

## **Fibromialgia: exploração das causas, diagnóstico e opções de tratamento**

## **Fibromyalgia: exploring causes, diagnosis, and treatment options**

## **Fibromialgia: exploración de causas, diagnóstico y opciones de tratamiento**

DOI: 10.5281/zenodo.13342149

Recebido: 08 jul 2024  
Aprovado: 10 ago 2024

### **Ana Clara Abreu Lima de Paula**

Acadêmica de Medicina  
Instituição de formação: Universidade Federal de Juiz de Fora  
Endereço: Juiz de Fora – Minas Gerais, Brasil  
E-mail: anaclaraabreulima@gmail.com

### **Ana Beatriz Rodrigues Zanon**

Acadêmica de Medicina  
Instituição de formação: Universidade Federal de Viçosa  
Endereço: Viçosa – Minas Gerais, Brasil  
E-mail: ana.zanon@ufv.br

### **Larissa Kuhlmann Cunha Peixoto**

Acadêmica de Medicina  
Instituição de formação: Universidade Federal de Viçosa  
Endereço: Viçosa – Minas Gerais, Brasil  
E-mail: larikuhlmann@yahoo.com.br

### **Sofia de Pársia Pires**

Médica  
Instituição de formação: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais  
Endereço: Belo Horizonte – Minas Gerais, Brasil  
E-mail: sofia.parsia@gmail.com

### **Amanda Miguel Santos**

Acadêmica de Medicina  
Instituição de formação: Multivix Vitória  
Endereço: Vitória – Espírito Santo, Brasil  
E-mail: amandamiguel\_01@outlook.com

### **Ana Beatriz Valdivino Cordeiro**

Acadêmica de Medicina  
Instituição de formação: Faculdade CET  
Endereço: Teresina – Piauí, Brasil  
E-mail: anavaldivino18@gmail.com

**Laila Borello Costa dos Santos**

Médica

Instituição de formação: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais

Endereço: Belo Horizonte – Minas Gerais, Brasil

E-mail: lailaborello2018@gmail.com

**Marcio Antonio Souza Peichinho Filho**

Médico

Instituição de formação: Centro Universitário do Espírito Santo

Endereço: Colatina – Espírito Santo, Brasil

E-mail: marciopeichinho@hotmail.com

**Camila Araujo Heringer**

Médica

Instituição de formação: Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais – Campus Betim

Endereço: Betim – Minas Gerais, Brasil

E-mail: cah1811@hotmail.com

**Maria Constancio Miranda**

Médica

Instituição de formação: Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais – Campus Betim

Endereço: Betim – Minas Gerais, Brasil

E-mail: mariaconstancio15@yahoo.com

**RESUMO**

A fibromialgia é uma síndrome crônica complexa que afeta uma significativa parcela da população mundial, especialmente mulheres entre 30 e 60 anos. A condição é marcada por dor musculoesquelética generalizada, fadiga persistente, distúrbios do sono e dificuldades cognitivas, frequentemente descritas como "nevoeiro cerebral". A fibromialgia representa um desafio substancial tanto para diagnóstico quanto para tratamento devido à ausência de biomarcadores específicos e à sobreposição de seus sintomas com outras condições, como síndrome do intestino irritável e transtornos do humor. A etiologia da fibromialgia é multifatorial, envolvendo fatores genéticos, neurobiológicos e psicossociais, incluindo disfunções no sistema nervoso central e resposta ao estresse. O diagnóstico é baseado em critérios clínicos, com a presença de dor generalizada e pontos sensíveis sendo os mais utilizados, mas esses critérios são frequentemente criticados por sua falta de precisão. O tratamento da fibromialgia deve ser individualizado e pode incluir uma combinação de terapias farmacológicas, como antidepressivos e anticonvulsivantes, e abordagens não farmacológicas, como exercício físico, terapia cognitivo-comportamental e técnicas de manejo do estresse. A eficácia dessas intervenções varia entre os pacientes, e a condição pode ter um impacto significativo na qualidade de vida, afetando aspectos físicos, emocionais e sociais. A compreensão aprofundada dos mecanismos da fibromialgia e a adoção de estratégias terapêuticas personalizadas são cruciais para melhorar a gestão da síndrome e a qualidade de vida dos pacientes.

**Palavras chave:** Fibromialgia, Reumatismo Muscular, Reumatologia.

**ABSTRACT**

Fibromyalgia is a complex chronic syndrome affecting a significant portion of the global population, particularly women aged 30 to 60 years. The condition is characterized by widespread musculoskeletal pain, persistent fatigue, sleep disturbances, and cognitive difficulties often described as "brain fog." Fibromyalgia presents substantial challenges for both diagnosis and treatment due to the lack of specific biomarkers and the overlap of its symptoms with other conditions, such as irritable bowel syndrome and mood disorders. The etiology of fibromyalgia is multifactorial, involving genetic, neurobiological, and psychosocial factors, including dysfunctions in the central

nervous system and stress responses. Diagnosis is based on clinical criteria, with generalized pain and tender points being the most commonly used, but these criteria are often criticized for their lack of precision. Treatment of fibromyalgia should be individualized and may include a combination of pharmacological therapies, such as antidepressants and anticonvulsants, and non-pharmacological approaches, such as physical exercise, cognitive-behavioral therapy, and stress management techniques. The effectiveness of these interventions varies among patients, and the condition can have a significant impact on quality of life, affecting physical, emotional, and social aspects. A thorough understanding of the mechanisms of fibromyalgia and the adoption of personalized therapeutic strategies are crucial for improving the management of the syndrome and the quality of life of patients.

**Keywords:** Fibromyalgia, Musculoskeletal Rheumatism, Rheumatology.

## RESUMEN

La fibromialgia es una síndrome crónico complejo que afecta a una parte significativa de la población mundial, especialmente a mujeres de entre 30 y 60 años. La condición se caracteriza por dolor musculoesquelético generalizado, fatiga persistente, trastornos del sueño y dificultades cognitivas, a menudo descritas como "neblina cerebral". La fibromialgia representa un desafío sustancial tanto para el diagnóstico como para el tratamiento debido a la ausencia de biomarcadores específicos y a la superposición de sus síntomas con otras condiciones, como el síndrome del intestino irritable y los trastornos del estado de ánimo. La etiología de la fibromialgia es multifactorial, involucrando factores genéticos, neurobiológicos y psicosociales, incluyendo disfunciones en el sistema nervioso central y respuestas al estrés. El diagnóstico se basa en criterios clínicos, siendo el dolor generalizado y los puntos sensibles los más utilizados, aunque estos criterios son a menudo criticados por su falta de precisión. El tratamiento de la fibromialgia debe ser individualizado e incluir una combinación de terapias farmacológicas, como antidepresivos y anticonvulsivos, y enfoques no farmacológicos, como el ejercicio físico, la terapia cognitivo-conductual y las técnicas de manejo del estrés. La eficacia de estas intervenciones varía entre los pacientes, y la condición puede tener un impacto significativo en la calidad de vida, afectando aspectos físicos, emocionales y sociales. Una comprensión profunda de los mecanismos de la fibromialgia y la adopción de estrategias terapéuticas personalizadas son cruciales para mejorar el manejo de la síndrome y la calidad de vida de los pacientes.

**Palabras clave:** Fibromialgia, Reumatismo Muscular, Reumatología.

## 1. INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma condição crônica complexa que afeta um número significativo de pessoas em todo o mundo. Caracteriza-se por dor musculoesquelética generalizada, frequentemente acompanhada por uma série de sintomas associados, como fadiga, distúrbios do sono e problemas cognitivos, comumente descritos como "nevoeiro cerebral" (Clauw et al., 2011). A prevalência da fibromialgia é estimada entre 2% e 4% da população global, afetando predominantemente mulheres na faixa etária de 30 a 60 anos (Wolfe et al., 1995). A condição é reconhecida como uma síndrome de dor crônica e é desafiadora tanto para os pacientes quanto para os profissionais de saúde devido à sua apresentação clínica variada e à ausência de biomarcadores específicos.

O diagnóstico da fibromialgia é especialmente complicado devido à sobreposição de seus sintomas com outras condições, como síndrome do intestino irritável, transtornos do humor e doenças autoimunes. A ausência de um teste diagnóstico definitivo leva a um processo de exclusão que pode ser longo e frustrante para os pacientes. Os critérios diagnósticos mais amplamente utilizados incluem a identificação

de dor generalizada e pontos sensíveis, conforme descrito pelos critérios do American College of Rheumatology (Goldenberg, 2019). No entanto, esses critérios têm sido criticados por sua falta de sensibilidade e especificidade, o que destaca a necessidade de abordagens diagnósticas mais refinadas e precisas.

A etiologia da fibromialgia ainda não é completamente compreendida, mas acredita-se que envolva uma interação complexa de fatores genéticos, neurobiológicos e ambientais. Estudos sugerem que a condição pode estar associada a disfunções no sistema nervoso central, como sensibilização central e alterações no processamento da dor. Além disso, fatores psicológicos e emocionais, como estresse e traumas, também desempenham um papel importante na manifestação e exacerbação dos sintomas (Goldenberg, 2019). Essa complexidade contribui para a dificuldade em estabelecer um consenso sobre a etiologia e o tratamento da fibromialgia.

O manejo da fibromialgia requer uma abordagem multidisciplinar que integre tanto intervenções farmacológicas quanto não farmacológicas. Medicamentos como antidepressivos e anticonvulsivantes têm sido utilizados para aliviar a dor e melhorar a função, enquanto terapias não farmacológicas, como exercício físico regular e técnicas de manejo do estresse, também são recomendadas para o tratamento da condição (Goldenberg, 2019). Além disso, o impacto significativo da fibromialgia na qualidade de vida dos pacientes, afetando aspectos físicos, emocionais e sociais, destaca a importância de um plano de tratamento personalizado e abrangente para gerenciar eficazmente a condição e melhorar o bem-estar geral dos pacientes.

## 2. METODOLOGIA

Para a elaboração desta revisão, foi realizada uma pesquisa sistemática em bases de dados científicas amplamente reconhecidas, incluindo PubMed, Scopus e Google Scholar. A busca foi conduzida utilizando uma combinação de termos específicos relacionados à fibromialgia, como "fibromialgia", "diagnóstico", "tratamento", "etiologia" e "qualidade de vida". A seleção de artigos foi restrita a publicações revisadas por pares, estudos clínicos e revisões de literatura entre os anos de 2010 e 2024, com o objetivo de garantir a inclusão de dados recentes e relevantes. O critério de inclusão abrangeu artigos que fornecessem informações abrangentes sobre a epidemiologia, patofisiologia, diagnóstico e opções de tratamento da fibromialgia.

Após a aplicação dos critérios de inclusão, os artigos foram cuidadosamente avaliados para identificar padrões, avanços e lacunas no conhecimento sobre a fibromialgia. A análise dos estudos selecionados focou em compilar e sintetizar dados relevantes para a compreensão da condição e para a

formulação de um panorama atualizado das práticas de manejo. A revisão envolveu a organização das informações em temas principais, visando apresentar uma visão coesa e abrangente dos aspectos clínicos e terapêuticos da fibromialgia, refletindo a complexidade e as abordagens atuais para o manejo desta síndrome crônica.

### 3. DISCUSSÃO

A fibromialgia é uma condição que continua a desafiar a compreensão médica e científica devido à sua natureza multifacetada. A patofisiologia da fibromialgia envolve uma série de mecanismos complexos que incluem disfunções no sistema nervoso central, como sensibilização central e alterações na percepção da dor (Jones et al., 2015). Estudos sugerem que a fibromialgia pode estar associada a desequilíbrios neuroquímicos, alterações no processamento da dor e disfunções nos sistemas de regulação emocional e autonômica (Goldenberg, 2019).

A prevalência de fibromialgia demonstra variações significativas entre diferentes populações e grupos etários, refletindo a complexidade da condição e a dificuldade em diagnosticar e tratar uniformemente (Wolfe et al., 1995). A fibromialgia pode ocorrer com outras condições, como síndrome do intestino irritável, transtornos do humor e doenças autoimunes, o que pode complicar o diagnóstico e o tratamento (Wolfe et al., 1995).

O diagnóstico da fibromialgia é baseado em critérios clínicos e na exclusão de outras condições. Os critérios diagnósticos mais amplamente utilizados incluem a presença de dor generalizada e pontos sensíveis, conforme descrito pelos critérios do American College of Rheumatology. No entanto, esses critérios têm sido criticados por sua falta de sensibilidade e especificidade, levando à necessidade de abordagens diagnósticas mais precisas e abrangentes (Goldenberg, 2019).

O tratamento da fibromialgia deve ser individualizado e pode incluir uma combinação de terapias farmacológicas e não farmacológicas. Medicamentos como antidepressivos (por exemplo, amitriptilina, duloxetina) e anticonvulsivantes (como pregabalina e gabapentina) têm mostrado eficácia na redução da dor e na melhora da qualidade de vida (Macfarlen et al, 2017). Além disso, abordagens não farmacológicas, como terapia cognitivo-comportamental, exercício físico regular e técnicas de manejo do estresse, desempenham um papel crucial no tratamento da fibromialgia (Macfarlen et al, 2017). A eficácia dessas intervenções pode variar entre os pacientes, destacando a importância de estratégias de tratamento personalizadas (Jones et al., 2015).

A fibromialgia também tem um impacto significativo na qualidade de vida dos pacientes, afetando aspectos físicos, emocionais e sociais. Os pacientes frequentemente relatam dificuldades em realizar

atividades diárias, limitações no trabalho e nas relações sociais, e uma redução geral na qualidade de vida (Macfarlen et al, 2017). A gestão eficaz da fibromialgia deve considerar não apenas os aspectos físicos da condição, mas também o impacto psicológico e social.

#### 4. CONCLUSÃO

A fibromialgia é uma condição complexa e multifacetada que apresenta desafios significativos tanto para o diagnóstico quanto para o tratamento. Apesar dos avanços na compreensão da patofisiologia e no desenvolvimento de opções terapêuticas, muitos pacientes continuam a enfrentar dificuldades na gestão dos sintomas. A abordagem multidisciplinar, que combina terapias farmacológicas e não farmacológicas, tem mostrado ser eficaz na melhoria dos sintomas e na qualidade de vida dos pacientes.

No entanto, ainda existem lacunas significativas no conhecimento sobre a fibromialgia, incluindo a necessidade de melhores biomarcadores diagnósticos e estratégias de tratamento mais eficazes. Futuras pesquisas devem focar na compreensão dos mecanismos subjacentes da fibromialgia, na melhoria dos métodos diagnósticos e no desenvolvimento de abordagens de tratamento mais eficazes e personalizadas. O avanço contínuo nesse campo é crucial para proporcionar alívio significativo e melhorar a qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia.

#### REFERÊNCIAS

- CLAUW, D. J., ARNOLD, L. M., & MCCARBERG, B. H. (2011). **Fibromyalgia: A Review**. The Journal of the American Medical Association, 305(24), 2516-2524.
- FITZCHARLES, M. A., STE-MARIE, P. A., & HÄUSER, W. (2013). **EULAR recommendations for the management of fibromyalgia**. Annals of the Rheumatic Diseases, 72(6), 265-272.
- GOLDENBERG, DL. **Diagnosing Fibromyalgia as a Disease, an Illness, a State, or a Trait?** Arthritis Care Res (Hoboken) 2019; 71:334.
- MACFARLANE GJ, KRONISCH C, DEAN LE, et al. **EULAR revised recommendations for the management of fibromyalgia**. Ann Rheum Dis 2017; 76:318.
- VINCENT, A., & LAHR, B. D. (2013). **The use of the revised fibromyalgia impact questionnaire (FIQR) in the diagnosis and assessment of fibromyalgia**. Current Pain and Headache Reports, 17(10), 379.
- WOLFE F, ROSS K, ANDERSON J, et al. **The prevalence and characteristics of fibromyalgia in the general population**. Arthritis Rheum 1995; 38:19.