

A abordagem contemporânea e as novas tendências para o manejo da fibromialgia

The contemporary approach and new trends in the management of fibromyalgia

El enfoque contemporáneo y las nuevas tendencias en el tratamiento de la fibromialgia

Recebido: 19/08/2024 | Revisado: 26/08/2024 | Aceitado: 26/08/2024 | Publicado: 30/08/2024

Ana Tercia Beltrame Carvalho

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-1555-3642>
Faculdade de Saúde e Ecologia Humana, Brasil
E-mail: anaterciabc@gmail.com

Enzo Brito Teixeira

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7705-5079>
Faculdade de Saúde e Ecologia Humana, Brasil
E-mail: enzobritoteixeira1@gmail.com

Ana Carolina Santos de Oliveira

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-1686-9824>
Universidade José do Rosário Velano, Brasil
E-mail: acsdo.projeto@gmail.com

Natália Giacomini Lima

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-2963-5755>
Universidade Federal do Espírito Santo, Brasil
E-mail: nati.giacomini@gmail.com

Júlia Bueno Amarante Melo

ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-6220-5426>
Faculdade de Saúde e Ecologia Humana, Brasil
E-mail: julia-amarante@hotmail.com

Resumo

Introdução: A fibromialgia é uma condição crônica caracterizada por dor musculoesquelética difusa e uma série de sintomas como fadiga, distúrbios do sono e problemas cognitivos, sendo responsável por afetar e comprometer diversos âmbitos da vida dos pacientes acometidos. **Objetivo:** Essa revisão integrativa da literatura teve como objetivo reunir informações gerais sobre a fibromialgia e as novas formas de se abordar essa doença. **Materiais e Métodos:** Esse estudo é definido como uma revisão integrativa de literatura acerca das características clínicas gerais sobre a fibromialgia e suas formas de abordagem. Foi utilizada a estratégia PICO para a elaboração de uma pergunta norteadora. Outrossim, realizou-se o cruzamento dos descritores “Fibromialgia”; “Manejo”; “Propedêutica”, nas bases de dados National Library of Medicine (PubMed MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Ebscohost, Google Scholar e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). **Resultados e Discussão:** Os artigos demonstraram que a fibromialgia é uma doença que compromete diversas áreas da vida do paciente. Também foi estabelecido que sua etiopatologia é multifatorial, havendo grande influência genética para as manifestações dos sintomas. **Conclusão:** Nesse contexto, a fibromialgia é uma doença reumatológica crônica que não tem cura. O diagnóstico é eminentemente clínico e complementado por exames laboratoriais. O tratamento, hoje, envolve medidas farmacológicas e não farmacológicas, devendo ser elaborado um plano terapêutico individualizado para cada paciente, com o intuito de melhorar o prognóstico desses indivíduos.

Palavras-chave: Fibromialgia; Propedêutica; Manejo.

Abstract

Introduction: Fibromyalgia is a chronic condition characterized by diffuse musculoskeletal pain and a series of symptoms such as fatigue, sleep disorders and cognitive problems, and is responsible for affecting and compromising various areas of the lives of affected patients. **Objective:** This integrative literature review aimed to gather general information on fibromyalgia and the new ways of approaching this disease. **Materials and Methods:** This study is defined as an integrative literature review on the general clinical characteristics of fibromyalgia and the ways of approaching it. The PICO strategy was used to develop a guiding question. Furthermore, the descriptors “Fibromyalgia”; “Management”; “Propaedeutics” were cross-referenced in the National Library of Medicine (PubMed MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Ebscohost, Google Scholar and Virtual Health Library (VHL) databases. **Results and Discussion:** The articles showed that fibromyalgia is a disease that compromises several areas of the patient's life. It was also established that its etiopathology is multifactorial, with a major genetic influence on symptom manifestations. **Conclusion:** In this context, fibromyalgia is a chronic rheumatological disease that has no cure. Diagnosis is eminently clinical and complemented by laboratory tests. Treatment today involves pharmacological and non-pharmacological measures, and an individualized therapeutic plan should be drawn up for each patient in order to improve their prognosis.

Keywords: Fibromyalgia; Propaedeutics; Management.

Resumen

Introducción: La fibromialgia es una enfermedad crónica caracterizada por dolor musculoesquelético difuso y una serie de síntomas como fatiga, trastornos del sueño y problemas cognitivos, y es responsable de afectar y comprometer diversas áreas de la vida de los pacientes afectados. **Objetivo:** Esta revisión bibliográfica integradora pretendía recopilar información general sobre la fibromialgia y las nuevas formas de abordar esta enfermedad. **Materiales y Métodos:** Este estudio se define como una revisión integradora de la literatura sobre las características clínicas generales de la fibromialgia y las formas de abordaje de la misma. Se utilizó la estrategia PICO para elaborar una pregunta guía. Además, se cruzaron los descriptores “Fibromialgia”; “Gestión”; “Propedéuticos” en las bases de datos National Library of Medicine (PubMed MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Ebscohost, Google Scholar y Virtual Health Library (BVS). **Resultados y Discusión:** Los artículos mostraron que la fibromialgia es una enfermedad que compromete varias áreas de la vida del paciente. También se estableció que su etiopatogenia es multifactorial, con una importante influencia genética en las manifestaciones de los síntomas. **Conclusión:** En este contexto, la fibromialgia es una enfermedad reumatológica crónica que no tiene cura. El diagnóstico es eminentemente clínico y se complementa con pruebas de laboratorio. El tratamiento hoy en día incluye medidas farmacológicas y no farmacológicas, y se debe elaborar un plan terapéutico individualizado para cada paciente con el fin de mejorar su pronóstico.

Palabras clave: Fibromialgia; Propedéutica; Manejo.

1. Introdução

Uma concepção hodierna acerca da dor é que ela pode ser considerada o quinto sinal vital, havendo a necessidade de ser examinada assim como os outros. Ela pode ser definida como uma experiência nociceptiva associada a dano potencial ou real das estruturas do organismo, sendo influenciada e modulada por fatores intrínsecos e extrínsecos a quem a sente. Nesse contexto, é válido dizer, então, que a concepção algica é caracterizada por uma visão pessoal e subjetiva, envolvendo múltiplas nuances para sua correta interpretação (Abrão et al., 2024).

Entre as condições que provocam quadros de dor crônica, a Síndrome da Fibromialgia representa uma importante questão de saúde pública, acometendo entre 2 e 3% da população brasileira, conforme aponta a Sociedade Brasileira de Reumatologia. Essa condição adquiriu a definição sindrômica pelo fato da ampla diversidade de sintomas apresentados pelos pacientes, embora o envolvimento dos sistemas osteomuscular e a associação com transtornos do humor, como a depressão, sejam as apresentações mais marcantes. Diante disso, é importante ressaltar as implicações que essa doença provoca na vida do paciente, seja de forma direta, como os altos custos das medicações, seja de maneira indireta, exemplificada pela perda de produtividade (Athayde et al., 2022).

Epidemiologicamente, a fibromialgia apresenta algumas variáveis de predileção. Estudos indicam que ela afeta principalmente mulheres, com uma razão de aproximadamente 7:1 em comparação com os homens. Em relação à idade, a grande maioria dos trabalhos apontam que o pico de incidência para a manifestação dos sintomas seja entre os 30 e os 50 anos de idade. No que tange à evolução do conhecimento ao longo do tempo, a fibromialgia foi reconhecida como uma entidade clínica distinta na década de 1970, embora descrições de condições semelhantes datem de muito antes. O termo "fibrosite", utilizado inicialmente no início do século 20, foi substituído por "fibromialgia" na década de 1970, refletindo uma compreensão mais moderna da condição, que descartava a ideia de inflamação muscular em favor de uma disfunção na percepção da dor (Bezerra et al., 2021; Carvalho et al., 2021).

O diagnóstico de fibromialgia muitas vezes é desafiador, devido à natureza inespecífica dos sintomas e à falta de biomarcadores definitivos. A conscientização sobre a doença no Brasil está aumentando, mas ainda há uma necessidade significativa de educação para profissionais de saúde e para o público geral para melhorar a detecção precoce e o manejo adequado. Contudo, ainda há uma necessidade de mais estudos e políticas públicas específicas para abordar a fibromialgia, melhorar o diagnóstico precoce, promover a educação sobre a condição e otimizar o acesso ao tratamento (Friedrich et al., 2020).

O objetivo desta revisão, portanto, é identificar na literatura existente, relatos e informações sobre a fibromialgia, enfatizando, também, as manifestações clínicas e os mecanismos fisiopatológicos que podem estar associados, assim como aspectos ligados ao diagnóstico e ao tratamento, sobretudo, das novas formas de abordagem e manejo da doença em questão.

O objetivo desta revisão, portanto, é identificar na literatura existente, relatos e informações sobre o cisto de Baker, enfatizando as manifestações clínicas que podem estar associadas, assim como aspectos ligados ao diagnóstico e ao tratamento que pode ser ofertado aos pacientes.

2. Metodologia

A revisão integrativa da literatura é uma metodologia que permite a síntese do conhecimento existente sobre um tema específico, englobando estudos com diferentes abordagens, como quantitativos, qualitativos e teóricos (Souza et al., 2010).

O primeiro passo é a identificação de uma questão de pesquisa clara e específica. Neste estudo, a questão foi formulada utilizando a estratégia PICO, que auxilia na estruturação da pergunta de pesquisa, dividindo-a em quatro componentes: Paciente/Problema/População (P), Intervenção (I), Comparação (C) e Outcomes/Desfechos (O). Para a questão: “Quais são as abordagens contemporâneas e as novas tendências para o manejo da fibromialgia?”, os componentes PICO são: P - pacientes diagnosticados com fibromialgia; I - intervenções contemporâneas, como terapias farmacológicas e não farmacológicas recentes; C - intervenções convencionais ou padrão anterior de tratamento; e O - eficácia no manejo dos sintomas, melhora da qualidade de vida e adesão ao tratamento.

A seleção dos estudos foi realizada em bases de dados indexadas, utilizando descritores controlados como os termos Medical Subject Headings (MeSH) e Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). As bases de dados consultadas podem incluir MEDLINE/PubMed, SciELO, LILACS e Cochrane Library. Os descritores utilizados foram: Fibromialgia; Tratamento; Propedêutica. Para o cruzamento das palavras chaves utilizou-se os operadores booleanos “and”, “or”, “not”, “e”, “ou”, “não”, “y”, “o bien” e “no”.

A busca foi realizada nos meses de junho e julho de 2024. Os critérios de inclusão foram: artigos escritos em inglês, espanhol e português, publicados entre 2020 e 2024, que abordassem o tema em questão e estivessem disponíveis eletronicamente em formato integral. Foram excluídos os artigos que não estavam nesses idiomas, que não passaram por revisão por pares ou que não focaram no manejo da fibromialgia, especialmente em relação aos aspectos clínicos e prognósticos.

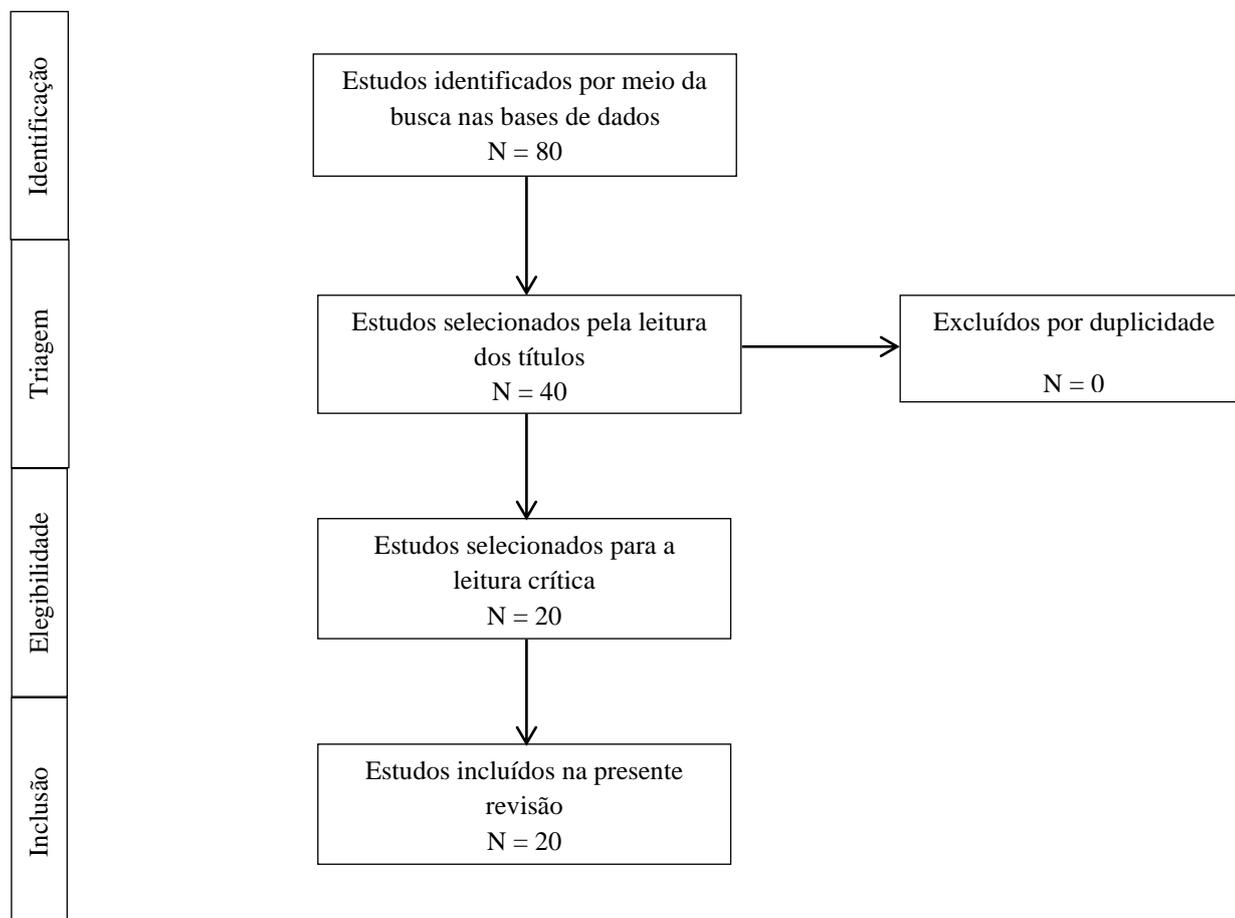
Após a etapa de levantamento das publicações, foram encontrados 80 artigos, que foram analisados inicialmente através da leitura dos títulos e resumos, levando em consideração os critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos. Nesse processo de seleção, 40 artigos foram selecionados para uma leitura completa. Durante essa leitura integral, 20 artigos foram excluídos por se enquadrarem nos critérios de exclusão. Assim, 20 artigos foram selecionados para a análise final e construção desta revisão.

A análise e síntese dos resultados foram feitas a partir dos dados extraídos dos estudos incluídos, organizados em uma matriz de síntese detalhada. Nessa matriz, estão descritos aspectos como os autores, o ano de publicação e a metodologia de estudo empregada no trabalho analisado. A análise pode ser qualitativa, destacando as tendências emergentes e as abordagens mais eficazes, ou quantitativa, se os dados permitirem uma meta-análise.

Por fim, os resultados da revisão integrativa foram apresentados de forma coesa e clara, discutindo as descobertas à luz da literatura existente. Houve a ênfase das implicações clínicas, as lacunas de conhecimento identificadas e as recomendações para pesquisas futuras. Além disso, foram incluídas uma tabela e uma figura resumindo os principais resultados, facilitando a compreensão dos leitores e contribuindo para o avanço do conhecimento sobre o manejo da fibromialgia.

A seguir, a figura 1 esquematiza a metodologia empregada na elaboração dessa revisão, destacando as etapas que foram realizadas para contemplar o objetivo proposto.

Figura 1 - Organização e seleção dos documentos para esta revisão.



Fonte: Dados da Pesquisa (2024).

3. Resultados e Discussão

A Tabela 1 sintetiza os principais artigos que foram utilizados na presente revisão de literatura, contendo informações relevantes sobre os mesmos, como os autores do estudo, o ano de publicação, o título e a metodologia do estudo realizado.

Tabela 1 – Visão geral dos estudos incluídos nessa revisão sistemática sobre o manejo da fibromialgia.

Estudo	Título	Metodologia do Estudo
1. Abrão et al., (2024)	Modulação da Dor em Pacientes com Fibromialgia e o Tratamento com Canabidiol	Revisão de Literatura
2. Arantes et al., (2022)	Fibromialgia e exercícios físicos: uma revisão de literatura	Revisão de Literatura
3. Athayde et al., (2022)	Uma abordagem geral da Fibromialgia: revisão de literatura	Revisão de Literatura
4. Bezerra et al., (2021)	Fibromialgia: Uma Histeria Contemporânea	Revisão de Literatura
5. Carvalho et al., (2021)	Dor na fibromialgia e sono: uma revisão de literatura	Revisão de Literatura

6.	Carvalho et al., (2022)	Tratamentos Atuais Disponíveis para Fibromialgia: Revisão integrativa	Revisão de Literatura
7.	Carvalho et al., (2024)	Treinamento de Força e Resistência Muscular para Pacientes com Fibromialgia: Uma Revisão de Literatura	Revisão de Literatura
8.	Costa et al., (2020)	Aspectos clínicos e principais formas de tratamento para Fibromialgia - Revisão de Literatura	Revisão de Literatura
9.	Friedrich et al., (2020)	Fibromialgia: Importância do Conhecimento da Doença e Seus Tratamentos	Revisão de Literatura
10.	Garcia et al., (2023)	O manejo da dor em indivíduos que possuem fibromialgia: uma revisão integrativa de literatura	Revisão de Literatura
11.	Gomes et al., (2022)	Possíveis hipóteses fisiopatológicas da fibromialgia: uma revisão integrativa de literatura	Revisão de Literatura
12.	Gomes et al., (2023)	A Relevância do Acompanhamento Fisioterapêutico em Indivíduos com Fibromialgia: Revisão de Literatura	Revisão de Literatura
13.	Macedo et al., (2024)	História clínica da fibromialgia: Importância da avaliação da dor no diagnóstico e o impacto na qualidade de vida dos pacientes	Revisão de Literatura
14.	Morales et al., (2023)	Aspectos psiquiátricos na Fibromialgia: uma revisão de literatura	Revisão de Literatura
15.	Neto et al., (2020)	A Importância da Interdisciplinaridade para Manutenção da Qualidade Vida de Pacientes com Fibromialgia	Revisão de Literatura
16.	Pita et al., (2022)	Fibromialgia Associada aos Transtornos Mentais: Depressão e Ansiedade	Revisão de Literatura
17.	Roque et al., (2024)	Alterações Leucocitárias em Pacientes com Fibromialgia: Revisão da Literatura	Revisão de Literatura
18.	Takemura et al., (2021)	Efeitos do tratamento com acupuntura em pacientes com fibromialgia – revisão de literatura	Revisão de Literatura
19.	Trevisan et al., (2022)	Diagnóstico e tratamento da fibromialgia: uma revisão integrativa	Revisão de Literatura
20.	Vilaça et al., (2024)	Protocolos Fisioterapêuticos para o Tratamento de Pacientes Fibromiálgicos: Uma Revisão De Literatura	Revisão de Literatura

Fonte: Dados da Pesquisa (2024).

O estudo em questão analisou 20 pesquisas sobre a fibromialgia, destacando aspectos fisiopatológicos e clínicos das

doenças, além de relatar casos que foram estudados e utilizados para fundamentar o conhecimento médico. Além disso, a integração entre as teorias e os relatos de casos é crucial para uma compreensão completa da evolução natural da doença e para o desenvolvimento de novas abordagens diagnósticas e terapêuticas. Dessa forma, a análise dos casos clínicos contribui para a consolidação do conhecimento médico e possibilita a oferta de um cuidado mais qualificado para os pacientes futuros.

3.1 Etiologia e Fisiopatologia

A fibromialgia é uma condição multifatorial e complexa cuja etiologia ainda não está completamente elucidada. Todavia, pesquisas recentes têm revelado diversos fatores contributivos ao desenvolvimento dessa patologia. Em primeiro lugar, a predisposição genética desempenha um papel significativo, evidenciado pela maior prevalência da condição em parentes de primeiro grau de indivíduos afetados. Especificamente, polimorfismos em genes ligados aos sistemas serotoninérgico, dopaminérgico e catecolaminérgico têm sido associados a essa predisposição. Além disso, fatores ambientais e psicossociais, como o estresse crônico, traumas físicos ou emocionais e infecções virais, também são implicados como potenciais gatilhos. Nesse contexto, destaca-se a resposta inadequada ao estresse, caracterizada pela ativação excessiva do eixo hipotálamo-hipófise-adrenal (HPA), a qual pode exacerbar os sintomas da fibromialgia (Gomes et al., 2022).

No que tange à fisiopatologia da fibromialgia, esta envolve uma complexa interação entre múltiplos sistemas, sendo marcada, sobretudo, pelo processamento anormal da dor. A sensibilização central emerge como um dos principais mecanismos fisiopatológicos, caracterizada por um estado de hiperexcitabilidade dos neurônios no sistema nervoso central (SNC), que amplifica a percepção da dor. Consequentemente, ocorre uma resposta exacerbada a estímulos que normalmente não seriam dolorosos, fenômeno conhecido como alodinia, e uma intensificação da dor em resposta a estímulos dolorosos, denominada hiperalgesia. Ademais, a disfunção no sistema modulador descendente da dor, o qual, em condições normais, inibiria a transmissão da dor, está prejudicada em pacientes com fibromialgia, resultando em uma ineficácia na supressão da dor (Athayde et al., 2022).

Além disso, a disfunção do eixo HPA, responsável pela regulação da resposta ao estresse, é frequentemente observada em pacientes com fibromialgia. Esta disfunção resulta em níveis anormais de cortisol e em outras respostas hormonais que perpetuam a dor e a fadiga, agravando o quadro clínico. Mais recentemente, a neuroinflamação foi identificada como um componente relevante na fisiopatologia da fibromialgia, sendo vistos em estudos de neuroimagem sugerem que níveis elevados de marcadores inflamatórios, tanto no líquido cefalorraquidiano quanto no cérebro, podem contribuir para os sintomas, indicando a presença de inflamação no SNC (Gomes et al., 2022).

As alterações neuroplásticas também desempenham um papel central na fibromialgia. Especificamente, mudanças na conectividade funcional do cérebro, particularmente nas áreas envolvidas na percepção da dor, como o córtex pré-frontal, a ínsula e o tálamo, têm sido documentadas. Essas alterações refletem uma reorganização anormal das redes neurais em resposta a estímulos crônicos de dor, contribuindo assim para a persistência e amplificação dos sintomas clínicos observados na fibromialgia (Athayde et al., 2022).

Recentes avanços científicos destacam ainda a importância da ativação das células gliais, como a microglia e a astroglia, na mediação da neuroinflamação em pacientes com fibromialgia. A ativação dessas células resulta na liberação de citocinas pró-inflamatórias, que intensificam a resposta dolorosa. Além disso, há um avanço significativo na identificação de biomarcadores específicos para a fibromialgia, como níveis anormais de neurotransmissores e peptídeos no sangue e no líquido cefalorraquidiano. A avaliação desses biomarcadores poderia auxiliar tanto no diagnóstico quanto na monitorização da resposta ao tratamento (Abrão et al., 2024).

Finalmente, estudos em genômica e epigenética têm revelado alterações em genes associados à resposta ao estresse, inflamação e processamento da dor, sugerindo que a fibromialgia resulta de uma complexa interação entre predisposição genética

e fatores ambientais. Tais descobertas estão moldando a compreensão contemporânea da fibromialgia e oferecem novas perspectivas para seu manejo e tratamento, aproximando a prática médica de abordagens mais personalizadas e eficazes para os pacientes acometidos por essa condição debilitante (Roque e Silva et al., 2023).

3.2 Quadro Clínico e Diagnóstico

A fibromialgia caracteriza-se clinicamente por dor musculoesquelética crônica e generalizada, acompanhada de uma variedade de sintomas somáticos e psicológicos. A dor, que é a manifestação principal, é geralmente descrita como profunda, constante e difusa, ocorrendo em pontos específicos do corpo chamados pontos sensíveis ou "tender points". Por definição, esses pontos são áreas do corpo onde, mesmo com leve palpação, a dor é exacerbada de maneira desproporcional (Gomes et al., 2023; Vilaça et al., 2024).

Além da dor, pacientes com fibromialgia frequentemente relatam fadiga intensa e debilitante, que impacta significativamente suas atividades diárias e qualidade de vida. Distúrbios do sono, como dificuldades para adormecer, despertares frequentes e sensação de sono não restaurador, são comumente observados e agravam a sensação de cansaço. Outros sintomas incluem rigidez matinal prolongada, cefaleias, frequentemente tensionais, transtornos de humor, como depressão e ansiedade, e disfunção cognitiva, popularmente conhecida como "fibrofog" ou névoa mental, que se caracteriza por lapsos de memória, dificuldade de concentração e confusão mental. Sintomas gastrointestinais, especialmente a síndrome do intestino irritável, também são frequentemente associados (Costa et al., 2020).

Conforme aponta Trevisan et al. (2022), o diagnóstico da fibromialgia é complexo e primariamente clínico, baseando-se na história dos sintomas e na exclusão de outras condições que possam mimetizar a sintomatologia. Segundo os critérios mais recentes estabelecidos pelo American College of Rheumatology (ACR) em 2010 e revisados em 2016, o diagnóstico se fundamenta na avaliação da dor generalizada e na presença de outros sintomas associados, utilizando ferramentas específicas como o Widespread Pain Index (WPI) e a Symptom Severity Scale (SSS), detalhados na tabela 02 abaixo.

Tabela 2 – Critérios Diagnósticos da Fibromialgia.

Critérios Diagnósticos – American College of Rheumatology (2016)	
Critério	Explicação
Widespread Pain Index (WPI)	O WPI é uma escala que quantifica a extensão da dor em diferentes partes do corpo. O índice varia de 0 a 19, com o paciente indicando as áreas onde sente dor nos últimos sete dias. Para o diagnóstico de fibromialgia, o WPI deve ser ≥ 7 , quando a escala de gravidade dos sintomas (SSS) é ≥ 5 , ou WPI entre 3 e 6 com SSS ≥ 9 .
Symptom Severity Scale (SSS)	A SSS avalia a gravidade de três sintomas principais — fadiga, sono não restaurador e disfunção cognitiva — em uma escala de 0 a 3, além de incluir outros sintomas somáticos como cefaleia, síndrome do intestino irritável e depressão. A pontuação total da SSS pode variar de 0 a 12, e uma pontuação mais elevada indica maior gravidade dos sintomas.
Critério de Duração	Além das pontuações no WPI e SSS, para se estabelecer o diagnóstico de fibromialgia, os sintomas devem estar presentes por pelo menos três meses.
Exclusão de Outras Condições	Embora não seja um critério formal, é essencial excluir outras doenças reumatológicas, infecciosas, neurológicas ou endócrinas que possam justificar os sintomas do paciente.

Fonte: Adaptado de Costa et al. (2020).

Para confirmar o diagnóstico, é fundamental realizar uma anamnese detalhada e um exame físico completo. Frequentemente, exames laboratoriais e de imagem são normais, mas são recomendados para excluir outras patologias. Exames

laboratoriais comumente solicitados incluem hemograma completo, velocidade de hemossedimentação (VHS), proteína C-reativa (PCR), função tireoidiana, e níveis de vitamina D, entre outros. Adicionalmente, a percepção da dor deve ser avaliada de maneira qualitativa, pois muitos pacientes podem descrever a dor de maneira diferente, o que pode influenciar o diagnóstico (Macedo et al., 2024).

A utilização de ferramentas padronizadas, como os critérios da ACR, facilita a uniformização do diagnóstico, permitindo uma abordagem mais consistente e precisa. Contudo, o diagnóstico de fibromialgia permanece um desafio devido à sua sobreposição com outras condições crônicas de dor, demandando uma abordagem holística e multidisciplinar para o manejo adequado do paciente (Neto et al., 2020).

3.3 Tratamento

O tratamento da fibromialgia é multifacetado e deve ser personalizado para abordar os diversos aspectos sintomáticos da doença. Tradicionalmente, a abordagem terapêutica combina intervenções farmacológicas e não farmacológicas, visando a redução da dor, a melhora da qualidade do sono, o alívio da fadiga e a restauração da função física e emocional. As opções farmacológicas para o manejo da fibromialgia incluem analgésicos, antidepressivos e anticonvulsivantes (Arantes et al., 2022; Carvalho et al., 2022).

Os analgésicos simples, como o paracetamol, e os anti-inflamatórios não esteroides (AINEs) são frequentemente utilizados para o alívio da dor, embora sua eficácia seja limitada. Os antidepressivos tricíclicos, como a amitriptilina, têm demonstrado benefícios na redução da dor e na melhora do sono, devido ao seu efeito sobre os níveis de serotonina e norepinefrina. Já os inibidores da recaptção de serotonina e norepinefrina (IRSNs), como a duloxetine e a milnaciprano, também são eficazes na redução da dor e na melhora dos sintomas depressivos associados. Por sua vez, os anticonvulsivantes, como a pregabalina e a gabapentina, atuam modulando a atividade neuronal e são utilizados para tratar a dor neuropática associada à fibromialgia por reduzirem a hiperexcitabilidade do sistema nervoso central, que está implicada na sensibilização central característica da doença. (Garcia et al., 2023; Pita et al., 2022).

Além dos medicamentos, intervenções não farmacológicas são fundamentais no manejo da fibromialgia. Os programas de exercícios físicos regulares, incluindo exercícios aeróbicos e de fortalecimento muscular, são altamente recomendados, pois melhoram a função física e reduzem a dor e a fadiga, e abordagens específicas, como a fisioterapia, especialmente a terapia aquática, é benéfica para muitos pacientes (Carvalho et al., 2024). A terapia cognitivo-comportamental (TCC) tem demonstrado eficácia no manejo dos aspectos psicológicos da fibromialgia, ajudando os pacientes a desenvolver estratégias para lidar com a dor crônica e a melhorar sua qualidade de vida. Existem, também, outras intervenções, como a acupuntura e técnicas de relaxamento, também podem ser úteis como terapias adjuvantes (Morales et al., 2023; Takemura et al., 2021).

Recentemente, novas tendências no manejo da fibromialgia têm emergido, com foco em tratamentos mais personalizados e abordagens integrativas. Uma dessas novas tendências é o uso de canabidiol (CBD), um dos componentes não psicoativos da Cannabis sativa. Estudos preliminares sugerem que o CBD pode ter efeitos benéficos na redução da dor e da inflamação, além de melhorar a qualidade do sono e o bem-estar geral dos pacientes com fibromialgia. A explicação para isso está no mecanismo de ação do CBD, o qual envolve a modulação dos receptores endocanabinoides, que desempenham um papel na regulação da dor e do humor. Entretanto, apesar de ser um tratamento promissor, o uso de CBD ainda requer mais pesquisas para estabelecer sua eficácia e segurança em longo prazo. (Abrão et al., 2024).

Outra tendência emergente é o uso de neuromodulação, como a estimulação magnética transcraniana repetitiva (rTMS) e a estimulação elétrica transcutânea (TENS). Essas técnicas não invasivas têm sido exploradas como opções terapêuticas para pacientes com fibromialgia, com o objetivo de alterar a excitabilidade cortical e reduzir a percepção da dor. Além disso, a medicina personalizada está ganhando espaço no tratamento da fibromialgia, com o uso de biomarcadores para identificar

subgrupos de pacientes que possam responder melhor a determinadas terapias. Esse enfoque visa otimizar o tratamento com base nas características individuais de cada paciente, promovendo uma abordagem mais eficaz e direcionada (Carvalho et al., 2022).

4. Conclusão

Evidencia-se, portanto, que a fibromialgia é uma condição crônica caracterizada por dor musculoesquelética difusa e uma série de sintomas como fadiga, distúrbios do sono e problemas cognitivos. O diagnóstico é desafiador devido à ausência de marcadores laboratoriais específicos, sendo baseado nos critérios da American College of Rheumatology (ACR), que incluem dor generalizada em pelo menos 4 das 5 regiões do corpo e uma sintomatologia persistente por mais de três meses. Além disso, é comum a presença de sensibilidade em pontos específicos e a exclusão de outras condições médicas.

O manejo contemporâneo da fibromialgia envolve uma abordagem multimodal, integrando tratamentos farmacológicos, como antidepressivos e anticonvulsivantes, com terapias não farmacológicas, incluindo exercício físico, terapia cognitivo-comportamental e técnicas de relaxamento. Novas tendências estão explorando o papel da neuromodulação, uso de canabinoides e intervenções nutricionais na melhora dos sintomas. A personalização do tratamento é crucial, dado que os pacientes respondem de maneira variada às terapias, exigindo uma abordagem centrada no indivíduo.

Esta revisão também destaca a necessidade de pesquisas com elevado valor científico sobre a fibromialgia, com foco em uma análise multidisciplinar e abrangente. É crucial investigar os mecanismos anatômicos, fisiopatológicos e os aspectos do tratamento envolvidos, pois esses fatores são essenciais para uma compreensão mais completa dos casos de fibromialgia.

Para enfrentar cenários semelhantes com maior eficácia no futuro, é fundamental realizar estudos prospectivos e análises epidemiológicas. Essas investigações devem avaliar com precisão os resultados e seus diversos contextos de abordagem, explorando diferentes estratégias para o manejo da fibromialgia, com o objetivo de oferecer um cuidado integral, resolutivo e humanizado para os pacientes.

Referências

- Abrão, R. R. A., Del Bianco, R. D., & Ferreira, E. D. F. (2024). Modulação da dor em pacientes com fibromialgia e o tratamento com canabidiol. *Revista Foco*, 17(7), e5336-e5336.
- Arantes, M. O., Gonzalez, G. M. M., Oliveira, M. C., Ribeiro, N. M. G. R., Lucena, A. Y. R., de Melo, E. M., ... & Gomes, M. E. M. (2022). Fibromialgia e exercícios físicos: uma revisão de literatura. *E-Acadêmica*, 3(1), e2331122-e2331122.
- Athayde, I. B., da Fonseca Marques, E. T., & de Resende Côrtes, J. P. (2022). Uma abordagem geral da Fibromialgia: revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Médico*, 17, e10934-e10934.
- Bezerra, M. A. C., & Gomes, A. E. F. (2021). Fibromialgia: uma historia contemporânea. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 7(12), 1509-1521.
- Carvalho, J., Correia, G., Sotolani, R., Falcão, W., Cambraia, R., & Raminelli, A. (2022). Tratamentos atuais disponíveis para fibromialgia: revisão integrativa. *Anais da Semana Universitária e Encontro de Iniciação Científica* (ISSN: 2316-8226), 1(1).
- Carvalho, N. M., Pernambuco, A. P., Soares, B. M., Vilela, D. L., Faria, E. C., de Lacerda, I. G., & Sales, I. D. (2024). Treinamento de força e resistência muscular para pacientes com fibromialgia: uma revisão integrativa da literatura. *Conexão Ciência (Online)*, 19(2), 143-162.
- Carvalho, N. M. V., Rocha, M. B., da Silva, M. S. M., & de Carvalho, L. A. M. V. (2021). Dor na fibromialgia e sono: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 6078-6082.
- Costa, S. M. L., e Silva, M. P. M. P., Pinto, L. P., & Sousa, D. L. R. (2020). Aspectos clínicos e principais formas de tratamento para Fibromialgia-Revisão de Literatura. *Research, Society and Development*, 9(11), e729119495-e729119495.
- Friedrich, J. V., Uhde, S. P. R., & de Oliveira Zanini, E. (2020). Fibromialgia: importância do conhecimento da doença e seus tratamentos. *Fag Journal Of Health (FJH)*, 2(2), 307-314.
- Garcia, C. B. M. D. S., Rodrigues, N. B., Cardoso, M. F. R. G., Júnior, T. D. S. M., Suwa, D. P. P., Gomes, A. L. C., & Nascimento, R. L. B. (2023). O manejo da dor em indivíduos que possuem fibromialgia: uma revisão integrativa de literatura. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 5(5), 3467-3478.
- Gomes, M. J. A., de Figueiredo, B. Q., Santos, B. D., Soares, C. A. V. D., de Oliveira Resende, G. B., Carneiro, H. L., ... & de Carvalho Ribeiro, W. (2022). Possíveis hipóteses fisiopatológicas da fibromialgia: uma revisão integrativa de literatura. *Research, society and development*, 11(7), e15911729806-e15911729806.

Gomes, T. P., & Livramento, R. A. (2023). A relevância do acompanhamento fisioterapêutico em indivíduos com fibromialgia: revisão de literatura. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 5(5), 3227-3238.

Macedo, B. S. V., Gadelha, C. S., Galvão, J. G. F. M., & Coutinho, V. E. A. (2024). História clínica da fibromialgia: Importância da avaliação da dor no diagnóstico e o impacto na qualidade de vida dos pacientes. *Research, Society and Development*, 13(4), e3113445488-e3113445488.

Morales, C. R. B., Silva, A. R., & Silva, G. R. (2023). Aspectos psiquiátricos na Fibromialgia: uma revisão de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, 6(4), 16331-16334.

Pita, L., Araújo, L. J. F., Fachine, J. C. O. G., Damasceno, L. C., & Araújo, J. F. (2022). Fibromialgia associada aos transtornos mentais: depressão e ansiedade. *Visão Acadêmica*, 23(1), 17-26.

Roque, I. M., da Silva, K. B., de Carvalho, S. D. S. R., Santos, P. B., de Lima, V. F., & Araújo, R. K. S. (2023). Alterações leucocitárias em pacientes com fibromialgia: revisão da literatura. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 9(9), 533-543.

Takemura, R. C., Lisboa, M. D. S. P., De Souza, D. P., & Lacerda, D. A. (2021). Efeitos do tratamento com acupuntura em pacientes com fibromialgia—revisão de literatura. *Brazilian Journal of Development*, 7(4), 36145-36158.

Vilaça, A. V. I., dos Santos, L. G., & da Silva, R. M. (2024). Protocolos fisioterapêuticos para o tratamento de pacientes fibromiálgicos: uma revisão de literatura. *Anais da Mostra Acadêmica do Curso de Fisioterapia*, 12(1), 69-77.