

Dor na fibromialgia e sono: uma revisão de literatura

Pain in fibromyalgia and sleep: a literature review

DOI:10.34119/bjhrv4n2-164

Recebimento dos originais: 09/02/2021

Aceitação para publicação: 20/03/2021

Nathalia Marques Vinhal de Carvalho

Acadêmico do 8 semestre de medicina

Instituição de atuação atual: UniCEUB

Endereço :707/907 - Campus Universitário, SEPN - Asa Norte, Brasília - DF, 70790-075

E-mail: nathaliamarquesvinhal@gmail.com

Matheus Borges Rocha

Acadêmico do 8 semestre de medicina

Instituição de atuação atual: UniCEUB

Endereço :707/907 - Campus Universitário, SEPN - Asa Norte, Brasília - DF, 70790-075

E-mail: matheusbr@sempreceub.com

Marcela Seixas Maia da Silva

Acadêmico do 8 semestre de medicina

Instituição de atuação atual: UniCEUB

Endereço :707/907 - Campus Universitário, SEPN - Asa Norte, Brasília - DF, 70790-075

E-mail: marcela.smdasilva@gmail.com

Luiza Amélia Marques Vinhal de Carvalho

Médica, Ensino superior completo

Instituição de atuação atual: Hospital Albert Sabin

Endereço :SMDB conjunto 5 lote 7 casa B

E-mail: luizamvinhal@gmail.com

Maria Júlia Ferreira de Carvalho Mariano Rodrigues da Cunha

Acadêmico do 8º semestre de medicina

Instituição de atuação atual: UniCEUB

Endereço :SHIS QI 15 chacara 9 lote D

E-mail: maju.mariano13@gmail.com

RESUMO

Esse artigo busca relacionar, a partir de uma revisão sistemática de literatura, a intensidade da dor da fibromialgia (FM) com a qualidade de sono do paciente. A FM leva

a dor crônica intensa que pode vir a ter impacto significativo no sono. Com base nesse estudo enfatizou-se a importância de abordagem multidisciplinar no tratamento dessa doença reumatológica.

Palavras-Chave: fibromyalgia, sleep deprivation and fibromyalgia , sleep disorders and pain, distúrbios do sono e fibromialgia, dor e sono.

ABSTRACT

This article seeks to relate, based on a systematic literature review, the intensity of fibromyalgia (FM) pain with the patient's quality of sleep. FM leads to severe chronic pain that can have a significant impact on sleep. Based on this study, the importance of a multidisciplinary approach in the treatment of this rheumatological disease was emphasized.

Keywords: fibromyalgia, sleep deprivation and fibromyalgia, sleep disorders and pain, sleep disorders and fibromyalgia, pain and sleep.

1 INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) afeta cerca de 2% a 3% da população brasileira, segundo a Sociedade Brasileira de Reumatologia, e está mais relacionada ao sexo feminino, raça branca e costuma surgir principalmente entre os 30 a 55 anos. Trata-se de uma doença reumatológica que se expressa na forma de síndrome dolorosa difusa e crônica, não inflamatória e de etiologia ainda em grande parte desconhecida. Se manifesta no sistema musculoesquelético e está possivelmente relacionada a outros sistemas levando a fadiga, depressão, ansiedade, rigidez matinal, cefaleia, síndrome do intestino irritável, entre outros sintomas. Embora existam fatores que possam vir a contribuir para a ocorrência da fibromialgia não há um agente que a ser responsabilizado como causador.

O diagnóstico é clínico, e de acordo com o American College of Rheumatology (ACR), foi estabelecido por: dor difusa presente no esqueleto axial e em ambos os hemisferos ; dor em 11 ou mais dos 18 pontos dolorosos (tender points); e presença de dor crônica por mais de três meses.

A dor crônica, como ocorre no caso da FM, pode interferir no sono, mas distúrbios no sono também contribuem para dor. O sono é uma parte integral da saúde humana. Distúrbios e privação do sono, são preditores para a intensidade da dor no dia posterior a tal evento. Isso ocorre, em parte, porque vias de modulação da dor e vias do sono e vigília compartilham de um centro de neurotransmissão serotoninérgica. Porém a dor durante o dia não seria tão forte preditora de uma pior qualidade de sono. Um estudo da qualidade

do sono e suas consequências nestes pacientes é importante ao melhorar o entendimento da fisiopatologia da doença e permitir uma abordagem ampla para o tratamento da FM.

2 OBJETIVO

Promover uma revisão da literatura em relação a qualidade do sono do paciente com FM e a intensidade de sua dor.

3 METODOLOGIA

Foi realizado um levantamento bibliográfico do período de 1998 a 2019, nas bases de dados Scielo, Google Acadêmico e PubMed, através das palavras-chaves: fibromialgia, sleep deprivation and fibromyalgia, sleep disorders and pain, distúrbios do sono e fibromialgia. Foram utilizados artigos na língua portuguesa e inglesa.

4 DISCUSSÃO

Na fibromialgia a abordagem terapêutica deve incluir a mensuração de afecção funcional da dor do paciente devido a associação direta com evolução, fatores desencadeantes e atenuantes. Pacientes com FM estão relacionados a distúrbios do sono, fadiga durante o dia, diminuição do foco e concentração prejudicada, o que pode levar a problemas afetivos e emocionais secundários. O sono não reparador foi relatado em 76-90% dos pacientes com fibromialgia, relacionadas a queixas como dificuldade de iniciar o sono, interrupções do sono durante a noite, dificuldade de retomada, sono agitado, sono superficial entre outras. Os distúrbios do sono em fibromiálgicos tem relação a etiologia da dor crônica e perpetuação dos sintomas.

A FM também foi associada a distúrbios como apneia do sono e insônia, sendo a última principalmente relacionada a dificuldade de iniciar o sono devido a intensidade da dor e também em manter o sono, levando a vários despertares durante a noite.

Durante estudos polissonográficos em pacientes com FM foi possível encontrar um maior estágio 2 do sono não-REM (NREM), ou seja, maior latência do sono, além de aumento de estágio 1 do sono NREM. Se mostrou também aumento de ondas alfa, ondas relacionadas ao estado de vigília relaxado, com olhos fechados. Ela aparece sobreposta a ondas delta em estágios 3 e 4 do NREM, levando a uma anomalia alfa-delta no EEG. Essas ondas alfa começaram a ser associadas a dor, energia e humor do paciente, estando relacionadas também ao aumento de dor sentida durante a noite.

Mecanismos neuronais podem estar relacionados ao efeito de hiperalgesia devido privação e/ ou interrupções no sono. Inicialmente temos que essas alterações ocorrendo

no sono REM levam a menor com a produção de proteínas opióides endógenas e/ ou a uma diminuição da afinidade dos receptores mi e delta opióides, relacionados a modulação da dor. Assim como, durante a privação do sono REM, se teria a anulação de processos como a aplicação de inibidores da encefalinase e de inibidor da MAO-B. Sendo que esse inibidor de MAO-B levaria ao estímulo de atividade dopaminérgica e serotoninérgica, relacionadas a regulação do sono e da dor.

Durante privações de sono de 8 horas a serotonina apresenta declínio gradual de seus níveis extracelulares em regiões cerebrais que estabelecem projeções para o núcleo da rafe, relacionado a uma das vias descendente de modulação da dor.

Pacientes com FM já tendem a apresentar menores níveis extracelulares de serotonina. Como também se observou aumento de substância P no fluido cerebral de pacientes com FMI sendo essa relacionada ao aumento da intensidade da dor.

5 CONCLUSÃO

A fibromialgia leva a dor crônica, intensa que pode vir a ter impacto significativo na qualidade de sono do paciente. Essa pior qualidade de sono, conseqüentemente, leva a perpetuação e intensificação de sintomas no dia seguinte nesses pacientes.

É preciso uma abordagem multidisciplinar com objetivo de levar a melhora da saúde e qualidade de vida desses pacientes, o que em parte está relacionada a melhorar a qualidade do sono deles. É preciso ainda novas pesquisas que busquem o manejo e tratamento adequado aos distúrbios do sono nestes pacientes.

REFERÊNCIAS

1. Comissão de Dor, Fibromialgia e Outras Síndromes Dolorosas de Partes Moles. Fibromialgia - Cartilha para pacientes. Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2011.
2. PROVENZA, José Roberto et al. Fibromialgia. Revista brasileira de reumatologia, v. 44, n. 6, p. 443-449, 2004.
3. MOREIRA, Demóstenes; SILVA, Davi de Sá; POZZATTI, Rodrigo Roitman. Impacto da dor musculoesquelética em pacientes com fibromialgia: estudo retrospectivo / Musculoskeletal pain impact in patients with fibromyalgia: retrospective study. Brazilian Journal of Health Review, v. 3, n. 5, 2020
4. GUI, Maisa et al. Distúrbios do sono em pacientes com fibromialgia. Neurobiologia, v. 73, n. 1, p. 175-82, 2010.
5. LAUTENBACHER, Stefan; KUNDERMANN, Bernd; KRIEG, Jürgen-Christian. Sleep deprivation and pain perception. Sleep medicine reviews, v. 10, n. 5, p. 357-369, 2006.
6. HARDING, Susan M. Sleep in fibromyalgia patients: subjective and objective findings. The American journal of the medical sciences, v. 315, n. 6, p. 367-376, 1998.
7. RUDIN, Nathan J. Fibromyalgia. In: Pain. Springer, Cham, 2019. p. 693-697.
8. GALVEZ-SÁNCHEZ, Carmen M.; DUSCHEK, Stefan; DEL PASO, Gustavo A. Reyes. Psychological impact of fibromyalgia: current perspectives. Psychology research and behavior management, v. 12, p. 117, 2019.