



## A Fisioterapia no Tratamento da Fibromialgia

### Autor(res)

Luiz Henrique Alves Dos Santos  
Cleide Das Graças Santos  
Pablo Fraga Alexandre  
Victor Martins Aguilar Escobar  
Thiago Santos Da Silva  
Leonardo Domingues Ramos  
Lucas Prestes  
Diego De Carvalho Maia

### Categoria do Trabalho

1

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### Introdução

A fibromialgia afeta negativamente na qualidade de vida dos pacientes por estar relacionada a dor constante e rigidez muscular. O impacto global envolve aspectos pessoais, profissionais, familiares e sociais, correlacionando-se fortemente com a intensidade da dor, fadiga e decréscimo da capacidade funcional. Os pacientes costumam dizer que não há nenhum lugar do corpo que não doa. Uma característica da pessoa com fibromialgia é a grande sensibilidade ao toque e à compressão de pontos específicos do corpo.

Ela é uma síndrome reumática de etiologia desconhecida, que pode ser definida como uma síndrome de amplificação dolorosa crônica. Esta síndrome é caracterizada por dor difusa musculoesquelética crônica e generalizada pelo corpo, com duração maior que três meses. Muitas vezes fica difícil definir se a dor é nos músculos ou nas articulações.

### Objetivo

O Objetivo desse estudo é compreender de que forma a fisioterapia age diretamente intervindo nos sintomas da fibromialgia; e compreender de maneira clara que a atuação da fisioterapia é de grande importância no tratamento da fibromialgia, pois além de promover condicionamento físico, e fortalecimento muscular, possibilita a redução dos sintomas causadas pela patologia.

### Material e Métodos

O presente estudo foi de caráter bibliográfico, descritivo com finalidade em abordar a fisioterapia na melhora dos sintomas da fibromialgia. Realizou-se um levantamento na base de dados SCIELO (Scientific Electronic Library Online) e Scholar Google (Google Acadêmico) do período de 2006-2022. Foram selecionados os artigos de interesse para estudo, no total de 07 artigos científicos, que foram analisados, interpretados e organizados após uma leitura crítica analítica com a finalidade de selecionar a ideia principal do trabalho científico pesquisado. Após



essa seleção, os artigos foram separados por sub temas como definição da doença, etiologia, diagnóstico, tratamento e atuação da fisioterapia na fibromialgia. Em relação aos aspectos éticos, o estudo seguiu uma linha de revisão bibliográfica respeitando a literatura pesquisada e os resultados alcançados foram obtidos sem modificar o contexto nos artigos pesquisados.

## Resultados e Discussão

Para Carvalho e Pereira (2014), pacientes com fibromialgia apresentam redução significativa da força e desempenho muscular se comparados com indivíduos sem a doença. Segundo Silva et al. (2008), melhorando o condicionamento físico, sequencialmente ocorre a melhora dos sintomas como a fraqueza muscular e a presença da dor após esforço físico. Estudos relatam que o exercício aeróbio gera benefícios físicos como diminuição da dor, da tensão muscular e da disfunção física.

Segundo o Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia de 2010, pacientes com fibromialgia devem ser encaminhados a realizar atividades musculoesqueléticas por no mínimo duas vezes na semana, afirma que, programas individualizados de exercícios aeróbicos podem ser benéficos para alguns indivíduos e que devem ser moderadamente intensos atingindo uma resistência leve e não o ponto algico, evitando assim a dor gerada pelo exercício.

## Conclusão

A fisioterapia demonstrou eficaz papel na diminuição do impacto dos sintomas da fibromialgia na vida dos pacientes, através de várias abordagens terapêuticas, melhorando a sua capacidade funcional e contribuindo para a manutenção de sua qualidade de vida. Os exercícios terapêuticos constituem o principal recurso na fisioterapia para promover a melhora da função física.

## Referências

CATALAM, André; GUIMARAES, João Eduardo; CABRAL, Rodrigo; CARVALHO, Fernanda. Benefícios da fisioterapia no paciente com fibromialgia- uma revisão; Revista multidisciplinar do Nordeste Mineiro, v.1.2022/01 ISSN 2178-6925.

FARIA, Priscila; SILVA, Lorena; FONSECA, Angélica; SILVA, Raimisson; MEIRELES, Cecília; PERNAMBUCO, Andrei. Fibromialgia: diagnóstico, fisiopatologia e tratamentos/ Conexão ci.: r. cient. UNIFOR-MG, Formiga, v. 9, n. 1, p. 01-19, jan./jun. 2014.

FRIEDRICH, João Victor; UHDE, Sara; ZANINI, Elaine; Fibromialgia: Importância do Conhecimento da Doença e seus tratamentos; FAG Journal of Health- ISSN 2674-550X, v. 2, n. 2, p. 307-314, 2020.

MOSMANN, Alice; ANTUNES, Carla; OLIVEIRA, Danesa de; NEVES, Caren Lara Martins; Atuação fisioterapêutica na qualidade de vida do paciente FIBROMIÁLGICO; Scientia Médica, Porto Alegre: PUCRS, v. 16, n. 4, out./Dez 2006.