

# O USO DA TERAPIA MANUAL EM PACIENTES DE FIBROMIALGIA

DIAS, Rômulo Freitas<sup>1</sup>; Andolfato, Kleber Rogério<sup>2</sup>

**Palavras-chaves:** Analgesia. Fibromialgia. Liberação miofascial.

## INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma síndrome reumática crônica de etiologia desconhecida que afeta principalmente mulheres.

Dentre as patologias que se harmonizam na lista de dores crônicas está a fibromialgia, distúrbio de etiologia desconhecida, distinto da instintiva, geral e sensível à dor muscular palpável, identificada pelo American College of Rheumatology em 1990 (ACR) destaca que a o diagnóstico desse distúrbio é feito pela observação física dos tender points, que são pontos específicos encontrados pelos pacientes com fibromialgia, com prevalência superior a três meses (LORENA *et al.*, 2016.).

A fibromialgia costumava ser diagnosticada quando uma pessoa tinha dor generalizada e sensibilidade em pelo menos 11 pontos-gatilho em todo o corpo, verificado por meio da digito-pressão, uma das técnicas utilizadas na liberação miofascial.

A técnica de liberação miofascial, que apresenta a mobilização manual da fásia para restauração da integridade tecidual, aumento da amplitude de movimento, qualidade do movimento e alívio da dor. Em estudos de biópsia, níveis elevados de colágeno e mediadores inflamatórios foram encontrados na fásia de pacientes com fibromialgia. Disfunção e inflamação desse tecido conjuntivo intramuscular podem levar à sensibilização central, fenômeno observado nesse cenário. As alterações fibróticas miofasciais podem ser tratadas usando técnicas de liberação miofascial e de tecidos moles que são benéficas para quebrar as aderências causadas pelo excesso de colágeno, onde essas técnicas reduzem a tensão no sistema fascial.

## OBJETIVO

---

<sup>1</sup> Rômulo Freitas Dias. Acadêmico do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2022.

<sup>2</sup> Kleber Rogério Andolfato. Orientador da pesquisa. Coordenador e Docente do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2022.

Descrever por meio de uma revisão, a importância da liberação miofascial no tratamento e melhora sintomatológica da Fibromialgia.

## MÉTODO

Trata-se de uma revisão bibliográfica, para qual serão selecionados artigos científicos nas bases de dados: Scielo, ANIMA, semesp. Serão pesquisados artigos publicados entre 2012 a 2020.

Serão considerados como critérios de inclusão os artigos disponibilizados no idioma oficial do país (português) e no idioma em inglês.

Os critérios de exclusão serão os artigos datados antes de 2012

As palavras chaves utilizadas como estratégia de busca são: liberação miofascial e fibromialgia.

## RESULTADOS

**Quadro 1 – Resumo dos Estudos**

<b>Autor/Ano</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Amostras</b>	<b>Resultados</b>
CAURIO, E. H. A. <i>et al</i> (2019)	REVISÃO INTEGRATIVA	Não disponibilizado	Acerca dos dados da FIQ*, a liberação miofascial foi eficaz
MONTENEGRO, M. L. <i>et al</i> . (2021)	REVISÃO INTEGRATIVA	Não disponibilizado	A realização de exercícios de liberação miofascial tem a capacidade de melhorar a dor e qualidade de vida relacionada à saúde em pessoas que possuem a fibromialgia.
PEREIRA, A. W. B <i>et al</i> . (2020)	REVISÃO DE LITERATURA	Não disponibilizado	A aplicação de um programa de LM pode melhorar a qualidade de vida relacionada à saúde das pessoas com FM, desde que sejam realizadas práticas regulares e estruturadas.
ZIANI et al., (2016)	REVISÃO INTEGRATIVA	12 a 86 participantes	Imediato: Melhora nos pontos dolorosos, na dor, função física e severidade clínica, 6 meses após: Melhora nos pontos dolorosos, dor, função física e gravidade clínica, 1 ano após: Melhora nos pontos dolorosos, número de dias se sentindo bem e gravidade clínica
SILVEIRA, B. C; SCHMITZ, P (2020)	REVISÃO INTEGRATIVA	Entre 12 à 94 pacientes	Êxito na aplicação da técnica de RM no tratamento da FM para os sintomas de dor, ansiedade, depressão, melhora do sono,

			capacidade funcional e Qualidade de Vida
ALVES, A. S. <i>et al.</i> (2019).	REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	Não disponibilizado	Influenciou a flexibilidade articular, com capacidade de alterar a amplitude de movimento para mais e para menos graus, em diferentes articulações no sentido de uma aproximação em relação à normalidade, proporcionando ao indivíduo uma reorganização estrutural e funcional.

Fonte: Autor da pesquisa, (2022).

Siglas\*: Questionário de impacto da fibromialgia (FIQ)

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das evidências encontradas no presente estudo, conclui-se que no tratamento conservador para a sintomatologia da fibromialgia, uma das técnicas de terapia manual com maior resultado é a liberação miofascial, capaz de melhorar sintomas de dor, ansiedade, depressão, melhora do sono, capacidade funcional e qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

ALVES, A. S. *et al.* 2019. Técnica de terapia miofascial no tratamento da fibromialgia. Jales no estado de São Paulo. Disponível em: <https://conic-semesp.org.br/anais/files/2019/trabalho-1000003459.pdf>. Acesso em :15 de maio de 2022.

CAURIO, E. H. A. *et al.* Efeitos das diferentes técnicas de massagem no tratamento da dor fibromiálgica: uma revisão integrativa. Santa Maria no estado do Rio Grande do Sul. 2019. Disponível em:

<https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumS/article/download/2675/2452>.

Acesso em: 20 de maio de 2022.

CLAYTON, D Hope Valley no Canada. Terapia de Liberação Miofacial – Um tratamento eficaz para reduzir a dor da fibromialgia. Disponível em: <https://myomasters.com.au/chronic-pain/myofacial-release-therapy-an-effective-treatment-to-reduce-fibromyalgia-pain/>. Acesso em: 10 de maio 2022.

MONTENEGRO, M. L. *et al* . Perspectivas do manejo terapêutico em pacientes com fibromialgia: uma revisão integrativa .Colatina no estado do Espírito Santo. 2021.

Disponível em:

<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/download/7926/4997/>. Acesso em: 20 de maio de 2022.

NATHALIA, R. A Novo Hamburgo no estado do Rio Grande do Sul. Disponível: em

[https://www.unifacvest.edu.br/assets/uploads/files/arquivos/037e7-pickler,-rayane-nathalia-do-amaral.-recursos-fisioterapeuticos-no-tratamento-de-pacientes-com-fibromialgia.-fisioterapia.-lages\\_-unifacvest,-2019-02.pdf](https://www.unifacvest.edu.br/assets/uploads/files/arquivos/037e7-pickler,-rayane-nathalia-do-amaral.-recursos-fisioterapeuticos-no-tratamento-de-pacientes-com-fibromialgia.-fisioterapia.-lages_-unifacvest,-2019-02.pdf). Acesso em: 20 de maio de 2022.

NECKMAN, W. F Fort Lauderdale no estado da Florida. Disponível em:

<https://riovistawellnesscenter.com/blog/100-easing-the-symptoms-of-fibromyalgia-with-myofascial-release.html>. Acesso em:15 de maio 2022.

PROVENZA, J. R *et al* São Paulo,2011. Fibromialgia. Disponível

em:<https://www.scielo.br/j/rbr/a/xKmjCGfP8SQnPqngfQ9CS7w/?lang=pt>. Acesso em: 15 de maio de 2022.

PEDRO, N. T et al Goiânia no estado de Goiás. Disponível em:

<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/1826/1/ABORDAGENS%20FISIOTERAPE%CC%82UTICAS%20NO%20TRATAMENTO%20DA%20FIBROMIALGIA%20UMA%20REVISA%CC%83O%20BIBLIOGRA%CC%81FICA%20NEREU.pdf>. Acesso em: 20 de maio de 2022.

PEREIRA, A. W. B *et al* . Liberação Auto-Miofascial no tratamento da fibromialgia:

revisão de literatura sistemática. Piracanjuba no estado de Goiás. 2020. Disponível

em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BJHR/article/view/8867/7590>.

Acesso em: 15 de maio 2022.

SECCHI, J. B *et al* Passo Fundo no estado do Rio Grande do Sul. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rdor/a/FdQbJyRNR4KMDJf8GRrPC8Q/?lang=pt&format=pdf>.

Acesso em: 15 de maio de 2022.

SILVEIRA, B. C; SCHMITZ, P. A reorganização miofascial no tratamento da

fibromialgia: uma revisão integrativa. Palhoça no estado de Santa Catarina. 2020.

Disponível

em:<https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/8854/1/A%20TCC%20REORGANIZA%C3%87%C3%83O%20MIOFASCIAL%20NO%20TRATAMENTO%20DA%20FIBROMIALGIA%2027.07.pdf>. Acesso em: 15 de maio de 2022.

ZIANI, M. M. et al., Efeitos da terapia manual sobre a dor em mulheres com fibromialgia: uma revisão de literatura. *Ciência&Saúde* 2017;10(1):48-55. Recebido em 04/05/2016, aceito em 02/09/2016. Disponível em: Acesso em: 20 de agosto de 2019.