
PACIENTES PORTADORES DE FIBROMIALGIA: DESAFIOS E IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA.

PATIENTS WITH FIBROMYALGIA: CHALLENGES AND IMPACTS ON QUALITY OF LIFE.

ALVES, Paloma Rayane dos Santos¹; MARQUES; Ana Emilia Formiga^{2*}

1 - Discente do Curso de Medicina na Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte - CE, Brasil.

2 - Docente do Curso de Medicina na Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte - CE, Brasil.

RESUMO:

A fibromialgia é uma patologia cujo principal sintoma é a dor crônica e difusa no corpo. Muitos indivíduos portadores de tal doença não possuem um substrato anatomopatológico e causa de dores bem definidos, associados à distúrbios psicológicos. Apesar da sua subjetividade, existem meios que associados ao uso das medicações, como a prática de exercícios que diminuem as queixas de dor paciente. Dessa forma, esse trabalho tem como objetivo analisar e correlacionar como os sintomas da fibromialgia interferem no dia a dia dos portadores e assim identificar quais benefícios a prática de atividades físicas podem trazer melhorias para estes. Para isso, realizou-se busca na SCIELO e LILACS, com as seguintes palavras chaves: “fibromialgia” e “qualidade de vida”. Os critérios utilizados para inclusão foram artigos completos publicados nas bases de dados na língua inglesa e portuguesa, no período de 2018 a junho de 2022. Os critérios de exclusão foram: textos incompletos; estudos do tipo revisão sistemática; monografias; artigos que se referiam ao uso específico de medicamentos; artigos que se referiram a outras patologias como doença de base. Os critérios de exclusão foram: textos incompletos; estudos do tipo revisão sistemática; monografias; artigos que se referiam ao uso específico de medicamentos; artigos que se referiram a outras patologias como doença de base. Após a seleção final, realizou-se a leitura dos títulos dos 22 artigos encontrados, dos quais 16 foram excluídos por não manterem relação direta com abordagem do tema proposto, restando 6 artigos para realização da revisão. Diante das pesquisas, foi possível concluir que a fibromialgia acomete principalmente mulheres e seu sintoma mais marcante é a dor crônica que, na ausência de exercício físicos ou aeróbicos dificultam uma boa qualidade de vida.

Palavras-Chaves: Fibromialgia, Qualidade de Vida, Dor.

ABSTRACT:

Fibromyalgia is a pathology whose main symptom is chronic and diffuse pain in the body. Many individuals with this disease do not have a well-defined anatomopathological substrate and cause of pain, associated with psychological disorders. Despite its subjectivity, there are means associated with the use of medications, such as the practice of exercises that reduce patient complaints of pain. Thus, this work aims to analyze and correlate how the symptoms of fibromyalgia interfere in the daily lives of patients and thus identify which benefits the practice of physical activities can bring improvements to them. For this, a search was carried out in SCIELO and LILACS, with the following keywords: “fibromyalgia” and “quality of life”. The criteria used for inclusion were full articles published in the databases in English and Portuguese, from 2018 to June 2022. The exclusion criteria were incomplete texts; systematic review studies; monographs; articles that referred to the specific use of medications; articles that referred to other pathologies as underlying disease. After the final selection, the titles of the 22 articles were read. After the final selection, the titles of the 22

articles found were read, of which 16 were excluded because they did not maintain a direct relationship with the approach to the proposed theme, leaving 6 articles for the review. In view of the research, it was possible to conclude that fibromyalgia affects mainly women, and its most striking symptom is chronic pain, which, in the absence of physical or aerobic exercise, hinders a good quality of life.

Keywords: Fibromyalgia, Quality of life, Pain.

1. INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma síndrome dolorosa crônica musculoesquelética, de etiopatogenia complexa, multifatorial, na qual é comum a presença de comorbidades e a redução da qualidade de vida. Logo faz-se necessária uma boa investigação e acompanhamento de suas comorbidades para facilitar seu diagnóstico e tratamento. (OLIVEIRA et al., 2019)

No Brasil prevalência da FM varia com sexo a idade tendo prevalência de 2,5%, predominante no sexo feminino, principalmente entre os 35 e 44 anos. Além das comorbidades físicas, desordem psíquicas são comuns e variam entre 50 e 80%, especialmente depressão. De modo geral, a FM costuma está associada a distúrbios do sono, fadiga e alterações cognitivas. (MARQUES et al., 2017)

O diagnóstico de uma doença não curável na maioria das vezes se associa à negação não só a doença, mas também ao seu tratamento tendo em vista que levam um paciente a não adotar ou interromper a adoção de uma prescrição farmacológica, dietética ou comportamental por persistência dos sintomas tomas principalmente os dolorosos. Logo, o diagnóstico de FM é clínico, com a história, exame físico e exames laboratoriais afastando outras condições (OLIVEIRA JÚNIOR; ALMEIDA 2018).

O tratamento da FM inclui abordagem não farmacológica e farmacológico que inclui moderadores de dor (ISRS e duais), agentes anticonvulsivante (pregabalina e gabapentina) e não seletivos tricíclicos (amitriptilina e a ciclobenzaprina). Diversos estudos concluíram que a não aderência, seja parcial ou total, dos pacientes aos regimes de prescrição farmacológica, resultam em aumento de morbidade e mortalidade por uma variedade de doenças, assim como aumento dos custos envolvidos com a assistência médica. (DIMATTEO et al., 2002)

Adesão e a persistência inadequadas no tratamento farmacológico são problemas antigos, tendo em vista a tolerabilidade e efeitos adversos. Pesquisas mostraram que a maior adesão ao tratamento está ligada ao menor grau de alterações psicológicas e a menor discordância médico/paciente quanto ao estado de saúde do paciente. Logo esclarecimentos de dúvidas posologia ou efeitos adversos do fármaco prescrito é um fator de segurança que pode aumentar a aderência ao tratamento. (HEYMANN et al., 2010)

De acordo com o exposto, é fato que as principais comorbidades da fibromialgia são a dor crônica e os fatores psicológicos, visto que, reduzem a adesão adequada ao tratamento e conseqüentemente uma baixa qualidade de vida e desempenho das atividades do dia a dia. Logo, essa revisão integrativa de literatura visa analisar resultados e considerações a respeito de tais questões e identificar de que forma essas comorbidades podem ser reduzidas.

2. METODOLOGIA

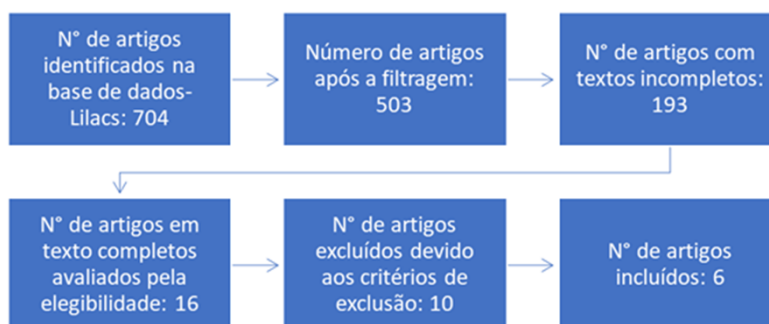
Foi realizada uma pesquisa de revisão integrativa da literatura nas bases de dados SCIELO e LILACS. Os descritores utilizados foram “fibromialgia” e “qualidade de vida”.

Para a seleção dos artigos foram utilizados como critério de inclusão: artigos completos publicados nas bases de dados na língua inglesa e portuguesa, no período de 2018 a junho de 2022. Revisões da literatura, monografias dissertações e teses e artigos que se tratava especificamente de uso dos medicamentos e/ou com outras patologias como doenças bases foram excluídos

3. RESULTADO E DISCUSSÃO

Ao colocar as palavras chaves nas bases de dados foram encontrados 704 artigos. 688 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão, 16 artigos foram selecionados para leitura na íntegra. Destes, 10 foram excluídos por estarem entre os critérios de exclusão, totalizando 6 artigos que foram apresentadas nesta revisão de literatura (figura 1).

Figura 1 - Fluxograma apresentando o processo e as etapas de seleção dos estudos incluídos na revisão.



Fonte: dados de pesquisa BVS (2018-2022)

Os artigos encontrados foram apresentados no quadro 1, em que consta as informações sobre autor/ano, título dos artigos, objetivos e principais resultados encontrados.

Quadro 1 - Desafios e melhorias em função da dor crônica

Autor/Ano	Título	Objetivo	Resultados
MEDEIROS et al. 2020	Mat Pilates é tão eficaz quanto o exercício aeróbico aquático no tratamento de mulheres com fibromialgia	Avaliar a eficácia do método Mat Pilates na melhora dos sintomas em mulheres com fibromialgia	Os aspectos relacionados à qualidade de vida e o questionário FABQ apresentaram melhora apenas no grupo Pilates solo
ARAUJO et al, 2020	Narrativas de vida de mulheres com fibromialgia: autogerenciamento da dor crônica	Analisar a experiência de mulheres que vivenciam a Fibromialgia em relação ao estilo de vida e suas repercussões no autogerenciamento cotidiano da dor.	As participantes ressignificaram seus modos de viver, transformando padrões comportamentais em relação a alimentação, atividade física, relações familiares, sociais, aprenderam a lidar com suas emoções e na capacidade de resolução de problemas, no autogerenciamento da dor, com mais autonomia, domínio e autoconhecimento, melhorando a qualidade de vida.
SUEIRAS et al, 2019	Análise do desempenho ocupacional para a promoção da saúde em pessoas com fibromialgia.	Determinar o desempenho ocupacional em pessoas diagnosticadas com fibromialgia na província galega de A Conma	Após o diagnóstico de fibromialgia as pessoas alteram as características de seu desempenho ocupacional, tanto em termos de fatores influenciadores, na forma como realizam suas atividades, quanto em termos de seus ambientes
BULHÕES et al, 2018	Efeito do treinamento resistido na redução da dor no tratamento de mulheres com fibromialgia	Investigar o efeito do treinamento resistido na redução da dor em mulheres com FM, bem como estabelecer parâmetros, como volume e duração, para o tratamento da dor nesses pacientes.	O treinamento resistido reduz a dor em mulheres com fibromialgia, a partir da 8ª semana de treinamento, desde que esse seja realizado de forma continuada e orientada, com duração de no mínimo 30 minutos, com frequência de 2 a 3 vezes por semana
GRAMINHA et al, 2021	Fatores relacionados a qualidade de vida autorrelatada em mulheres com fibromialgia de acordo com a Classificação Internacional de Funcionalidade	investigar fatores relacionados à QVAR entre mulheres com fibromialgia, segundo o domínio da Classificação Internacional de Funcionalidade.	relevância dos aspectos biopsicossociais na qualidade de vida das mulheres com fibromialgia, recorrendo a fatores que poderiam ser abordados na prática clínica para promover saúde e bem-estar.
OLIVEIRA et al, 2019	Associação da prática de atividade física e do estado de saúde sobre a qualidade de vida de mulheres com fibromialgia	Analisar a associação entre atividade física, estado de saúde e qualidade de vida de mulheres com fibromialgia	Atividade física leve, caracterizada pela caminhada, representa um fator positivo nos domínios da qualidade de vida em mulheres com fibromialgia e, o impacto desta doença sobre o estado de saúde dos pacientes está associado negativamente domínios da qualidade de vida.

Segundo Araújo et al (2020) a fibromialgia é uma doença crônica, cuja etiologia é multifatorial e seu sintoma principal é a dor física. Diante disso, o método mat Pilates é a modalidade terapêutica que pode ser utilizada no tratamento da fibromialgia, cujo autor Medeiros et al (2020) observou melhorias significativas relação aos sintomas da doença, nos grupos que aderiram ao método Pilates juntamente ao exercício aeróbico. Devido a isso Oliveira et al (2019) enfatiza a necessidade de compreender a associação entre nível de atividade física, estado de saúde e qualidade de vida dessa síndrome multifatorial e multidimensional.

Conforme Sueiras et al (2019) na maioria dos casos, pessoas com desequilíbrios no desempenho ou na participação ocupacional são diagnosticadas com fibromialgia, tendo em vista que esses fatores são prejudiciais à saúde. Logo, após o diagnóstico de fibromialgia observou-se que as pessoas alteram as características de seu desempenho ocupacional, tanto em termos de fatores influenciadores, na forma como realizam suas atividades, quanto em termos de seus ambientes.

Os transtornos psíquicos, emocionais, cognitivos e limitações no cotidiano das pessoas, que passam a viver em função da doença e do tratamento, se abstendo da vida funcional, afirma Araújo et al (2020). Além disso, a depressão é a principal condição mental que afeta as pessoas com FM, que variam de sintomas leves a moderados, contribuindo para agravar os sintomas da dor, segundo Graminha et al., (2021).

Além disso, a fisioterapia exerce um importante papel com os programas de exercícios físicos, compostos por alongamento, exercício aeróbio e exercício resistido para reverter os sintomas apresentados, segundo Arantes et al (2018), o treinamento resistido reduz a dor em mulheres com fibromialgia, a partir da 8ª semana de treinamento, desde que esse seja realizado de forma continuada e orientada, com duração de no mínimo 30 minutos, com frequência de 2 a 3 vezes por semana.

Por fim, Araújo et al (2020) observou as mulheres ao resignificaram seus modos de viver, padrões de alimentação, atividade física, relações familiares, sociais, aprenderam a lidar com suas emoções, no autogerenciamento da dor, com mais autonomia, domínio e autoconhecimento, melhorando a qualidade de vida. Somado a isso, entram os exercícios resistidos que nos paramos ideais de volume e duração, reduzem ainda mais da dor segundo Arantes et al (2018).

4. CONCLUSÃO

Diante das pesquisas, foi possível concluir que a fibromialgia acomete principalmente mulheres e seu sintoma mais marcante é a dor crônica que, na ausência de exercício físicos ou aeróbicos dificultam uma boa qualidade de vida.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arantes, M. de O. ., Gonzalez , G. M. M. ., Oliveira, M. C. ., Ribeiro, N. M. G. R. ., Lucena, A. Y. R. ., Melo, E. M. de, Santos, A. M. R. ., Pitoscia, G. O. ., Castro, I. M. ., Ferreira, F. A. de A. ., Araújo, B. da C. ., Araújo, P. da C. ., Souza, M. F. de ., Pinheiro, C. de P. C. ., Souza , L. A. de ., Santos, A. L. R. ., Pascal, A. V. P. de C. ., Boza, J. M. D. B. de O. ., Sousa, A. L. S. ., Silva, R. C. de L. L. e ., Carvalho, J. P. de A. ., Facundo, K. S. ., Melo, A. K. P. de ., Cutrim Júnior, C. de J. ., Assub, I. M. ., & Gomes, M. E. M. . (2022). Fibromialgia e exercícios físicos: uma revisão de literatura. *E-Acadêmica*, 3(1), e2331122.

Araujo, Anna Brunet Monteiro. Narrativas de vida de mulheres com fibromialgia: autogerenciamento da dor crônica. BR1366.1; 614.253.5, A664, TE766. Rio de Janeiro; s.n; 2020. 100 p

Graminha, Cristiane Vitaliano et al. Factors related to self-rated quality of life among women with fibromyalgia according to International Classification of Functioning. *BrJP*. 2021, v. 4, n, pp. 43-5

Medeiros, Suzy Araújo de et al. Mat Pilates is as effective as aquatic aerobic exercise in treating women with fibromyalgia: a clinical, randomized and blind trial. *Advances in Rheumatology*. 2020, v. 60, 21.

Oliveira, Daniel Vicentini de et al. ASSOCIATION OF THE PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY AND OF HEALTH STATUS ON THE QUALITY OF LIFE OF WOMEN WITH FIBROMYALGIA. *Journal of Physical Education* 2019, v. 30

SUEIRAS, Alicia Sixto; SOUTO-GOMEZ, Ana-Isabel; TALAVERA-VALVERDE, Miguel-Ángel. Analysis of occupational performance for the promotion of health in people with

fibromyalgia. A phenomenological study. Rev.Colomb.Reumatol., Bogotá , v. 26, n. 4, p. 227-235, Dec. 2019

***Autor para correspondência:**

Ana Emilia Formiga Marques

Email: anaemiliaformiga@hotmail.com

Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte

Recebido: 06/06/2022 Aceite: 07/08/2022