

TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO COMO ESTRATÉGIA PARA MINIMIZAR OS EFEITOS DELETÉRIOS DA FIBROMIALGIA

BIM, Márcia Cristina Belino Tristão¹

Formatado: À direita

RESUMO

Objetivo: Discorrer sobre os resultados do tratamento fisioterapêutico em pacientes com fibromialgia. **Métodos:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica em que foram analisados estudos sobre o tema. **Resultados e discussão:** As técnicas de tratamento encontradas são uma mescla de terapias alternativas e trazem resultados, mesmo que discretos, sobre o quadro de fibromialgia, cabe ao profissional avaliar qual a melhor para cada caso.

Palavras-chaves: Fibromialgia. Fisioterapia. Reabilitação.

ABSTRACT

Objective: To discuss the results of physical therapy treatment in patients with fibromyalgia. **Methods:** This is a bibliographical research in which studies on the subject were analyzed. **Results and discussion:** The treatment techniques found are a mixture of alternative therapies and bring results, even if slight, on the fibromyalgia picture, it is up to the professional to assess which is the best for each case.

Keywords: Fibromyalgia. Physiotherapy. Rehabilitation.

Introdução

A fibromialgia (FM) é uma síndrome complexa, não inflamatória (LIPHAUS et al., 2001), de etiologia desconhecida, provavelmente multifatorial que se manifesta no sistema musculoesquelético por meio de dor difusa e crônica, em no mínimo 11 de 18 pontos sensíveis (tender points). Geralmente, está associada com a fadiga, a ansiedade, a rigidez muscular, a sensibilidade cutânea, a dor após o exercício físico, a incapacidade funcional e a anormalidade

do sono (COSTA et al., 2005; MARTINEZ, et al., 2006).

Ela se baseia no critério de dor crônica (por mais de 3 meses) em vários pontos (cervical, dorsal e lombar), acima e abaixo da cintura, bilateral e palpação dolorosa de pelo menos 11 dos 18 pontos tendinosos.

A fibromialgia não provoca inflamações, nem enfermidades físicas, porém pode estar associada a outras doenças reumatológicas, o que pode dificultar o seu diagnóstico. Desta forma a sua definição é utilizada para diagnosticar pacientes, com dores generalizadas e sensação de musculatura tensa e dolorida, sensíveis a pressão.

Além dos tipos de tratamento mais usuais, é importante encontrar alternativas eficazes que objetivem amenizar o impacto da fibromialgia sobre a qualidade de vida dos pacientes, principalmente por conta da dor difusa e crônica que muitas vezes não alivia somente com medicamentos. Deste modo, o tratamento fisioterapêutico com um recurso analgésico local pode ser uma das alternativas de tratamento que vise minimizar o impacto da sintomatologia da fibromialgia.

Objetivos

Analisar os benefícios da Fisioterapia no tratamento da Fibromialgia; discorrer sobre técnicas, métodos e tipos de exercícios mais utilizados, entender como funciona cada tipo de tratamento fisioterápico para fibromialgia.

Métodos

Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, através de fontes secundárias, tais como livros, artigos científicos, teses e revistas. Após a leitura, foi realizado o apontamento das ideias mais relevantes sobre o objeto de estudo – o tratamento fisioterapêutico da Fibromialgia.

O levantamento bibliográfico foi realizado a partir de pesquisas (2000 a 2021) nas bases de dados SCIELO, LILACS MEDLine e PubMed, a partir das palavras-chave: fibromialgia, fisioterapia, e reabilitação. Os critérios de inclusão foram os materiais de livre acesso (gratuitos), em língua portuguesa (ou com tradução disponível) e que possuam relação direta com o que será estudado. Os

critérios de exclusão foram os materiais que sejam pagos, e aqueles que não possuem pertinência e relação direta com o assunto.

Após a coleta dos dados foi feita a leitura de todo o material, e as principais informações foram compiladas em uma tabela. Posteriormente foi feita uma análise descritiva, a fim de estabelecer uma melhor compreensão sobre o que há na literatura acerca do tema a ser investigado.

Resultados

Os pacientes reagem de umas formas diferentes ao mesmo tipo de tratamento, pois são muitas variáveis a serem levadas em conta. estudos feitos com programas de condicionamento físico e alongamentos musculares traz melhora na aptidão física, bem-estar, força muscular, entre outros fatores.

Observou-se que a maioria dos estudos feitos com programas de condicionamento físico e alongamentos musculares traz melhora na aptidão física, bem-estar, força muscular, entre outros fatores.

Também pode-se constatar que tratamento através da hidroterapia, fazendo uso da água com objetivos terapêuticos proporciona grande alívio na fibromialgia, pois, movimentos na água são lentos e dão suporte às estruturas corporais, permitindo maior mobilidade e facilidade de alongamento.

Os pacientes que foram submetidos à tratamento com estimulação nervosa elétrica (TENS) juntamente com exercícios de alongamento tiveram melhora da flexibilidade, dor e alguns aspectos da qualidade de vida.

Os estudos apresentados nos mostram que as diversas técnicas utilizadas trazem resultados, mesmo que discretos, sobre o quadro de fibromialgia, e cada pequena melhora na diminuição dos efeitos da doença e na qualidade de vida desses pacientes já se faz muito válida.

Considerações Finais

A complexidade das manifestações clínicas da fibromialgia tem sido relacionada à procura de muitos pacientes por médicos de diversas especialidades. A fisioterapia apresenta diversas técnicas que oferecem a esses

pacientes melhoras em seus sintomas e melhora em sua qualidade de vida, mesmo que discretos.

Os resultados variam de um caso ao outro, portanto, cabe ao profissional investigar e analisar cada caso individualmente e decidir qual a melhor técnica a ser usada, observando seu progresso e adaptando o tratamento sempre que se fizer necessário.

Referências

COSTA SRMR, NETO MSP, TAVARES-NETO J, KUBIAK I, DOURADO M S, ARAÚJO AC, ALBUQUERQUE LC, RIBEIRO P. Características de pacientes com síndrome da fibromialgia atendidos em hospital de Salvador - BA, Brasil. Rev. Bras. Reumat. 2005.

LIPHAUS BL, CAMPOS LMMA, SIVA CAA, KISS MHB. Síndrome da fibromialgia em crianças e adolescentes: estudo clínico de 34 casos. Rev. Bras. Reumat. 2001.