

## A IMPORTÂNCIA DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Vivian Bertoldo dos Santos; Sabrina Kelly Matos de Freitas; Thayná  
da Silva Lima; Solange Sousa Pinheiro

Centro Universitário Fametro – Unifametro

bertoldovi@gmail.com

**Sessão Temática:** Doenças Crônicas Não Transmissíveis  
**Evento:** VII Encontro de Monitoria e Iniciação Científica

### RESUMO

**Justificativa:** A fibromialgia é uma patologia definida como síndrome dolorosa crônica que se manifesta por vários pontos de dores musculares que leva o indivíduo a limitações nas suas atividades de vida diária, afetando assim sua qualidade de vida. **Objetivo:** Analisar a importância da intervenção fisioterapêutica em pacientes com diagnóstico de fibromialgia. **Métodos:** Realizou-se uma revisão de literatura de caráter descritivo. A elaboração deste estudo foi realizada na *Cientific Eletronic Library Online- SCIELO* e na plataforma *Business Source Complete- EBSCO*, e coletados artigos que tinham como assuntos fibromialgia, fisioterapia e qualidade de vida. **Resultados:** Os efeitos das técnicas usadas pela Fisioterapia tiveram como foco principal a busca do alívio da mialgia, o tratamento era baseado no uso de técnicas de terapias manuais que possibilita efeitos satisfatórios na sintomatologia, proporciona melhora na qualidade de vida dos indivíduos. **Conclusão:** Neste estudo de revisão ficou evidenciado a importância da intervenção Fisioterapêutica para a melhora no quadro algico do paciente com diagnóstico de fibromialgia, com o uso das técnicas de terapias manuais para a resolução da sintomatologia do quadro clínico, assim, possibilitando que a volta a suas atividades normais e sua reinserção na sociedade.

**Palavras-chave:** Fisioterapia. Fibromialgia. Qualidade de vida.

### INTRODUÇÃO

Patologias crônicas são consideradas um problema de saúde pública. De acordo com as Diretrizes de Doenças Crônicas (2013), as doenças crônicas são caracterizadas por causas multifatoriais, de longa duração, que possuem um prognóstico indefinido, modificando-se durante o tempo, apresentando momentos de

agudização que acabam ocasionando incapacidades funcionais, fazendo necessário o tratamento contínuo que, em determinados momentos, acaba não trazendo a cura, tratando sintomas e não tratando a base.

Uma subdivisão das doenças crônicas são as doenças reumatológicas e entre elas, está a fibromialgia (FM), que ocupa o segundo lugar do ranking das mais frequentes na população, estando atrás apenas da osteoartrite (SOUZA, 2018). Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), boa parte da população apresenta FM, estando ela presente em cerca de 2% a 8% dos indivíduos.

A FM é definida como uma síndrome crônica, que provoca dor generalizada, de etiologia desconhecida, a qual gera várias hipóteses que podem estar relacionadas a fatores físicos, psíquicos e sociais. Essa patologia atinge grandes índices no público feminino que está dentro da faixa etária compreendida entre 40 e 55 anos de idade (LORENA et al, 2016).

O indivíduo com fibromialgia encontra-se acometido por pontos dolorosos e acaba assim apresentando algumas limitações nas suas atividades de vida diária, sofrendo impactos negativos, tendo o bem-estar cotidiano afetado (SOUZA, 2018).

Conforme relata Oliveira (2019), as principais características da FM são dores que acometem o corpo todo, estando correlacionadas com distúrbios do sono, fadiga muscular e problemas psíquicos.

Um dos tratamentos é feito através da Fisioterapia, que vem sendo preconizada como uma boa escolha para os pacientes com FM, pois possibilita melhora no quadro algico, proporciona ao músculo relaxamento e aumenta a flexibilidade, assim melhorando na mobilidade e a capacidade de realizar suas tarefas, otimizando assim a qualidade de vida (SILVA, 2018).

Diante do exposto, este estudo teve como objetivo analisar a importância da intervenção fisioterapêutica em pacientes com diagnóstico de fibromialgia.

## **METODOLOGIA**

Tratou-se de uma revisão da literatura, de caráter descritivo, desenvolvida no período de julho a agosto de 2019. A coleta de dados foi realizada no diretório de revistas *Cientific Eletronic Library Online* (SCIELO) e na plataforma Business Source Complete (EBSCO). Na pesquisa, foram utilizados os seguintes descritores: Fisioterapia, Fibromialgia, Funcionalidade.

Os critérios de inclusão selecionaram artigos cujo assunto era baseado em tratamentos usados pela fisioterapia, que fossem direcionados a pacientes com fibromialgia, publicados nos últimos 10 anos, em língua portuguesa. Foram excluídas revisões bibliográficas e estudos que não abordavam a temática. Os que permaneceram para análise preconizaram os recursos e a importância das técnicas para a melhora na qualidade de vida dos fibromiálgicos, além da melhora na capacidade funcional.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com as pesquisas realizadas para a construção do presente estudo foram encontrados artigos relevantes para o desenvolvimento deste tema em questão, englobando o tratamento fisioterapêutico em paciente com fibromialgia e as principais técnicas realizadas para a melhora do quadro álgico do indivíduo.

Os principais sinais e sintomas dessa patologia aparecem com a dor nos músculos e articulações, causando uma dor generalizada acompanhada por sensação de cansaço, ansiedade, depressão, cefaleias e pontos de tensão (SOUZA, 2018).

Com isso, a dor se estabelece de forma generalizada na região do corpo, sendo caracterizada como fibromialgia a partir dos 3 meses. Durante a palpação clínica são encontrados vários pontos de tensões, sendo uma das características do indivíduo com fibromialgia.

De acordo com Mosmann et al. (2019), o diagnóstico é basicamente clínico, passando por vários exames para que seja excluído outras doenças, pois não há marcador clínico objetivo que caracteriza a doença de forma rápida tornando seu diagnóstico ainda incerto. Esse quadro pode agravados por várias outras condições como estresse, mudanças climáticas e por esforço.

A Fisioterapia é uma área da saúde que tem como o objetivo proporcionar a recuperação e manter a funcionalidade, diminuindo futuras complicações durante a vida, melhorando sua funcionalidade (SCHLEMMER et al, 2019.)

Esses indivíduos buscam pelo alívio da dor que é a principal queixa, que afeta também sua qualidade de vida, ocasionando complicações na sua saúde, com isso as técnicas fisioterapêuticas vêm com o propósito de minimizar o quadro álgico e proporcionar o bem-estar desses pacientes (MORALES et al, 2018).

As técnicas como alongamentos musculares, exercícios aeróbicos, exercícios resistidos, hidroterapia, massagens, técnicas como acupuntura, a eletroterapia são métodos que garante resultados favoráveis para o alívio desses sintomas (SCHLEMMER et al, 2019).

A hidroterapia promove diversos benefícios para esses pacientes, favorecendo suas habilidades motoras, uma maior capacidade de realizar os movimentos, isso se dá devido ao relaxamento que a água aquecida causa nos músculos e articulações, pois a prática de exercícios na água causa alívio da sintomatologia (MOSMANN A, et al, 2006).

Os exercícios vêm mostrando serem indispensáveis para o tratamento, pois permite em sua intensidade adequada, melhora nos sintomas, possibilitando funcionalidade e melhora no bem-estar da vida desses pacientes fibromiálgicos. Os exercícios devem ser adequados para cada paciente para que se possa alcançar o objetivo (MOSMANN A, et al, 2006).

A Fisioterapia proporciona analgesia, recupera a funcionalidade e também proporcionar a qualidade de vida, tentando relacionar a parte biopsicossocial do paciente, pois esse tipo de patologia afeta tanto a parte física, psicológica e social, que acaba interferindo na funcionalidade do indivíduo.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que o tratamento tem como objetivo proporcionar a analgesia, sendo que a dor é a queixa principal e a causa de incapacitações desses indivíduos. As técnicas de terapias manuais possibilitam efeitos satisfatórios na sintomatologia, fornecendo a esses pacientes uma melhora na sua qualidade de vida, assim, fica evidenciado a importância da intervenção Fisioterapêutica para a melhora no quadro álgico do paciente com diagnóstico de fibromialgia, tornando-se relevante para melhora do quadro desta patologia, possibilitando a volta de suas atividades normais e a sua reinserção na sociedade.

## REFERÊNCIAS

COFFITO. Código de Ética e Deontologia da Fisioterapia.

site:<[https://www.coffito.gov.br/nsite/?page\\_id=2346](https://www.coffito.gov.br/nsite/?page_id=2346) > Acessado no dia 18 de agosto de 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Diretrizes para o cuidado das pessoas com doenças

crônicas nas redes de atenção à saúde e nas linhas de cuidado prioritárias. Brasília – DF, 2013.

LORENA, S.B. et.al. Evaluation of pain and quality of life of fibromyalgia patients.

**Rev dor.** São Paulo; 2016.

MORALES, K.O et al. O Uso Da Técnica Manual Shiatsu No Alívio Dos Sintomas Decorrentes Da Fibromialgia. **Unisanta Health Science** vol.3 (1) 2019 p. 1-17

MOSSMAN, A.; ANTUNES, C.; OLIVEIRA, D.; NEVES, C.L.M. Atuação fisioterapêutica na qualidade de vida do paciente fibromiálgico. **Scientia Medica**, Porto Alegre: PUCRS 2006 out/dez; 16 (4).

OLIVEIRA, J.O.J.; RAMOS, J.V. Adherence to fibromyalgia treatment: challenges and impact on the quality of life. **Br J Pain.** São Paulo, 2019 jan-mar;2(1):81-7.

SOUZA, J.B.; PERISSINOTTI, D.M. The prevalence of fibromyalgia in Brazil – a population-based study with secondary data of the study on chronic pain prevalence in Brazil. **Br J Pain.** São Paulo, 2018 out-dez;1(4):345-8