



Evento: XXXIII Seminário de Iniciação Científica ▾

EXAMES NORMAIS, VIDA ANORMAL: ENTENDENDO A FIBROMIALGIA

Alana Wottrich¹ Brenda da Silva²

¹ Estudante do curso de Biomedicina da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (Unijui). E-mail: alana.wottrich@sou.unijui.edu.br

² Biomédica, Mestrado no Programa de Pós Graduação em Atenção Integral à Saúde - PPGAIS - UNICRUZ/URI/UNIJUI, Doutora em Farmacologia pela Universidade Federal de Santa Maria. Docente do Núcleo dos Cursos da Saúde da Unijui. Membro do Grupo de Pesquisa em Estudos Epidemiológicos e Clínicos - GPEEC Unijui. Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul - UNIJUI. E-mail: brenda.s@unijui.edu.br

INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma condição clínica de natureza crônica, caracterizada principalmente por dor musculoesquelética difusa, fadiga e distúrbios do sono, sendo considerada um desafio tanto para o diagnóstico quanto para o tratamento. Sua etiologia ainda não é totalmente esclarecida, mas envolve múltiplos fatores fisiológicos, psicológicos e sociais, impactando de maneira significativa a qualidade de vida dos pacientes. Segundo Bhargava e Goldin (2025), a fibromialgia afeta predominantemente mulheres em idade produtiva, representando um problema de saúde pública devido às limitações funcionais que ocasionam.

A fisiopatologia da fibromialgia é multifatorial, envolvendo alterações nos sistemas nervoso central e periférico, no eixo neuroendócrino e no sistema nervoso autônomo, além de fatores genéticos e ambientais. A doença se caracteriza por aumento da sensibilidade à dor devido à amplificação da entrada sensorial e déficits na inibição endógena da dor, resultando em hiperexcitabilidade neuronal. Polimorfismos em genes como 5-HTT e COMT, assim como estressores físicos e psicossociais, podem contribuir para a predisposição e exacerbação dos sintomas. Esses mecanismos explicam a dor crônica, a fadiga e os distúrbios do sono presentes na fibromialgia (BRADLEY, 2009).

Esse tema se relaciona com os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU, em especial com o ODS 3, que trata de assegurar uma vida saudável e



promover o bem-estar para todos, em todas as idades. Ao considerar o impacto da fibromialgia na vida cotidiana e no desempenho ocupacional, torna-se essencial desenvolver estratégias de diagnóstico precoce, acompanhamento multiprofissional e medidas de suporte social. Dessa forma, este estudo tem como objetivo analisar a fibromialgia, suas manifestações clínicas, diagnósticos diferenciais e abordagens terapêuticas, enfatizando a importância de um manejo interdisciplinar que atenda às necessidades biopsicossociais dos pacientes.

METODOLOGIA

Este trabalho trata-se de uma pesquisa bibliográfica de caráter descritivo e qualitativo, realizada a partir de artigos científicos publicados nas bases de dados PubMed e SciELO. O levantamento contemplou publicações entre os anos de 2019 e 2025, selecionando artigos de revisão, pesquisas originais, manuais técnicos e diretrizes clínicas que abordassem diretamente aspectos relacionados à caracterização, diagnóstico ou manejo da fibromialgia.

Após a seleção, os materiais foram lidos integralmente e organizados de acordo com suas contribuições para três eixos de análise: manifestações clínicas, estratégias de diagnóstico e alternativas de tratamento. Essa sistematização permitiu identificar os principais avanços científicos sobre a temática, bem como as lacunas existentes no conhecimento atual.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os estudos analisados demonstraram que a fibromialgia é caracterizada por um conjunto de sintomas persistentes, incluindo dor musculoesquelética crônica, distúrbios cognitivos, alterações do sono e fadiga. A ausência de marcadores biológicos específicos da doença constitui um dos maiores entraves ao diagnóstico, que permanece clínico. Nesse sentido, os critérios atualizados pelo *American College of Rheumatology* (ACR) têm papel essencial, pois avaliam não apenas a dor difusa por pelo menos três meses, mas também a combinação do *Widespread Pain Index* (WPI) com a *Symptom Severity Scale* (SS), que incluem fadiga, déficit cognitivo e distúrbios do sono (BRADLEY, 2009; REZENDE et al., 2017).

O impacto da fibromialgia na qualidade de vida mostrou-se expressivo. A dor crônica e difusa está relacionada à sensibilização central, processo em que o sistema nervoso



apresenta hiperexcitabilidade, amplificando estímulos dolorosos. Esse mecanismo, associado à fadiga e aos déficits cognitivos, compromete a autonomia, reduz a produtividade e aumenta os afastamentos laborais. Ademais, alterações neuroquímicas, como a redução de serotonina e endorfina, favorecem quadros de ansiedade e depressão, que, por sua vez, intensificam o ciclo de dor e sofrimento, reforçando o estigma da doença (ARNOLD et al., 2008; OLIVEIRA; MONTEIRO; LISBOA, 2025). Assim, compreender a fibromialgia sob a ótica biopsicossocial mostra-se essencial, uma vez que fatores biológicos, psicológicos e sociais se entrelaçam na experiência dolorosa. (BRADLEY, 2009; BHARGAVA; GOLDIN, 2025; MONTEIRO; OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2021).

Em relação ao tratamento, verificou-se que não há cura definitiva, sendo o manejo pautado por linhas de cuidado progressivas. Inicialmente, priorizam-se estratégias não farmacológicas, como exercícios físicos e terapias psicológicas. Caso não haja resposta suficiente, introduzem-se os fármacos de primeira linha: antidepressivos tricíclicos, como a amitriptilina, e os inibidores de recaptção de serotonina e noradrenalina (duloxetine, milnaciprano). Em casos refratários ou de maior intensidade, recorrem-se a anticonvulsivantes moduladores da dor, como pregabalina e gabapentina, respeitando sempre a tolerabilidade e resposta clínica do paciente (BHARGAVA; GOLDIN, 2025; INFORMEDHEALTH.ORG, 2022).

As intervenções não farmacológicas mostraram-se igualmente relevantes. Fisioterapia, exercícios aeróbicos, treinamento de força, terapias cognitivo-comportamentais, técnicas de relaxamento e acupuntura contribuem para a modulação da sensibilização central, promovem a liberação de neurotransmissores analgésicos endógenos (serotonina, endorfina), reduzem o estresse e corrigem disfunções neuroendócrinas, resultando em melhora do sono e da função cognitiva (BRADLEY, 2009; BRJP, 2019). Além disso, estratégias de educação em saúde e apoio social fortalecem o autocuidado, reduzem a sensação de isolamento e favorecem maior adesão ao tratamento, com reflexos positivos na qualidade de vida (BANDEIRA; BRJP, 2019). Sendo assim, evidencia-se que a fibromialgia demanda um olhar interdisciplinar e ampliado, que considere os determinantes biológicos, psicológicos e sociais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS



Conclui-se que a fibromialgia é uma síndrome complexa, de difícil diagnóstico e tratamento. A relevância deste estudo se evidencia ao destacar a importância de estratégias multiprofissionais que englobam desde o alívio da dor até o suporte psicológico e social, visando melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

Assim, reforça-se a necessidade de ampliar a conscientização sobre a fibromialgia, tanto entre profissionais de saúde quanto na sociedade em geral, promovendo ações que garantam diagnóstico precoce, manejo adequado e inclusão social dos indivíduos afetados.

Palavras-chave: Fibromialgia. Diagnóstico. Qualidade de vida. Tratamento. Saúde pública.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMERICAN COLLEGE OF RHEUMATOLOGY. *Fibromialgia*. [Atualizado em fev. 2025 por Pankti Reid, MD, MPH, e revisado pelo Comitê de Comunicações e Marketing do Colégio Americano de Reumatologia]. Disponível em: <https://rheumatology.org/patients/fibromyalgia>.

BHARGAVA, J.; GOLDIN, J. *Fibromialgia*. [Atualizado em 31 de janeiro de 2025]. Em: StatPearls [Internet]. Ilha do Tesouro (FL): StatPearls Publishing; jan. 2025. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK540974/>.

BRADLEY, L. A. Pathophysiology of fibromyalgia. *The American Journal of Medicine*, v. 122, n. 12 Suppl, p. S22-S30, dez. 2009. DOI: 10.1016/j.amjmed.2009.09.008. PMID: 19962493; PMCID: PMC2821819.

MONTEIRO, Érico Augusto Barreto; OLIVEIRA, Luciene de; OLIVEIRA, Walter Lisboa. Aspectos psicológicos da fibromialgia – revisão integrativa. *Mudanças*, São Paulo, v. 29, n. 1, p. 65–76, jun. 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-32692021000100007&lng=pt&nrm=iso.

PROVENZA, José Roberto; POLLACK, Daniel Feldman; MARTINEZ, José Eduardo; PAIVA, Eduardo S.; HELFENSTEIN, Milton; HEYMANN, Roberto; MATOS, João Marcos Costa; SOUZA, Eduardo J. R. Diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. *Revista Brasileira de Reumatologia*, São Paulo, v. 44, n. 6, p. 1-10, dez. 2004. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbr/a/xKmjCGfP8SQnPqngfQ9CS7w/?lang=pt>.



RIBEIRO, G. N. B.; BALZ, M. Qualidade de vida em pacientes com fibromialgia. *Revista Foco*, v. 17, n. 3, e4615, 2024. DOI: 10.54751/revistafoco.v17n3-064.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS. *Roteiro de fibromialgia*. Belo Horizonte: UFMG, 2020. Disponível em: <https://www.medicina.ufmg.br/alo/wp-content/uploads/sites/23/2020/07/Roteriro-de-Fibromialgia-.pdf>.