física, intensidade da dor, rigidez, força muscular e aptidão cardiorrespiratória submáxima; no entanto, apenas melhorias nos resultados de rigidez e força muscular foram clinicamente significativas.

Em contrapartida, a pesquisa realizada por Barbosa e Silva (2021) fez a comparação com o exercício aeróbico, e foi identificado que o exercício de flexibilidade não promoveu nenhuma melhora clinicamente importante na saúde geral, função física, intensidade da dor e fadiga; esta revisão mostrou apenas melhorias nos resultados de rigidez. Além de reduzir a intensidade da dor, fadiga e rigidez, o exercício misto (definido como dois ou mais tipos de exercício) foi eficaz em melhorar a qualidade de vida relacionada à saúde e a função física em comparação com o grupo controle da lista de espera.

De acordo com a pesquisa de Häuser et al., (2019) o exercício de resistência



melhorou os resultados para a saúde geral, função física, intensidade da dor, sensibilidade à palpação e força muscular em comparação com nenhuma intervenção.

Para Heymann et al., (2017) o problema com o tratamento da doença musculoesquelética crônica é que várias intervenções nem todas são eficazes, portanto, o tamanho do efeito dessas intervenções é apenas considerado para resultados clínicos, como dor e qualidade de vida.

Segundo Morgan et al., (2018) os exercícios utilizados na fisioterapia ajudam a gerenciar melhor os sintomas associados à patologia. O tratamento é sempre iniciado em intensidade baixas e aumentado conforme necessário. Os exercícios de primeira escolha devem ser escolhidos com base na condição de fibromialgia de cada indivíduo, pois ajudam a controlar melhor os principais sintomas de cada paciente, como dor, insônia e sofrimento psíquico, mais suscetíveis a esse tratamento.

Nesse contexto, segundo Marques et al., (2018) as terapias não farmacológicas são importantes para abordar consequências funcionais como dor, fadiga, insônia, e também têm alcançado sucesso terapêutico nas abordagens mais relevantes da literatura, como educação do estilo de vida do paciente, acupuntura, meditação, exercícios de educação física etc.

De acordo com Aman et al., (2018) a educação da pessoa de fibromialgia é fundamental para o controle da doença, o envolvimento da terapêutica que irá seguir, é importante que o portador seja seguido por uma equipe multidisciplinar como: psicólogos da dor, nutricionistas e fisioterapeutas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi identificado que a fisioterapia é importante para o tratamento da fibromialgia pois ela atua na redução dos principais sintomas que essa doença causa, como a dor nas articulações. A fisioterapia também exerce função sobre as habilidades funcionais do corpo, sendo importante para a fase aguda da fibromialgia.

Além disso, foi possível compreender que a atuação do fisioterapeuta no contexto da fibromialgia pode estar relacionada ao diagnóstico, visto que o fisioterapeuta identifica os relatos dos sintomas do paciente, realizando a análise física e testes com ferramentas e técnicas da fisioterapia, sendo levado em consideração a presença de sensibilidade à pressão ou pontos sensíveis em um número específico de certos pontos. Sendo realizado um exame físico pode ser útil para detectar



sensibilidade e excluir outras causas de dor muscular.

REFERÊNCIAS

- AMAN, M. M.; YONG, J.; KAYE, A. D. et al. Evidence-based non-pharmacological therapies for fibromyalgia. **Current pain and headache reports**, v. 22, n. 5, p. 1-5, 2018.
- AMMAD, N. Comparative Efficacy of Pharmacological and Nonpharmacological Interventions in Managing Primary and Secondary Outcomes of Fibromyalgia Syndrome. **Medical Student Research Journal**, v. 6, n. (1), 11-20, 2018.
- AZEVEDO, Pedro Ming. **A ciência da dor: sobre fibromialgia e outras síndromes dolorosas**. Editora Unesp, 2019.
- BARBOSA, Rafael Inácio; SILVA, Marcelo Faria. **Fisioterapia traumato-ortopédica**. Artmed Editora, 2021.
- BAZZICHI L et al. One year in review 2020: fibromyalgia. **Clin Exp Rheumatol**. 2020;38 Suppl 123(1):3–8. Epub 2020 Feb 21.
- BENTES, R.S., et., al. Síndrome da Fibromialgia e Transtorno Depressivo: uma análise de estudos transversais e longitudinais. **Braz Journal Health R**. São Paulo, v.3, n.4, p. 123-9, 2020.
- BRIONES-Vozmediano E. The social construction of fibromyalgia as a health problem from the perspective of policies, professionals, and patients. **Global Health Action**. 2017;10(1):1275191. <https://doi.org/10.1080/16549716.2017.1275191>
- CARVALHO, L. P. N. et al. Efeitos da meditação associada a educação em neurociências da dor em adultos com fibromialgia: ensaio clínico controlado e randomizado. SMAD, **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas**, v. 16, n. 3, p. 3-13, 2020.
- CORREA-RODRÍGUEZ M, et al. Dietary inflammatory index scores are associated with pressure pain hypersensitivity in women with fibromyalgia. **Pain Medicine**, v. 21, n. 3. p. 586-94, 2020.
- COSTA, Samara Maria Lopes et al. Aspectos clínicos e principais formas de tratamento para Fibromialgia-Revisão de Literatura. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 11, p. e729119495-e729119495, 2020
- HAÜSER W, Fitzcharles MA. Facts and myths pertaining to fibromyalgia. **Dialogues Clin Neurosci**. 2018;20(1):53–62. <https://doi.org/10.31887/dcns.2018.20.1/whauser>
- HÄUSER, W, et al. Fibromyalgia syndrome: under-, over- and misdiagnosis. **Clinical and Experimental Rheumatology**, v. 37, n. (1): S90-S97, 2019.
- HAUSER, W., C., J. D., FITZCHARLES, M.A. Treat-to Target Strategy for



Fibromyalgia: opening the Dialogue. **Arthirites. Care e Ressarch**, p.69,n. (4): p.462-466, 2017.

HAWKINS, R. A. Fibromyalgia: a clinical update. **Journal of Osteopathic Medicine**, v. 113, n. 9, p. 680-689, 2013.

HEYMANN, R. E. et al. Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, [s. l.], v. 50, n. 1, p. 56-66, 2017.

HEYMANN, Roberto E. et al. Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 57, p. s467-s476, 2017.

JAHAN, F.; NANJI, K.; QIDWAI, W. et al. Fibromyalgia syndrome: an overview of pathophysiology, diagnosis and management. **Oman medical journal**, v. 27, n. 3, p. 192, 2013.

JUNIOR, Milton Helfenstein; GOLDENFUM, Marco Aurélio; SIENA, César Augusto Fávaro. Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 58, n. 3, p. 358-365, 2012.

KWIATEK, R. Treatment of fibromyalgia. **Australian prescriber**, v. 40, n. 5, p. 179-183, 2017.

MARQUES , Franco, D. et al. Therapeutic Ultrasound and Photobiomodulation Applied on the Palm of Hands: A New Treatment for Fibromyalgia? A Man Case Study. **Journal of Novel Physiotherapies**, [s. l.], v. 08, n. 06, 2018.

MCALLISTER SJ et al. Psychological Resilience, Affective Mechanisms, and Symptom Burden in a Tertiary Care Sample of Patients with Fibromyalgia. **Stress Health**. 2015;31(4):299–305. <https://doi.org/10.1002/smi.2555>

MORGAN, B.; WOODEN, S. Diagnosis and treatment of common pain syndromes and disorders. **Nursing Clinics**, v. 53, n. 3, p. 349-360, 2018.

PULIDO-Martos M et al. Physical and psychological paths toward less severe fibromyalgia: A structural equation model. **Ann Phys Rehabil Med**. 2020;63(1):46–52. <https://doi.org/10.1016/j.rehab.2019.06.017>.

VALVERDE, Ana et al. Programa de Fisioterapia para Indivíduos com Fibromialgia. In: **XVII Congresso Português de Reumatologia**. 2014.

WIBELINGER, Lia Mara. **Fisioterapia em reumatologia**. Thieme Revinter Publicações LTDA, 2019.