

## Eficácia do Uso Medicamentoso e de Tratamento Alternativo na Fibromialgia<sup>1</sup>

JÉSSICA BARBOSA SOUZA CRUZ

LEONARDO ROMÃO DA COSTA

LOUISE ÁGATHA DOS ANJOS NEVES

MAURÍCIO DE SOUZA RAMOS

Bacharelandos de Farmácia | Centro Universitário FAMETRO

Manaus, Estado do Amazonas/Brasil

Dr<sup>a</sup>. ANNE CRISTINE GOMES DE ALMEIDA

Pesquisadora e Docente do curso de Farmácia |

Centro Universitário FAMETRO

Manaus, Estado do Amazonas/Brasil

### Resumo:

**Introdução:** *A síndrome da fibromialgia (SFM) é uma doença de etiologia desconhecida, de caráter crônico e não articular, com característica típica de dor difusa pelo corpo. A patogênese da FM é complexa e ainda desconhecida, porém estudos recentes identificaram possíveis fatores envolvidos na sua fisiopatologia, como: alteração no gene neurotransmissor modulador da sensibilidade à dor; fatores ambientais.* **Objetivo:** *Analisar a eficácia do tratamento da fibromialgia de uso farmacológico e alternativo.* **Métodos:** *Trata-se de um estudo de revisão sistemática de literatura conforme os critérios do preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses (Prisma). Utilizou-se o método de PICO, o qual consiste nas seguintes etapas: população ou problema, intervenção, comparação e desfechos.* **Resultados:** *Foram selecionados 22 estudos para esta revisão. O uso da terapia medicamentosa em associação a terapia alternativa e/ou terapia cognitivo-comportamental vem apresentando uma resposta positiva perante o tratamento da fibromialgia.* **Conclusões:** *A medicina alternativa e complementar entre pacientes com fibromialgia: condição dolorosa crônica de etiopatogenia*

---

<sup>1</sup> *Effectiveness of drug use and alternative treatment in fibromyalgia*

*multifatorial tem sido muito solicitada por estes pacientes ultimamente, porém vem sendo um desafio incluir a terapia complementar e alternativa entre os reumatologistas que ainda insistem no tratamento farmacológico.*

**Palavras-chave:** Fibromialgia, Tratamento farmacológico, Tratamento alternativo, Terapia Cognitivo-Comportamental.

**Abstract:**

**Introduction:** *Fibromyalgia syndrome (FMS) is a disease of unknown etiology, chronic and non-articular, with a typical characteristic of diffuse pain throughout the body. The pathogenesis of FM is complex and still unknown, but recent studies have identified possible factors involved in its pathophysiology, such as: alteration in the neurotransmitter gene that modulates pain sensitivity; environmental factors.* **Objective:** *To analyze the efficacy of pharmacological and alternative treatment of fibromyalgia.* **Methods:** *This is a systematic literature review study according to the criteria of the preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses (Prism). The PICO method was used, which consists of the following steps: population or problem, intervention, comparison and outcomes.* **Results:** *Twenty-two studies were selected for this review. The use of drug therapy in association with alternative therapy and/or cognitive-behavioral therapy has shown a positive response to the treatment of fibromyalgia.* **Conclusions:** *Alternative and complementary medicine among patients with fibromyalgia: a chronic painful condition of multifactorial etiopathogenesis has been much requested by these patients lately, but it has been a challenge to include complementary.*

**Keywords:** Fibromyalgia, Pharmacological treatment, Alternative treatment, Cognitive behavioral therapy.

## 1 INTRODUÇÃO

A sigla MCA, quer dizer Medicina Complementar e Alternativa, que é umareunião de práticas, sistemas e produtos de uso clínico, porém que

não é considerada prática médica convencional, todavia é reconhecida a eficácia pela comunidade científica (MARQUES, 2020).

Pesquisas mostram que em grande escala, as medicinas Alternativas e Complementares (MAC) são usadas por todo o mundo, onde são incluídas as massagens, imaginação guiada e acupuntura para diminuir a dor. As ervas para tratamentos diversos, práticas essas de racionalidade médica e de cuidado, que não pertencem à medicina convencional (FAQUETI, TESSER, 2018).

A procura e o uso das práticas Integrativas, Alternativas e Complementares (PIAC) só vêm crescendo porque está proporcionando aos usuários a condição de melhoria na qualidade de vida de diversos pacientes em inúmeras doenças (ROFRIGUEZ, et.al., 2015), principalmente na síndrome da fibromialgia.

Porém antes de textualizar sobre as diversas PIAC ou MCA, julga-se necessário saber e compreender o que é a fibromialgia que é uma síndrome musculoesquelética não inflamatória descrita com as características próprias: dor crônica e difusa, rigidez muscular matinal, além de sensação de fadiga, sono não reparador e alterações de humor, afetando principalmente a qualidade de vida das pessoas afetadas pela fibromialgia (CURY, VIEIRA, 2016).

A fibromialgia é uma síndrome crônica e idiopática, qualificada por uma condição clínica caracterizada por dor musculoesquelética crônica generalizada que acomete mais as mulheres e de etiopatogenia complexa, multifatorial, onde inúmeros registros ainda não conseguiram esclarecer. Sabe-se que a dor é musculoesquelética generalizada, que se associou a distúrbios do sono, fadiga, alterações cognitivas e desordens psíquicas (BARRETO, OLIVEIRA, MONTINO, LUZ, 2020).

Será mais fácil compreender a fibromialgia, quando estudados os sintomas, diagnósticos e tratamento da mesma.

Verificou-se que o pilates tem trazido bons resultados no tratamento alternativo para minimizar os efeitos deletérios da fibromialgia (CURY, VIEIRA, 2016).

A massagem terapêutica manual tem mostrado bons efeitos, também em pacientes com a síndrome da fibromialgia devido ser um tratamento alternativo holístico, eficiente na precaução de fatores de origens internas ou externas responsáveis pelas fisiopatologias, (PODDIS, PEREIRA, 2019). Ainda é considerado um socorro

terapêutico que traz ao paciente um conforto devido aos exercícios físicos, massagens, terapias cognitivas-comportamental, que fazem com que a paciente escolha a medicina alternativa ao uso de fármacos (PODDIS, PEREIRA, 2019).

Estudo relevante feito por Rossi, Lopes e Mainardes, (2011), Braz, *et.al.*, (2011) demonstraram que possuem outras medicinas alternativas eficazes para o tratamento e são: Fisioterapia, Pilares, Yoga, Massoterapia, Acupuntura, Psicoterapia, Hidroterapia, Caminhada e Mesoterapia. E afirmam que: “Dentro das práticas alternativas ao uso do medicamento ou em associação a este, a fisioterapia, acupuntura e psicoterapia lideraram as respostas das pesquisadas”.

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) baseada nas práticas de medicina, que incluem moxabustão e acupuntura, recomenda acupuntura para o tratamento da FM com nível de evidência 2B ou grau de recomendação B, no caso do farmacêutico, este informará o paciente com antecedência todos os procedimentos que serão realizados, deixando claro que o objetivo é a promoção e recuperação da saúde (BRASIL, 2019).

Encontra-se também a hidrocinésioterapia como alternativa mostrando-se eficaz na qualidade de vida dos portadores de fibromialgia (JORGE *et.al.*, 2016). Acrescentam-se aqui autores que admitem a Natação como processo alternativo para reduzir a quantidade de remédio utilizada, ou a suspensão dos mesmos durante todo o processo de tratamento do doente (BRITO, 2011; KÜMPEL, *et. al.*, 2020), que admite a hidroterapia uma alternativa não farmacológica no tratamento da fibromialgia, que é complexa.

É importante lembrar que os pacientes na condição de fibromialgia, em geral recusam-se a qualquer prática física, devido a dor, então se faz necessário quando aplicar as modalidades, ter o controle da intensidade, limites e capacidades físicas do paciente, para que o mesmo não desista do tratamento alternativo (BRITO, 2011).

Este artigo tem como objetivo analisar a eficácia de método farmacológico e alternativo no tratamento da fibromialgia.

## 2 MÉTODOS

Esta é uma pesquisa baseada na revisão sistemática de literatura sobre estudos organizados conforme os critérios do *preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses* (Prisma), com relação a eficácia do uso medicamentoso e de tratamento alternativo na fibromialgia.

Por se tratar de uma revisão sistemática da literatura, não foi necessária a aprovação do estudo pelo Comitê de Ética em Pesquisa, segundo a Resolução 466/12 do Ministério da Saúde e foram analisados diversos artigos entre os anos de 2010 a 2021, de forma a abranger investigações atuais e para elaboração da pergunta de pesquisa utilizou-se o método de PICO, o qual consiste nas seguintes etapas:

- P – população ou problema;
- I – intervenção;
- C – comparação;
- O – desfechos,

Ordenando-se da seguinte forma: P refere a fibromialgia; I – uso de medicamento farmacológico e não farmacológico; C – eficácia do uso de medicamentos e tratamentos alternativos na fibromialgia e O – qual foi a eficácia e/ou diferença do uso dos tratamentos farmacológicos e não farmacológicos. Assim, a pergunta norteadora foi: Qual a eficácia do uso de medicamentos farmacológicos e não farmacológicos no tratamento da fibromialgia?

Os Critérios de inclusão foram selecionados da seguinte forma: artigos já publicados referentes ao tratamento alternativo ou MCA – Medicina Complementar e Alternativa, para pacientes com fibromialgia, cujo texto estivesse no idioma português a partir do ano de 2010. Estudos randomizados foram selecionados para esta revisão. Também a literatura que incluiu estudos que mostrassem a eficácia no uso medicamentoso e de tratamento alternativo na fibromialgia, também foi revisada.

Já os critérios de Exclusão: foram excluídos assim: artigos publicados em idiomas estrangeiros e artigos publicados em datas anteriores a 2010. Literaturas com tratamentos para outras patologias diferentes da fibromialgia e artigos em duplicidade.

Com relação ao procedimento metodológico os dados populares e no método escolhido, a revisão foi com base na medicina complementar e alternativa que mostrasse eficácia após aplicação.

Tal conhecimento foi buscado nas bases *on-lines*, utilizando as coletas de dados realizadas nas plataformas e base de dados online conhecidas como: SciELO – (*Scientific Electronic Library Online*) PubMed, MEDLINE (Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica), BVS (Biblioteca Virtual em Saúde). Foram selecionados os descritores na língua portuguesa e inglesa para a busca dos estudos primários nas bases de dados previamente estabelecidas: *Medical Subject Headings (MeSH)* – *Efficacy, Hyaluronic Acid, Wound Healing*; Descritores em Ciências da Saúde (DeCS).

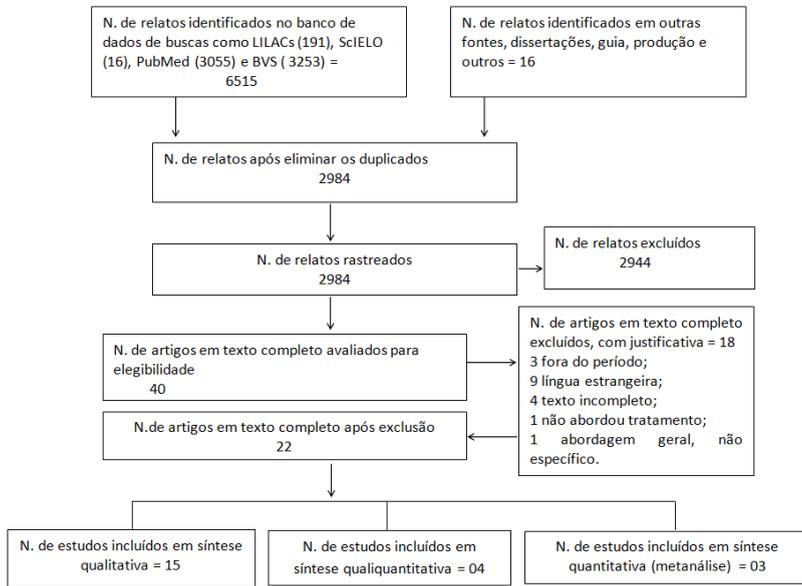
Nas bases de dados BVS e LILACS, foi utilizado os seguintes cruzamentos: “Fibromialgia” AND “Tratamento farmacológico” OR “Eficácia” OR “Terapia Cognitivo-Comportamental”, e na base de dados MEDLINE utilizou-se o cruzamento “*Fibromyalgia*” AND “*Drug Therapy*” OR “*Efficacy*” OR “*Cognitive Behavioral Therapy*”.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os cruzamentos de busca nas bases de dados estabelecidas resultaram na identificação de 3.253 artigos no banco de dados BVS, 191 na LILACS, 3055 na PUBMED e 16 Index Psicologia - Periódico técnico-científico, totalizando 6.515 estudos.

No gráfico de fluxo abaixo se pode constatar quarenta estudos em texto completo para elegibilidade, que após analisados conforme critérios de inclusão e exclusão e a aplicação dos critérios e dos filtros presentes nas bases de banco de dados possibilitou o refinamento desses contextos, resultando na seleção final de vinte e dois artigos com embasamento e relevância para este estudo.

**Figura 1. Gráfico de fluxo para demonstrar a estratégia de busca utilizada, e estudos excluídos e incluídos.**



Identifica-se no gráfico de fluxo acima que desses quarenta textos escolhidos, vinte e dois estudos foram encontrados nas bases de dados LILACs, SciELO, PubMed, BVS, os quatorze estudos restantes, encontrados nas Bibliotecas Virtuais e ou outras fontes, totalizando quarenta textos completos, que após analisados conforme critérios de Inclusão e exclusão percebeu-se a necessidade de excluir dezoito textos.

Passou-se a trabalhar com vinte e dois textos, sendo quinze classificados como qualitativos, quatro qualiquantitativos e três quantitativos, conforme autores do referencial bibliográfico selecionado pelos melhores artigos, em seguida foi preparada a descrição analítica, onde aconteceu a correlação das temáticas e a classificação destas em categorias empíricas e finalmente aconteceu o tratamento, onde se realizou as discussões e o devido vínculo com a coleta de dados.

**Tabela 1: Descrição dos artigos utilizados apontados por ano, autores e variáveis.**

AUTOR E ANO	Artigo	TIPO DE ESTUDO	População Estudada	Resultado do trabalho
BARRETO, OLIVEIRA, MONTINO, LUZ, 2020.	Condição clínica de mulheres fibromiálgicas na menarca, do pré ao pós-diagnóstico.	Observacional exploratório,	10 Mulheres	Novas pesquisas sobre fibromialgia são necessárias, a elucidação da incontestável influência dos hormônios femininos na maior prevalência da fibromialgia em mulheres representa algum dos progressos fundamentais para novos estudos voltados a essa interação
BIUNDO, 2020	Fibromialgia. Síndrome de dor miofascial; fibrosite; fibromiosite.	Manual de Causas de fibromialgia	Profissionais de saúde	A causa da fibromialgia geralmente é desconhecida. Porém, certos quadros clínicos podem contribuir para o desenvolvimento da doença.
BRASIL, 2019	Acupuntura Medicina Tradicional Chinesa	Informativo na área de acupuntura	Farmacêutico Acupunturista	No exercício das atividades da Medicina Tradicional Chinesa, o farmacêutico informará previamente ao paciente todos os procedimentos a que será submetido, seus embasamentos filosóficos, científicos e técnicos, e prestará assistência, buscando a promoção e recuperação da saúde.
BRASIL, 2021	Práticas Integrativas e Complementares (PICS): quais são e para que servem.	Informativo para Terapeutas e profissionais da saúde	29 Práticas Integrativas e Complementares	O Ministério da Saúde aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no SUS, contemplando as áreas de homeopatia, plantas medicinais e fitoterapia, medicina tradicional chinesa/acupuntura, medicina antroposófica e termalismo social – crenoterapia, promovendo a institucionalização destas práticas no Sistema Único de Saúde (SUS).
BRAZ, et.al., 2011	Uso da terapia não farmacológica, medicina alternativa e complementar na fibromialgia.	Informativo sobre os principais tratamentos farmacológicos	Reumatologistas. Para Fibromialgia.	A medicina alternativa e complementar tem sido muito solicitada pela população com fibromialgia, pouco se sabe sobre a eficácia e a tolerância das terapias alternativas e complementares. Mesmo existindo estudos com rigorosa qualidade científica, que comprovem segurança e eficácia de algumas dessas modalidades terapêuticas, eles são pouco discutidos ou difundidos entre os reumatologistas.
BRITO, 2011	A natação no tratamento dos sintomas da síndrome da fibromialgia.	Característico e informativo	Límiar acadêmico	Tornou relevante para melhor eficácia no tratamento da SFM é a importância do trabalho interdisciplinar. É possível estabelecer uma ligação positiva entre a prática da natação no tratamento dos principais sintomas característicos da Síndrome da Fibromialgia.
COSTA, SILVA, PINTO, SOUSA, 2020.	Aspectos clínicos e principais formas de tratamento para Fibromialgia-	Multidisciplinar . Informativo sobre tratamentos para fibromialgia.	Fisiopatologia envolvida no desenvolvimento da fibromialgia,	Constatou que as terapias farmacológicas existentes abrangem principalmente quatro classes de medicamentos que são as drogas antiépiléticas, antidepressivos tricíclicos, inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS) e inibidores da recaptção de serotonina noradrenalina, além de relaxantes musculares, benzodiazepínicos, antiinflamatórios analgésicos e fármacos fitoterápicos.
CURY, VIEIRA, 2016	Efeitos do Método Pilates na fibromialgia	Relato de caso	Paciente de 63 anos diagnosticada com fibromialgia	Conclui-se que o tratamento da fibromialgia, por meio de exercícios do MP, é eficaz para minimizar os efeitos da dor, melhorar flexibilidade, qualidade de vida e condicionamento físico de pacientes fibromiálgicos. Sua metodologia pode favorecer a adesão de pacientes por se tratar de uma atividade de baixo impacto e que respeita os limites corporais dos praticantes, trabalhando de forma contínua sua consciência corporal, agindo de forma global no indivíduo.
FAQUETI,	Utilização de Medicinas	Descritivo	Usuários de MAC	Para além do uso alternativo ou

Jéssica Barbosa Souza Cruz, Leonardo Romão da Costa, Louise Ágatha dos Anjos Neves, Maurício de Souza Ramos, Anne Cristine Gomes de Almeida– **Eficácia do Uso Medicamentoso e de Tratamento Alternativo na Fibromialgia**

TESSER, 2018	Alternativas e Complementares na atenção primária à saúde de Florianópolis/SC, Brasil: percepção de usuários.	qualitativo	atendidos por equipes de SF em Florianópolis/SC.	complementar, encontramos em parte das entrevistadas um uso alternativo inicial preferencial das MAC por profissionais e usuárias da APS, o qual, articulado com outros achados, permitiu a proposição de um fluxo assistencial incluído das MAC na APS e no SUS.
HELFENS TEIN JÚNIOR, 2011	Fibromialgia	Informativo da Sociedade Brasileira de Reumatologia	Interessados no assunto, acadêmicos.	Deve ser lembrada no leque de diagnóstico diferencial da fibromialgia é a possibilidade de diagnóstico equivocado e, consequentemente, de iatrogenia médica.
HEYMANN ,et.al., 2017	Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia	Evidencial, analítico	9 questões clínicas.	Os Critérios Diagnósticos mostraram alta sensibilidade e especificidade, quando presentes a dor crônica generalizada e a contagem de pontos dolorosos à palpação. 9 questões clínicas relevantes ao diagnóstico de FM, p/reumatologistas da Sociedade Brasileira de Reumatologia.
JORGE et.al., 2016	Hidrocinestoterapia na dor e na qualidade de vida em indivíduos portadores de Fibromialgia	Estudo longitudinal e intervencionista	Indivíduos do gênero feminino,	A hidrocinestoterapia pode ser considerada como tratamento alternativo no combate a fibromialgia. Isso se nota devido à diminuição do impacto da dor e das demais condições impostas pela patologia na vida das pacientes, além do aumento da tolerância à dor. Indivíduos do gênero feminino, que não estivessem realizando tratamento hidrocinestoterapêutico anteriormente e maiores de 18 anos.
KÜMPEL,e t.al., 2020	Estudo comparativo dos efeitos da hidroterapia e método Pilates sobre a capacidade funcional de pacientes portadores de fibromialgia	Prospectivo	80 pacientes com SF	Em um estudo com pacientes com fibromialgia tratada por diferentes métodos pode se concluir que tato a hidroterapia como os exercícios de solo do método Pilates são eficazes no tratamento do paciente com fibromialgia
MARQUES, 2020	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS: Um Olhar Sobre a Formação Profissional	Analítico	Profissionais da saúde	A MAC se apresenta como uma gama de possibilidades que o paciente pode explorar, mas precisa desenvolver melhores estratégias de formação dos trabalhadores quanto as diversas práticas integrativas em consonância com os princípios do SUS
MORALES, et.al., 2019.	O uso da técnica manual SHIATSU no alívio dos sintomas decorrentes da fibromialgia.	Transversal e observacional.	Pacientes da Clínica de Fisioterapia da Universidade Municipal de São Caetano do Sul, c	A terapia com Shiatsu reduziu o quadro álgico e o impacto da fibromialgia na qualidade de vida. Todavia, mais estudos serão necessários para confirmar a hipótese,
OLIVEIRA JUNIOR, RAMOS, 2018	O tratamento atual da fibromialgia	Investigativo	Pacientes individualizados. Cada um com um tratamento	O tratamento da FM é individualizado, e exclusivamente sintomático. Mostram dinamismo e mudanças conforme as versões se sucedem. Os resultados ainda permanecem insatisfatórios.
PODDIS, PEREIRA, 2019	Massagem Relaxante no Tratamento da Síndrome de Fibromialgia	Investigativo	Efeitos da massoterapia para melhora dos sinais e sintomas em pacientes	Concluiu-se que a massoterapia como recurso terapêutico manual traz grandes benefícios referente a melhora do quadro álgico dos portadores de fibromialgia.
RIBEIRO, 2016	Fibromialgia: o corpo, a mente e o estigma.	Pesquisa do DNCSM da FM UP	Pessoas c/critérios para a realização do diagnóstico de fibromialgia	O tratamento deve incluir educação do doente, terapia cognitivo-comportamental, exercício físico e fármacos para controle sintomático. Pesquisa do Departamento de Neurociências Clínicas e Saúde Mental da Faculdade de Medicina da Universidade do Porto
ROFRIGU EZ, et.al., 2015	Uso de práticas integrativas e complementares no tratamento de estresse ocupacional: uma revisão integrativa	Estudo Integrativo, descritivo.	O tratamento de estresse ocupacional no período 2003 a 2013	As Práticas Integrativas Complementares estão sendo cada vez mais utilizadas, auxiliando não apenas na redução do estresse, bem como na redução dos níveis de ansiedade, de sintomas depressivos, do alívio da dor e da compulsão alimentar.
ROSSI, LOPES E MAINARD	Os benefícios dos psicofármacos no controle da dor na	Descritivo	Dez mulheres portadoras de fibromialgia idade	a dificuldade maior no convívio com a doença é a dor, o uso de psicofármacos tem um benefício no controle da dor, mais ele

Jéssica Barbosa Souza Cruz, Leonardo Romão da Costa, Louise Ágatha dos Anjos Neves, Maurício de Souza Ramos, Anne Cristine Gomes de Almeida– **Eficácia do Uso Medicamentoso e de Tratamento Alternativo na Fibromialgia**

ES, 2011	Síndrome da fibromialgia.		entre 20 a 65 anos		precisa estar associado a tratamentos alternativos para ser eficaz
SBR, 2011	Tratamento da Fibromialgia	Informativo descritivo	Pacientes médicos	e	o tratamento depende mais do paciente e de sua atitude frente a fibromialgia e que estas medidas medicamentosas ou não devem ser realizadas em conjunto, pois nenhuma delas é eficaz isoladamente.
SHAKIBA, et. al., 2018	Açafrão (açafrão sativus) versus duloxetine para o tratamento de pacientes com fibromialgia: um ensaio clínico duplo-cego randomizado	Ensaio clínico	Pacientes ambulatoriais com fibromialgia	com	O açafrão e a duloxetine demonstraram eficácia comparável no tratamento dos sintomas da fibromialgia.

Fonte: Pesquisadores.

Nos dias atuais, a dor vem ganhando espaço entre os seres humanos e por essa razão as pesquisas sobre patologias de dor crônica também cresceram.

A fibromialgia é a patologia do estudo e faz parte desse quadro de patologias da dor crônica, da qual se procura a eficácia do uso medicamentoso e de tratamento alternativo. E que sem esses tratamentos pode levar o paciente a um quadro debilitante (MORALES, *et al.*, 2019).

A fibromialgia, síndrome crônica e idiopática, síndrome musculoesquelética não inflamatória, como já especificada por outros autores, também chamada de síndrome de fibrosite ou fibromiosite é a condição clínica reumatológica mais estudada mundialmente, entretanto ainda é pouco entendida (BIUNDO, 2020), por esta razão decidiu-se conhecer sintomas, diagnóstico e tratamento da mesma.

Os sintomas de acordo com Ribeiro (2016) são: “dificuldades para desempenhar suas atividades cotidianas, relação familiar, social, profissional, devido as dores acentuadas” e ainda: “alterações do humor, sensibilidade extrema, podendo ocasionar quadro depressivo” e seguindo seu estudo ainda pode se ter outros sintomas que não é dor, nomeadamente: fadiga, um dos sintomas basilares; articulares, como dificuldades de mobilidade ou capsulites adesivas; gastrointestinais, tais como síndrome do cólon irritável ou até mesmo o refluxo gastroesofágico; vesicais tais como síndrome da bexiga hiperativa ou queixas sobre frio ou calor excessivos, insônia, sensação de cansaço ao andar, redução das horas de sono e aumento no número de interrupções deste por noite, (RIBEIRO, 2016; MORALES, *et al.*, 2019).

Diagnóstico: passou a ser muitas vezes avaliado somente pelas queixas dos pacientes e a dor difusa é essencial para o diagnóstico da FM. De acordo com Heymann (2017) “Os pacientes com FM são

identificados através dos pontos dolorosos (acima de 11) com sensibilidade de 84% e especificidade de 87%, o que confere certeza diagnóstica de 84% quandopositivos”.

Não existem exames para diagnosticar fibromialgia, e é uma doença de difícil diagnóstico, somente os sintomas apresentados durante exames físicos e as dores são identificadas, ainda pode ocorrer de ser confundida com outras doenças provenientes de dor, como tendinite, osteomalácia, polimialgia reumática, hiperparatireoidismo primário, entre outras. Uma das dificuldades diagnóstica é diferenciar a fibromialgia de um reumatismo psicogênico (HELFFENSTEIN JÚNIOR, 2011).

Quanto ao tratamento existem os farmacológicos e os alternativos.

Os analgésicos simples, ou mesmo os antiinflamatórios, na maioria das vezes não melhoram os sintomas da fibromialgia e são o que na maioria das vezes, os fármacos prescritos pelos médicos que não estão familiarizados com a doença (SBR, 2011).

O tratamento farmacológico é utilizado em monoterapia ou pode-se também combinar fármacos, como: antidepressivos, relaxantes musculares, N-metil D-Aspartato, anticonvulsivantes, canabinoides, opioides, antagonistas agonistas melatoninérgicos, substâncias peptidérgicas, entre outras (OLIVEIRA JÚNIOR, ALMEIDA, 2018).

O tratamento alternativo (TA) ou Medicina Alternativa e Complementar (MAC) é o tratamento que não envolve os fármacos e são praticados na maioria dos casos pela educação do paciente, pois exigirá atividade física aeróbica supervisionada e terapia cognitivo-comportamental (BRAZ, et.al., 2011).

Existem várias possibilidades para o tratamento alternativo, contudo para que o paciente consiga manter seu condicionamento físico, a prática de atividade física fará toda diferença, até mesmo conseguirá o bem estar emocional. As caminhadas são muito importantes, varrer a casa e calçadas também ajuda bastante. Devem ser, na realidade, atividades físicas de intensidade moderada (BRAZ, et.al., 2011).

Também se tem estudos que comprovam que tratamentos alternativos para a fibromialgia com afitoterapia e plantas medicinais são eficazes e trazem resultados favoráveis, que é o caso do trabalho

de Shakibaet *al.* (2018), onde foi combinado a planta açafão (*CrocussativusL.*) com o medicamento antidepressivo duloxetine, demonstrando no paciente uma efetividade no tratamento (COSTA, SILVA, PINTO, SOUSA, 2020.; SHAKIBA, *et. al.* , 2018).

Tudo que se encontra como Medicina Complementar e Alternativa está relacionado a: Acupuntura, Estimulação elétrica, Estimulação sensorial, vibroacústica e rítmica, Terapias Térmicas, Tratamento Hiperbárico, Terapia a laser e fototerapia, Exercícios e Massagens.

Em 2019 foi amparada pela Coordenação de Práticas Integrativas e Complementares do Ministério da Saúde, nove procedimentos para alívio das dores: acupuntura, ozonioterapia, auriculoterapia, reflexologia, yoga, meditação, plantas medicinais, shantala e práticas corporais chinesas, cujos efeitos foram eficazes (BRASIL, MS, 2021).

#### 4 CONCLUSÃO

Todas as pesquisas e resultados encontrados demonstraram que somente, os tratamentos farmacológicos não alcançaram um efeito desejado sobre a variedade de sintomas da fibromialgia. Percebeu-se ainda que diversos autores demonstram a mesma opinião, de que se faz necessário mais estudos, mais amostras que possam salientar a eficácia tanto nos tratamentos farmacológicos como nos complementares e alternativos.

Dentro desse contexto, a conclusão mais aceitável é a combinação da Medicina complementar e alternativa com os fármacos. Por enquanto só é possível gerenciar a fibromialgia com a combinação de tratamentos, ou seja, medicamentos direcionados com os tratamentos complementares e alternativos.

Dada a gravidade da doença e para desoprimir os sintomas da fibromialgia declara-se que é importante a continuidade de pesquisas nesse âmbito.

## REFERÊNCIAS

- BARRETO, C.M.S.; OLIVEIRA, L.E.G. de.; MONTINO, Y.F.; LUZ, C.P.N. **Condição clínica de mulheres fibromiálgicas na menacme, do pré ao pós-diagnóstico.** Revista Saúde.Com: 2020
- BIUNDO, Joseph J. **Fibromialgia: Síndrome de dor miofascial; fibrosite; fibromiosite.** Manual MSD. 2020.
- BRASIL. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. Departamento de Apoio Técnico e Educação Permanente. Comissão Assessora de Acupuntura - **Medicina Tradicional Chinesa. Acupuntura.** Medicina Tradicional Chinesa. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo. – São Paulo: 2ª Ed., 2019.
- BRASIL, Ministério da Saúde. **Práticas Integrativas e Complementares (PICS): quais são e para que servem.** Assistência Farmacêutica. 29 Práticas Integrativas e Complementares: 2021.
- BRAZ, A.S.; DE PAULA, A.P.; DINIZ, M.F.F.M.; ALMEIDA, R.M. de. **Uso da terapia não farmacológica, medicina alternativa e complementar na fibromialgia.** Rev. Bras. Reumatol. N.51: 2011.
- BRITO, Giovane Silva de. **A natação no tratamento dos sintomas da síndrome da fibromialgia.** Uepa: 2011.
- COSTA, S.M.L.; SILVA, M.P.M.P.; PINTO, L.P.; SOUSA, D.L.R. **Aspectos clínicos e principais formas de tratamento para Fibromialgia-Revisão de Literatura.** Research, Society and Development, v. 9, n.11, e729119495: 2020
- CURY, A.; VIEIRA, W.H.B.; **Efeitos do Método Pilates na fibromialgia.** Ed. Atlhantica. v. 17, Fisioterapia do Brasil. 2016.
- FAQUETI, A.; TESSER, C.D.; **Utilização de Medicinas Alternativas e Complementares na atenção primária à saúde de Florianópolis/SC, Brasil: percepção de usuários.** Revista Ciência e Saúde Coletiva. Ed. 23. Santa Catarina: 2018.
- HELFENSTEIN JÚNIOR, M. **Síndrome da Fibromialgia – Diagnóstico Diferencial.** Sociedade Brasileira de Reumatologia. 2011.
- HEYMANN, R.E.; PAIVA, E.S.; MARTINEZ, J.E.; HELFENSTEIN JR, M.; REZENDE, M.C.; PROVENZA, J.R.; RANZOLIN, A.; ASSIS, M.R. de.; FELDMAN, D.P.; RIBEIRO, L.S.; SOUZA, E.J.R. **Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia.** Revista Brasileira de Reumatologia. 2017.
- JORGE, M.S.G.; MYRA, R.S.; SCHNORNBERGER, C.M.; RANZI, C.; WIBELINGER, L.M. **Hidrocinesioterapia na dor e na qualidade de vida em indivíduos portadores de Fibromialgia.** Revista Movimento & Saúde. Vol.8, n 1: 2016.
- KÜMPPEL, C.; PORTO, E.F.; SILVA, K. M. O. M.; AGUIAR, S.D. de; LIMA, P.B. de; CAMPOS, G.F.; CASTRO, A.A.M.de; QUADROS, A.A.J. **Estudo comparativo dos efeitos da hidroterapia e método Pilates sobre a capacidade funcional de pacientes portadores de fibromialgia.** Acta fisiátrica: 2020.
- MARQUES, Joyce Viana. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do SUS: Um Olhar Sobre a Formação Profissional.** Rio De Janeiro: 2020.
- MORALES, K.O.; PASSARELLI, B.S.; CASIMIRO, E.F.; PEREIRA, J.C.; DELIBERATO, P.C.P.; SANTOS, B.R.M. dos. **O uso da técnica manual SHIATSU**

Jéssica Barbosa Souza Cruz, Leonardo Romão da Costa, Louise Ágatha dos Anjos Neves, Maurício de Souza Ramos, Anne Cristine Gomes de Almeida– **Eficácia do Uso Medicamentoso e de Tratamento Alternativo na Fibromialgia**

---

**no alívio dos sintomas decorrentes da fibromialgia.** *Unisant Health Science* vol.3 (1): 2019.

OLIVEIRA JÚNIOR, J.O. de.; ALMEIDA, M.B. de. **O tratamento atual da fibromialgia.** BrJP – ScIELO:2018.

OLIVEIRA JUNIOR, J.O. de.; RAMOS, J.V.C. **Adesão ao tratamento da fibromialgia: desafios e impactos na qualidade de vida.** BrJP – ScIELO: 2019.

PODDIS, Gabriely Felix, PEREIRA, Liliane. **Massagem Relaxante no Tratamento da Síndrome de Fibromialgia.** Revista Saúde em Foco – Edição nº 11: 2019.

RIBEIRO, Filipa Neves. **Fibromialgia: o corpo, a mente e o estigma.** Revista Brasileira de Reumatologia, pp. 2-4, 2016.

RODRIGEZ, L.; OFELIA, E.; DA SILVA, G.G.; NETO, D.L.; MONTEZINOS, M.J.L.; LLOR, A.M.S.; GOIS, C.F.L. **Uso de práticas integrativas e complementares no tratamento de estresse ocupacional: uma revisão integrativa.** Revista Integrativa de Enfermagem. N 39. 2015.

ROSSI, V.R.S.; LOPES, F.F.; MAINARDES, S.C.C. **Os benefícios dos psicofármacos no controle da dor na Síndrome da fibromialgia.** CESUMAR – Centro Universitário de Maringá. Editora CESUMAR. Maringá Paraná: 2011.

SBR – SOCIEDADE Brasileira de Reumatologia. **Tratamento da Fibromialgia.** Comissão de Dor, Fibromialgia e Outras Síndromes Dolorosas de Partes Moles. São Paulo: 2011.

SHAKIBA, M., MOAZEN-ZADEH, E.; NOORBALA, A. A., JAFARINIA, M., DIVSALAR, P., KASHANI, L., SHAHMANSOURI, N., TAFAKHORI, A., BAYAT, H., & AKHONDZADEH, S. **Açafrão (açafão sativus) versus duloxetina para o tratamento de pacientes com fibromialgia: um ensaio clínico duplo-cego randomizado.** *Avicenna journal of phytomedicine*: 2018.