

Fibromialgia e saúde mental: evolução depressiva

Fibromyalgia and mental health: depressive evolution

DOI:10.34119/bjhrv5n5-033

Recebimento dos originais: 29/07/2022

Aceitação para publicação: 31/08/2022

Ramon Rodrigues de Sousa

Médico

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

Endereço: Rua Macaé, nº403, apto 201, Graça, Belo Horizonte - MG

E-mail: ramonred02@hotmail.com

Jéssica Casagrande Poleis Cardoso

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

Endereço: Rua Macaé, nº403, apto 201, Graça, Belo Horizonte - MG

E-mail: jessicacasagrande@hotmail.com

Izabela Barbara Barros Melo

Graduanda em Medicina

Instituição: Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

Endereço: Avenida Novara, 217, Bandeirante, Belo horizonte - MG

E-mail: izabbmelo@gmail.com

Isabel Cristina da Silva de Oliveira

Graduando em Medicina

Instituição: Faculdade da Saúde e Ecologia Humana (FASEH)

Endereço: Álvaro José dos Santos, 1510, Torre 5, apto 302 A, Lundceia, Lagoa Santa - MG

E-mail: oliveira.isabelcs@gmail.com

João Marcos de Castro Andrade

Mestre em Educação pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

Instituição: Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG)

Endereço: Avenida do Contorno, 7950, Lourdes, Belo Horizonte - MG

E-mail: joaomca73@hotmail.com

RESUMO

A literatura trata a fibromialgia como uma síndrome crônica, difusa, não inflamatória, com sítios dolorosos específicos à palpação, de etiologia e etiopatogenia pouco clarificada e diagnóstico clínico. Este estudo objetivou identificar como a literatura correlaciona os quadros de fibromialgia com saúde mental. Trata-se de uma revisão bibliográfica baseada na literatura mais recente, de até 5 anos, realizada por meio de consulta a artigos científicos selecionados através de busca em março de 2022 na base de dados PubMed por meio de MeSH Terms (Medical Subject Headings), Scientific Electronic Library Online (SciELO), utilizando os descritores: fibromialgia, depressão e saúde mental. Foram encontrados 367 artigos, excluídos 359 e lidos 8 artigos em sua íntegra. Os estudos encontrados apontaram para o entendimento de que a fibromialgia é a segunda causa médica mais comum relacionada à depressão.

Entretanto, não está claro se a depressão é resultado de sintomas crônicos; se ambos compartilham a mesma base genética ou se há combinação entre esses dois mecanismos. Os parâmetros que embasaram o estudo foram: a correlação entre fibromialgia e aumento dos casos secundários de depressão, especialmente quando associados a uma piora na qualidade de vida. Evidenciou-se, então, que apesar da associação da síndrome fibromiálgica (SFM) a transtornos psicofuncionais classicamente conhecidos, não é claro, até o momento, se há uma relação de causa e efeito entre os ambos, visto que os estudos demonstram tanto um comprometimento da saúde mental dos indivíduos com SFM já estabelecida, como também quadros depressivos prévios ao diagnóstico da mesma.

Palavras-chave: Fibromialgia, Depressão, saúde mental, qualidade de vida.

ABSTRACT

The literature treats fibromyalgia as a chronic, diffuse, non-inflammatory syndrome, with specific painful sites on palpation, of unclear etiology and etiopathogenesis and clinical diagnosis. This study aimed to identify how the literature correlates fibromyalgia with mental health. This is a bibliographic review based on the most recent literature, up to 5 years old, carried out by consulting scientific articles selected through a search in March 2022 in the PubMed database using MeSH Terms (Medical Subject Headings), Scientific Electronic Library Online (SciELO), using the descriptors: fibromyalgia, depression and mental health. A total of 367 articles were found, 359 were excluded and 8 articles were read in their entirety. The studies found pointed to the understanding that fibromyalgia is the second most common medical cause related to depression. However, it is unclear whether depression is a result of chronic symptoms; if both share the same genetic basis or if there is a combination of these two mechanisms. The parameters that supported the study were: the correlation between fibromyalgia and an increase in secondary cases of depression, especially when associated with a worsening in quality of life. It was evident, then, that despite the association of fibromyalgia syndrome (FMS) with classically known psychofunctional disorders, it is not clear, so far, if there is a cause and effect relationship between the two, since the studies demonstrate both an impairment mental health of individuals with established FMS, as well as depressive conditions prior to its diagnosis.

Keywords: Fibromyalgia, Depression, mental health, quality of life.

1 INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma doença crônica que afeta entre 2 a 8% da população e é mais comum em mulheres em relação aos homens. A prevalência da fibromialgia nos Estados Unidos está em 6,4% (7,7% em mulheres e 4,9% em homens). Estudos na Europa e América do Sul mostram uma faixa de 3,3 a 8,3% aumenta com a idade. Entre as idades de 40 a 55 anos, a causa da dor generalizada e musculoesquelético na maioria das mulheres é a fibromialgia. Entre os pacientes encaminhados para clínica de dor de atenção terciária, mais de 40% atenderam aos critérios de fibromialgia. O risco de fibromialgia é maior se houver uma doença reumática existente.

A sua etiologia é pouco clarificada, porém estudos mostram que a causa mais provável seja de origem multifatorial e a teoria mais bem aceita sobre o seu mecanismo fisiopatológico é a da sensibilização central, onde as áreas matriciais da dor no cérebro são mais fortemente ativadas que em outros indivíduos por diversos estímulos. Desta forma, os pacientes se tornariam hipersensíveis à percepção da dor.

A hipervigilância constante da dor também está associada a inúmeros problemas psicológicos. Anormalidades observadas na fibromialgia incluem: níveis elevados dos neurotransmissores excitatórios como glutamato e substância P, níveis reduzidos de serotonina e norepinefrina nas vias anti-nociceptivas descendentes na medula espinhal, aumento prolongado das sensações de dor, desregulação da dopamina, alteração na atividade de opioides endógenos cerebrais.

Atualmente, a síndrome da fibromialgia é definida de acordo com os critérios de classificação do Colégio Americano de Reumatologia de 1990 e validados para o Brasil pela Associação Brasileira de Reumatologia. Destacam-se dentre os critérios: fadiga, distúrbio do sono, rigidez matinal, sintomas cognitivos, depressão do humor, ansiedade e pontos específicos de hipersensibilidade, chamados de pontos-gatilho ou *tender points*, sem que haja processos inflamatórios musculares presentes.

Somado à esses sintomas, o paciente fibromiálgico apresenta dificuldade em trabalhar normalmente, interferindo negativamente no desempenho de outras atividades diárias e, conseqüentemente, na sua qualidade de vida. Sendo assim, o alto estresse psicológico gerado se torna o estímulo para o desenvolvimento de transtornos de saúde mental, tais como a depressão. Entretanto, não há comprovação de que a fibromialgia seja uma variante da doença depressiva.

Neste sentido, é fundamental encontrar-se formas efetivas de avaliação dos sintomas da fibromialgia, e do impacto na qualidade de vida, uma vez que uma avaliação correta e completa pode contribuir para propor diferentes formas de abordagem a estes pacientes.

2 OBJETIVO

Revisar a bibliografia mais recente, de até 5 anos, com a finalidade de identificar e compreender qual a relação entre fibromialgia e saúde mental encontrada na literatura.

3 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica na base de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), PubMed por meio de *MeSH Terms* (Medical Subject Headings). O construtor

de busca foi formado pelos termos "*fibromyalgia*", "*mental health*" "*depression*" unidos pelo operador de busca "*AND*".

Foram utilizados como critérios para revisão: 1) a viabilidade do texto deveria ser para texto completo disponível ("*free full text available*"), e 2) data de publicação anterior a 5 anos. Não houve restrição de idioma e região de publicação. O modo de seleção dos artigos foi realizado primeiramente por títulos e, a seguir pelos resumos, de acordo com a intenção do trabalho de identificar como a literatura correlaciona os quadros de fibromialgia com saúde mental. Desta forma, excluiu-se trabalhos que abordavam estudos com foco em fármacos, fibromialgia em idade pediátrica e categorias de incapacidade.

4 RESULTADOS

Estabelecidos os critérios, foram encontrados 367 artigos, excluídos 359 e lidos 8 artigos em sua íntegra com o objetivo de compreender qual a relação entre fibromialgia e saúde mental encontrada na literatura.

5 DISCUSSÃO

A depressão é o transtorno psicológico mais frequente entre os pacientes com fibromialgia. A prevalência da síndrome depressiva entre os pacientes com fibromialgia varia entre 28,6 a 70%, sendo que a incidência durante a vida inteira do doente, varia entre 62 e 86%. A síndrome depressiva caracteriza-se por humor deprimido, perda de interesse ou prazer na maioria ou em todas as atividades, insônia ou hipersonia, mudança no apetite ou peso, retardo ou agitação psicomotora, baixa energia, baixa concentração, pensamentos de inutilidade ou culpa e pensamentos recorrentes sobre morte ou suicídio. Alguns estudos apontam para o fato de muitos sintomas hipomaníacos, como por exemplo as mudanças rápidas de humor, estarem presentes nos pacientes portadores de fibromialgia com uma frequência duas vezes superior à normal. A relação entre fibromialgia e depressão é também apoiada pela sobreposição de regiões cerebrais que estão envolvidas nestas duas síndromes, tal como a região límbica e paralímbica do córtex frontal. Além disso, um Jung, Y. H. *et al* (2021) realizou um estudo sobre neurometabólitos no qual utilizou espectroscopia de ressonância magnética de prótons para identificar neurometabólitos no córtex, tálamo e insula, demonstrando o importante papel dos fatores psicológicos na percepção da dor nesses pacientes. Portadores de SFM e depressão demonstraram aumento do fluxo sanguíneo cerebral na amígdala e insula anterior, áreas importantes na resposta afetiva à dor. Isso infere que, pacientes que portam concomitantemente

SFM e depressão tem uma maior sensibilidade à dor, tal podendo ser essa uma das causas de tais patologias cursarem juntas em tantos casos.

Ainda que pouco esclarecida a etiopatogenia da SF, a literatura ressalta o aspecto multifatorial desta, havendo alguns fatores desencadeadores da doença, sendo um deles as alterações do sono. Biggati *et al* (2008) utilizou-se de escalas para avaliar a correlação entre a dor, a qualidade do sono, grau de depressão e o impacto da SF na qualidade de vida de 600 pacientes com SF durante 1 ano. Os achados de tal evidenciaram que a má qualidade do sono tanto precede a dor na fibromialgia quanto exacerba os sintomas. Desta forma, um sono pobre, especialmente quando crônico, parece aumentar a vulnerabilidade à dor e diminuir a funcionalidade física, culminando, assim, com a depressão e demonstrando que a deterioração mental pode ser estabelecida antes mesmo da manifestação da SFM.

Segundo Carvalho *et. al.* (2019) um dos principais fatores que também podem estar contribuindo as repercussões da fibromialgia é a dificuldade que algumas pessoas têm em comunicar a dor de forma direta dentro de um quadro de dores crônicas, prejudicando assim não apenas o paciente, como também suas relações interpessoais com familiares e profissionais. Desta forma, infere-se que diante da doença e da incapacidade tanto física como psicológica os pacientes frequentemente se sentem desanimados, desencorajados e desamparados, prejudicando o diagnóstico, prevenção e seu consequente tratamento.

Observou-se, assim, que a funcionalidade nos indivíduos portadores da síndrome mostra-se reduzida à medida que estudos demonstraram que esses pacientes possuem menor força muscular voluntária, capacidade de resistência, habilidade de caminhar, e função dos braços comprometida quando comparados com indivíduos saudáveis. (Homann *et. al.*, 2011).

Sendo assim, correlacionando ao estudo de Rodrigues; Brisky; Soczek, (2017) percebe-se que a fibromialgia atinge diretamente a vida diária do indivíduo limitando-o em suas atividades, por isso, é comum que a depressão ocorra concomitantemente. Os sintomas causados tanto pela fibromialgia como a dor crônica, a fadiga, o sono não restaurador quanto pela depressão como as consequentes alterações de humor, baixa energia e sentimento de inutilidade, impactam a aptidão e a disposição dos indivíduos tanto para a realização de atividades funcionais cotidianas quanto para o desempenho profissional, desta forma conseguimos evidenciar o impacto direto da SFM na saúde mental do indivíduo.

Esses achados evidenciam a necessidade de abordagem psicológica do paciente com fibromialgia para a prevenção de psicopatologia, seu adequado tratamento quando necessário e a promoção da saúde mental.

Cardoso et. al. (2011) em um estudo de corte transversal foi realizado com 31 voluntárias com idades entre 35 e 60 anos, pareadas em dois grupos: 16 com SFM (fibromialgia) e 15 grupo-controle. Os dois grupos foram submetidos à avaliação da força de uma repetição máxima de flexão e extensão de joelhos, aplicação do questionário de qualidade de vida SF-36, teste de caminhada de 6 minutos e avaliações de forças por diversas formas de medidas. Como resultados deste estudo destacou-se que, na aplicação do questionário de qualidade de vida SF-36, as mulheres com SFM tiveram redução da capacidade funcional, aumento de dor e piora do estado geral de saúde. Os resultados gerais do estudo, revelaram redução da força muscular em membros superiores e inferiores, redução na distância percorrida durante o teste de caminhada de 6 minutos em mulheres com SFM e redução também da qualidade de vida. Tal achado suplementa todo o ante exposto e, de maneira geral, pode-se inferir que o paciente fibromiálgico apresenta tanto dificuldade em trabalhar com sua performance habitual quanto pior desempenho em suas atividades diárias, o que acarreta uma piora na qualidade de vida destes pacientes. Adicionalmente, o fato de a fibromialgia não ter sua origem determinada e nem a cura plena corrobora para que os sentimentos de desamparo e vulnerabilidade sejam frequentemente observados.

Apesar de nenhum tratamento ter se mostrado eficaz para todo o escopo de sintomas e incapacidade associada à SFM, as diretrizes da American Pains Society (APS) e as recomendações da European League Against Rheumatism (EULAR) para SF dão o mais alto nível de recomendação aos antidepressivos.

Conforme diversos relatos bibliográficos pode-se inferir a existência de diversas opções de tratamento para esta síndrome, pelo que é fundamental que o clínico faça a sua escolha com base na melhor evidência científica. Segundo a evidência atualmente disponível, o tratamento da fibromialgia é multidisciplinar. É necessário reforçar a importância das medidas não farmacológicas (principalmente exercícios físicos) e estimular a participação ativa do paciente no tratamento e sempre orientar sobre a benignidade da condição. Além disso a orientação sobre a doença, higiene do sono, atividades físicas (baseadas em solo ou água), terapia cognitivo-comportamental são pilares do tratamento.

Pode-se utilizar medidas farmacológicas como ciclobenzaprina, inibidores da recaptção da serotonina e noradrenalina como duloxetine, venlafaxina, desvenlafaxina, descritos na literatura como medicações de primeira escolha em pacientes com transtorno de humor ou de ansiedade associados a quadros álgicos. Já o uso de amitriptilina foi vista como vantagem em pacientes com insônia, mas deve ser evitado em pacientes com glaucoma não controlado pois há indícios de risco de elevação da pressão intraocular.

Em relação aos opióides o Tramadol foi o único estudado na fibromialgia, mas seu uso rotineiro deve ser evitado devido a riscos de dependência. Anti-inflamatórios não esteroidais segundo os estudos não apresentaram benefícios e devem ser evitados e o mesmo é válido para corticoides. Levando-se em consideração que a presente revisão não aprofunda seu foco em tratamento, fica resumido a estes parágrafos.

6 CONCLUSÃO

O objetivo final dessa revisão bibliográfica consistiu em identificar e compreender qual a relação entre fibromialgia e saúde mental encontrada na literatura. Foi evidenciado que a fibromialgia favorece impactos negativos em diversos aspectos da vida do paciente. Dentro desse quadro, destacam-se os prejuízos em saúde mental como estresse, ansiedade, depressão, redução da qualidade de vida geral, necessidade de ajustamento e resiliência. Ressalta-se que a fibromialgia pode se apresentar de forma isolada ou associadas a outras síndromes psicológicas. A condição de comorbidade deixa o indivíduo mais vulnerável a prejuízos em saúde de maneira geral.

Apesar da coexistência de quadros onde há comprometimento psicofuncional e SFM, a literatura não deixa claro se a afecção a saúde mental se dá exclusivamente prévia ou após o quadro fibromiálgico. Porém, é inegável ressaltar que, independente da origem do problema, indivíduos com esta síndrome dolorosa apresentam limitações físicas e mentais já que há uma extrema dificuldade em executar um dos pilares do tratamento que é o exercício físico, contribuindo ainda mais para piora da qualidade de vida.

Desta forma, de acordo com a Sociedade Brasileira de Reumatologia e o Tratado de Psiquiatria (Antônio Egidio Nardi) conclui-se que além do tratamento medicamentoso de pacientes com SFM necessitar de uma individualização, também faz-se necessário uma abrangência biopsicossocial para uma abordagem realmente completa desta síndrome, ou mesmo evitar uma evolução de pior prognóstico para tal.

REFERÊNCIAS

- ASCENSO, L. R. S.; PIRES, A. C.; MACIEL, G. F.; TOSTA, I. R.; SANTO, P.; MOREIRA, S. B.; MENDES, M. C. Fibromialgia e suas consequências no cotidiano do paciente. **Brazilian Journal of Development** Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/24950/19893>. Acesso em: 20 mar. 2022.
- BECKER, R. M. R. et al. Interação entre qualidade do meio ambiente, estresse e a variação do gene APOE na determinação da suscetibilidade à fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**. 2010, v. 50, n. 6. pp. 617-624. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0482-50042010000600003>. Acesso em: 21 mar. 2022.
- BENNETT, R.M., JONES, J., TURK, D.C., RUSSELL, I.J., & MATAALLANA, L. Uma pesquisa na internet com 2.596 pessoas com fibromialgia. **Distúrbios musculoesqueléticos da BMC**, 2007, 8, 27. Disponível em: <https://doi.org/10.1186/1471-2474-8-27>. Acesso em: 19 mar. 2022.
- BESSET, V.; GASPARD, J.; DOUCET, C.; VERAS, M.; COHEN, R. **Revista Mal-Estar e Subjetividade**, Fortaleza, v.10, n.4, dez.2010. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/rmes/article/view/4968>. Acesso em: 21 mar. 2022.
- CASTRO, A. L. H.; MATOS, L. N.; PACHECO L. P.; CHAVES, M. G.; DOMINATO; R. B.; XAVIER, R. M.; PEREIRA B. S. **Centro Universitario de academia (Uniacademia-JF)**, ago. 2021. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/ANL/article/viewFile/3098/2101>. Acesso em: 21 mar. 2022.
- GUNNAR, M.; QUEVEDO, K. A neurobiologia do estresse e desenvolvimento. **Revisão anual da psicologia**, 58, 145-173. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085605>. Acesso em: 21 mar. 2022.
- JUNG, Y. H., KIM, H., LEE, D., LEE, J. Y., LEE, W.J., MOON, J. Y., CHOI, S.H., KANG, D. H.. Abnormal neurometabolites in fibromyalgia patients: Magnetic resonance spectroscopy study. **Molecular pain**, Jan-Dec 2021;17. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/1744806921990946>. Acesso em: 21 mar. 2022.
- JUNIOR, J. O. O.; RAMOS, J. V. C. Adherence to fibromyalgia treatment: challenges and impact on the quality of life. **Brazilian Journal of Pain** v. 2, n. 1 pp. 81-87 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20190015>. Acesso em: 21 mar. 2022.
- LORENA, S. B.; PIMENTEL, E. A. S; FERNANDES, V. M.; PEDROSA, M. B.; RANZOLIN, A.; DUARTE, A. L. B. P. Avaliação de dor e qualidade de vida de pacientes com fibromialgia. **Revista Dor** . 2016, v. 17, n. 1 , pp. 8-11. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1806-0013.20160003>. Acesso em: 26 mar. 2022.
- MARTINEZ, J. E.; BOGOLA, S. C. B.; KADRE, J. M. R. Há correlação entre o grau de resiliência e o impacto da fibromialgia na qualidade de vida? **Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba**, mar.2017. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/RFCMS/article/view/25579/pdf>. Acesso em: 21 mar. 2022.

MOURA, C. R. B.; MACEDO, J. L. C.; SILVA, A. M.; MARTINS, L. B. F.; SANTO, L. A. S.; MELO, M. M.; SILVA L. M. A.; CARDOSO, L. K. A. Uso da hidrocinesioterapia em pacientes com síndrome da fibromialgia. **Brazilian Journal of health Review**, ago.2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/15003/12388>. Acesso em: 23 mar. 2022.

OLIVEIRA, R. R.; KUHN, D.; RIGOLI, M.M.; BUCKER, J. Contribuições e principais intervenções da terapia cognitivo comportamental no tratamento do transtorno bipolar. **Aletheia**, Canoas, v. 52, n. 2, p. 157-165, dez. 2019. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942019000200013&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 21 mar. 2022.

RAMIRO, F. S.; JUNIOR, I. L.; SILVA, R. C. B.; MONTESANO, F. T.; OLIVEIRA, N. R. C.; DINIZ, R. E. A.; ALAMBERT, P. A.; PADOVANI R. C. Investigação do estresse, ansiedade e depressão em mulheres com fibromialgia: um estudo comparativo. **Revista Brasileira de Reumatologia**. 2014, v. 54, n. 1, pp. 27-32. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rbr.2013.04.006>. Acesso em: 21 mar. 2022.

REIS, M. J. D.; RABELO L. Z. Fibromialgia e Estresse: explorando relações. **Temas em Psicologia**. 2010, 18(2), 399-414. Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=513751436014>. Acesso em: 21 mar. 2022.

RODRIGUES, G. F.; BRISKY, I. A.; SOCZEK, K. L. A relação entre fibromialgia e depressão. **Revista da Faculdade SANT'ANA**, ago.2017. Disponível em: <https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/tcc/article/view/84>. Acesso em: 21 mar. 2022.

SANTOS, A. M. B.; ASSUMPSÃO, A., MATSUTANI L. A.; PEREIRA, C. A. B.; LAGE, L. V.; MARQUES A. P. Depressão e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia. **Brazilian Journal of Physical Therapy**. 2006, v. 10, n. 3, pp. 317-324. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-35552006000300011>. Acesso em: 21 mar. 2022.