

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**RELEVÂNCIA DA INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA ABORDAGEM
MULTIDISCIPLINAR DA DOR CRÔNICA EM PACIENTES COM
FIBROMIALGIA**

Ariane Lemos Dalapicola Cerqueira (ariane.cerqueira2782@soufcb.com.br)

Isadora Moreira Dalmaso (isadora.dalmaso6737@soufcb.com.br)

Lydia De Souza Ferreira (lydia.ferreira1606@soufcb.com.br)

Maristela Frechiani (maristela.frechiani6734@soufcb.com.br)

Thiago Schroeder Mottas (thiagohandcolatina@gmail.com)

Brunela Gomes Canal Mottas (brunelagc@gmail.com)

Pedro Henrique Woelffel Rampinello (pedro.rampinello5747@soufcb.com.br)

Ariane Lemos Dalapicola Cerqueira¹, Isadora Moreira Dalmaso¹, Lydia de Souza Ferreira¹, Maristela Frechiani¹, Pedro Woelffel¹; Prof. Esp. Brunela Gomes Canal Mottas², Prof. Msc. Thiago Schroeder Mottas ².

¹Discentes do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Castelo Branco.

² Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário Castelo Branco.

A fibromialgia (FM) é uma síndrome crônica de caráter complexo e multifatorial, marcada por dor musculoesquelética generalizada, fadiga, rigidez matinal, distúrbios do sono e comprometimentos cognitivos, como dificuldades de memória e concentração. A fisiopatologia envolve alterações no sistema nervoso central, especialmente a sensibilização central, que intensifica a percepção dolorosa. Fatores genéticos, hormonais, emocionais, ambientais, sedentarismo e estresse contribuem para o agravamento dos sintomas. A FM acomete principalmente mulheres em idade produtiva e frequentemente está associada a comorbidades como ansiedade, depressão, síndrome miofascial e cólon irritável. Devido à sua natureza multifatorial, o manejo da doença requer abordagem multidisciplinar, combinando intervenções farmacológicas e não farmacológicas, destacando-se a fisioterapia como recurso essencial para controle da dor, reabilitação funcional e melhora da qualidade de vida.

Realizou-se uma revisão sistemática da literatura, com base em estudos publicados nas bases de dados PubMed, SciELO, Portal Regional da BVS e Oxford Academic nos últimos 22 anos. Foram utilizados os descritores “Fibromialgia” e “Fisioterapia”. Incluíram-se artigos em português e inglês que abordassem a fisioterapia na redução da dor, melhora da funcionalidade e aspectos psicossociais em pacientes com fibromialgia. Excluíram-se estudos sem metodologia clara ou que tratassem exclusivamente de terapias farmacológicas.

Os achados indicam que a fibromialgia provoca limitações significativas na mobilidade, força muscular e realização de atividades diárias, comprometendo funcionalidade e bem-estar. A fisioterapia mostrou-se essencial na redução da dor e na reabilitação global, destacando-se exercícios de baixa intensidade, como caminhada, bicicleta ergométrica, hidroginástica e alongamentos, que promovem condicionamento físico, liberação de endorfinas e modulação da sensibilidade central.. Recursos como eletroterapia (TENS, ultrassom e laser), massoterapia, ventosaterapia, punção seca e hidroterapia também apresentaram efeitos analgésicos e relaxantes. Técnicas complementares, como a Irradiação Intravascular do Sangue (ILIB), demonstraram benefícios

adicionais na circulação e redução da inflamação sistêmica. Os resultados reforçam a importância de tratamentos individualizados e progressivos, com participação ativa do paciente, favorecendo empoderamento, adesão às terapias e percepção de autonomia.

A fisioterapia é uma ferramenta indispensável no manejo da fibromialgia, promovendo modulação da dor, recuperação funcional e melhoria da qualidade de vida. A combinação de exercícios físicos, técnicas manuais e recursos eletrotermofototerapêuticos proporciona alívio dos sintomas e contribui para a retomada da autonomia. Apesar dos avanços, há necessidade de novos estudos clínicos que avaliem isoladamente e em combinação as diferentes técnicas, a fim de estabelecer protocolos baseados em evidências para otimização do tratamento.

A fisiopatologia da FM está intimamente relacionada a uma mudança na neurobiologia da dor, denominada sensibilização central, na qual os sinais nociceptivos são amplificados no SNC. Seu diagnóstico é essencialmente clínico, fundamentado na avaliação dos sintomas relatados pelo paciente e na exclusão de outras causas de dor crônica. Essa condição apresenta influências biológicas, genéticas e ambientais, além de disfunções nos sistemas neuroendócrino e autônomo (FARIAS; LIMA; PIMENTA, 2022).

Foi realizada uma revisão sistemática, incluindo os dados das seguintes bases de dados:

PubMed, Scielo, Portal regional da BVS, Oxford Academic. Com base em pesquisa com os

descritores “Fibromialgia - Fisioterapia”. Foram incluídos estudos publicados nos últimos 22

anos. Resultados e discussões Foi permitido identificar que a fibromialgia representa um

significativo desafio clínico, devido sua abrangência e complexibilidade sua diversidade de

manifestações.

As intervenções com mais efetividade são: Exercícios terapêuticos personalizados;

Terapias complementares; Abordagens inovadoras e integrativas.

O tratamento fisioterapêutico individualizado e progressivo, ajustado às necessidades de

cada paciente, favorece a adesão às terapias e o empoderamento do indivíduo.

Palavras-chave: : fibromialgia fisioterapia dor crônica reabilitação funcional
qualidade de vida exercícios terapêuticos sensibilização central.