

DOI: 10.35621/23587490.v12.n1.p42-56

CUIDADO CONTÍNUO AOS PORTADORES DE FIBROMIALGIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA DE SAÚDE

CONTINUOUS CARE FOR FIBROMYALGIA PATIENTS IN PRIMARY HEALTH CARE

Wenya Cristiana de Almeida Abreu¹
José Olivandro duarte de Oliveira²
Ankilma do Nascimento Andrade Feitosa³

RESUMO: Objetivo: demonstrar que a assistência médica, quando oferecida de forma homogênea ao paciente afetado por dores crônicas decorrentes da fibromialgia, constitui um pilar fundamental para a eficácia do tratamento desta enfermidade na atenção primária à saúde, que transcende as queixas físicas apresentadas pelo paciente. **Metodologia:** O presente estudo configura-se como uma revisão integrativa da literatura, caracterizada por uma análise crítica e exaustiva das principais publicações e investigações pertinentes ao tema em questão. A pesquisa foi conduzida entre os meses de maio e julho de 2024, resultando na identificação de aproximadamente 3.400 trabalhos. Após a aplicação de rigorosos filtros e critérios de seleção crítica, 26 desses estudos foram selecionados para leitura integral. Dentre eles, 18 trabalhos foram considerados adequados e relevantes para a composição final do estudo, por estarem em consonância com a temática pesquisada. **Discussão:** A fibromialgia é uma condição crônica caracterizada por dor muscular generalizada, fadiga, distúrbios do sono e sensibilidade em pontos específicos do corpo. No contexto da atenção primária à saúde, o manejo da fibromialgia é fundamental, pois é o primeiro ponto de contato para o diagnóstico e tratamento dos pacientes. A abordagem inclui estratégias multidisciplinares, como o controle da dor, promoção da atividade física, apoio psicológico e educação sobre a doença. Profissionais de saúde devem estar capacitados para reconhecer os sintomas, realizar um diagnóstico diferencial e orientar tratamentos integrados, visando melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

Palavras-chaves: Fibromialgia; Dor Crônica; Atenção Primária em Saúde.

¹ Graduada em Medicina pelo Centro Universitário Santa Maria. Wenyaabreu@gmail.com.

² Orientador e professor do Centro Universitário Santa Maria. Olivandro_duarte@hotmail.com.

³ Pós-doutorado pela Universidade Federal de Campina Grande. ankilmar@gmail.com.

ABSTRACT: Objective: to demonstrate that medical care, when offered in a homogeneous manner to patients affected by chronic pain resulting from fibromyalgia, constitutes a fundamental pillar for the effectiveness of the treatment of this disease in primary health care, which transcends the physical complaints presented by the patient. **Methodology:** This study is configured as an integrative review of the literature, characterized by a critical and exhaustive analysis of the main publications and investigations pertinent to the topic in question. The research was conducted between May and July 2024, resulting in the identification of approximately 3,400 works. After the application of rigorous filters and critical selection criteria, 26 of these studies were selected for full reading. Of these, 18 works were considered adequate and relevant for the final composition of the study, as they were in line with the researched theme. **Discussion:** Fibromyalgia is a chronic condition characterized by widespread muscle pain, fatigue, sleep disorders, and sensitivity in specific points of the body. In the context of primary health care, the management of fibromyalgia is essential, as it is the first point of contact for the diagnosis and treatment of patients. The approach includes multidisciplinary strategies, such as pain control, promotion of physical activity, psychological support, and education about the disease. Health professionals must be trained to recognize symptoms, perform a differential diagnosis, and guide integrated treatments, aiming to improve the quality of life of patients.

Keywords: Fibromyalgia; Chronic Pain; Primary Health Care.

INTRODUÇÃO

No ano de 410 a.C., Hipócrates elaborou uma teoria segundo a qual a dor crônica seria influenciada pelo cérebro, teoria esta que se revela notavelmente próxima do mecanismo de hipersensibilidade central reconhecido na contemporaneidade (Correia, 2021). Os registros de pacientes com dor musculoesquelética generalizada na medicina remontam ao século XVI. Foi nesse mesmo período que o médico Guillaume de Baillou introduziu o termo "reumatismo" na academia (Heymann, 2017). A fibromialgia só obteve reconhecimento acadêmico e social quando o American College of Rheumatology publicou, em 1990, os critérios de classificação da doença (Souza, 2018).

Somente no ano de 1992 a Organização Mundial da Saúde reconheceu a fibromialgia como uma entidade reumatológica autônoma. Em 2019, com a 11ª Revisão da Classificação Internacional de Doenças, a fibromialgia foi reclassificada na categoria de "Dor Crônica Generalizada", conforme entrou em vigor em janeiro de 2022 (Moras, 2024). Uma das principais causas de incapacidade na sociedade é a dor crônica, que resulta em uma demanda substancial nos serviços de atenção primária à saúde e acarreta elevados custos para o setor de saúde pública (Correia, 2021). No Brasil, a fibromialgia é considerada um problema de saúde pública em virtude de sua elevada prevalência no país (Berwick, 2022). Com uma prevalência de 2% na população, a condição manifesta-se em uma proporção de 1 homem para cada 5,5 mulheres (Correia, 2021).

Estudos revelam que, no Brasil, mais de um terço da população considera que a dor crônica é um fator limitante nas atividades diárias, restringindo, por conseguinte, as relações sociais e familiares (Berwick, 2022). O médico de família, em geral, constitui o primeiro ponto de contato e desfruta de uma posição privilegiada para efetuar uma abordagem diagnóstica oportuna destes pacientes (Moras, 2024). Além disso, o diagnóstico correto de fibromialgia é frequentemente atribuído após aproximadamente dois anos. Durante esse período, os pacientes enfrentam

considerável angústia na busca por um diagnóstico preciso, submetendo-se a uma série de exames complementares e tentativas falhas ao novo tratamento (Souza, 2018).

O intervalo entre o início dos sintomas e o diagnóstico correto provoca restrições físicas e funcionais significativas, impactando negativamente a vida social, o desempenho no trabalho e o bem-estar pessoal do paciente (Moras, 2024). É notável a presença de angústia psicológica em pacientes com fibromialgia, particularmente evidenciada por estados de ansiedade e depressão. Esta condição transcende a mera dor osteomuscular, configurando o paciente em um quadro mais complexo (Correia, 2021). A desordem multidimensional provocada pela doença exige que a atenção básica atenda aos princípios do Sistema Único de Saúde, de forma a prestar um cuidado integral e holístico a este paciente (Heymann, 2017).

O objetivo do presente estudo é demonstrar que a assistência médica, quando oferecida de forma homogênea ao paciente afetado por dores crônicas decorrentes da fibromialgia, constitui um pilar fundamental para a eficácia do tratamento desta enfermidade na atenção primária à saúde, que transcende as queixas físicas apresentadas pelo paciente (Souza, 2018).

METODOLOGIA

O presente estudo configura-se como uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL), caracterizada por uma análise crítica e abrangente das principais publicações e investigações existentes sobre o tema em questão. Este procedimento abrange a identificação, coleta, avaliação e síntese de informações oriundas de múltiplas fontes, incluindo artigos científicos, obras literárias, dissertações, relatórios técnicos e outros documentos relevantes (Mendes, C., 2022).

A pesquisa para o referido trabalho foi conduzido nos meses de junho a agosto de 2024 com a questão norteadora “A importância do diagnóstico da Toxoplasmose na gestante na atenção primária de saúde. Então, depois dessa questão iniciou-se a pesquisa utilizando as bases de dados PubMed, SciELO, Google Acadêmico e

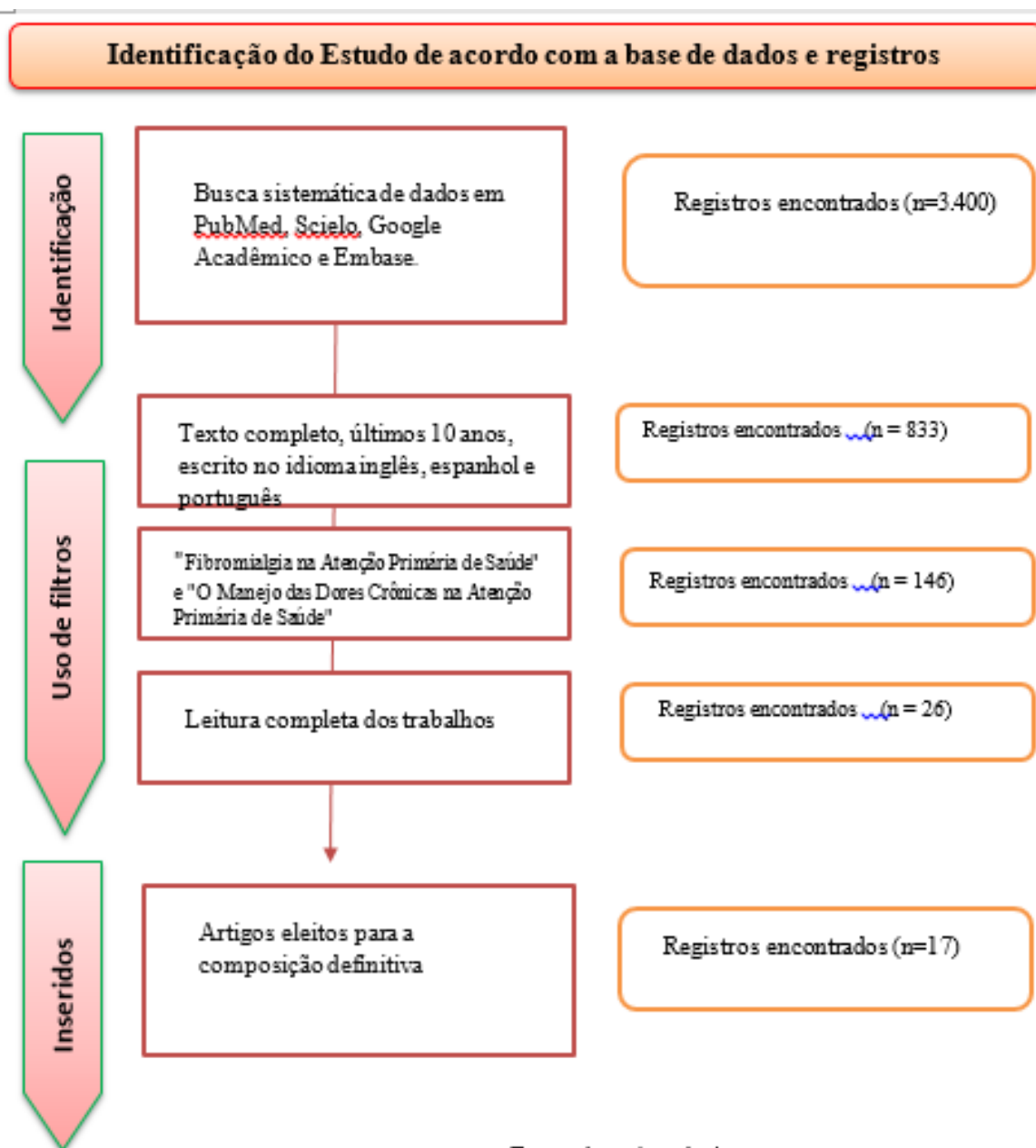
Embase como as principais fontes de consulta. O tema investigado abrangeu “Pré-natal na saúde primária de saúde” e “toxoplasmose congênita” utilizando o método de busca por relevância e intersecção, comumente conhecido como "Boloneis END".

Este estudo foi conduzido entre os meses de junho e julho de 2024, tendo como questão norteadora a indagação: "O". A partir dessa premissa, iniciou-se uma minuciosa pesquisa de trabalhos científicos, utilizando as bases de dados PubMed, SciELO, Google Acadêmico e Embase como fontes principais de consulta. O tema investigado abrangeu "Fibromialgia", "Dores Crônicas" e "Atenção Primária de Saúde",

Identificou-se inicialmente cerca de 13.200 trabalhos científicos. Em seguida, aplicaram-se filtros específicos, selecionando apenas textos completos, publicações dos últimos cinco anos, e estudos redigidos em inglês, espanhol e português, o que resultou na redução do número de trabalhos para 566. Posteriormente, dois critérios subsequentes foram estabelecidos para a seleção dos trabalhos científicos, assegurando sua consonância com os temas "Toxoplasmose congênita" e "O diagnóstico da toxoplasmose na atenção primária de saúde". Com base nesses critérios, identificaram-se aproximadamente 112 trabalhos científicos pertinentes.

Os 112 trabalhos inicialmente identificados foram submetidos a uma análise criteriosa, resultando na seleção de 45 estudos para a leitura dos respectivos resumos, dado que estes estavam em conformidade com o tema proposto. Dentre esses, 21 trabalhos avançaram para a etapa de leitura integral. Por fim, 13 estudos foram selecionados para compor a base teórica deste trabalho. A seguir estão representadas as etapas que caracterizam o processo de seleção dos artigos na forma de um fluxograma (Figura 1).

Figura 1: fluxograma com detalhamento da seleção dos trabalhos.



Fonte: Autoria própria.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Dos 26 estudos científicos analisados em sua totalidade, 18 apresentaram um impacto direto na composição do estudo, uma vez que estavam estreitamente

alinhados com os objetivos da pesquisa e complementavam de maneira eficaz o conceito geral. Na tabela a seguir, identificada como Quadro 1, encontram-se dispostos, em formato tabular, os artigos que exerceram uma influência significativa na formulação deste estudo, alinhando-se com os objetivos da pesquisa. Esses artigos foram submetidos a uma análise detalhada, interpretação e discussão dentro do escopo desta revisão narrativa.

Dos 21 artigos científicos selecionados para a leitura de seu resumo, 13 foram selecionados para a composição final uma vez que estavam estreitamente alinhados com os objetivos da pesquisa e complementavam de maneira eficaz o conceito geral.

Quadro 1. Publicações incluídas na pesquisa segundo o autor, título e objetivo principal.

AUTOR	TÍTULO	OBJETIVO
Andrade, 2014	Dor crônica na atenção primária - um problema de saúde pública	Elaborar um plano de ação para sistematização e aprimoramento do atendimento de portadores de dor crônica por uma equipe multidisciplinar, possibilitando uma reabilitação psicossocial mais adequada
Berwick, 2022	The diagnosis of fibromyalgia syndrome	Evidenciar o diagnóstico atualizado da Fibromialgia
Borges, 2022	Barreiras e facilitadores para adesão à Prática de exercícios por pessoas com dor crônica na Atenção Primária à Saúde: estudo qualitativo	Analisar a percepção dos participantes de grupos de dor crônica na Atenção Primária, sobre as barreiras e facilitadores para adesão à prática de exercícios.
Correia, 2021	Abordagem Diagnóstica da Fibromialgia nos Cuidados de Saúde Primários	Pretendo reunir informação relevante acerca da marcha diagnóstica da Fibromialgia e expor alguns Critérios Diagnósticos recentemente publicados, que possam ser aplicados no reconhecimento da doença nos Cuidados de Saúde Primários.
Guimarães, 2023	Assistência à pessoa com síndrome fibromiálgica na atenção primária à saúde: manejo e diagnóstico	Descrever as intervenções realizadas para a assistência do portador de síndrome fibromiálgica na atenção primária à saúde, visando aprimorar a detecção precoce, o tratamento eficaz e o bem-estar dos pacientes afetados por esta condição

Häuser, 2018	Facts and myths pertaining to fibromyalgia	Elucidas fatos e mitos sobre a Fibromialgia
Heymann, 2017	Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia	Estabelecer diretrizes baseadas em evidências científicas para o diagnóstico da fibromialgia.
Lopes, 2023	Atuação do enfermeiro voltada a saúde do adulto portador de fibromialgia	O estudo está pautado no objetivo de descrever a atuação do enfermeiro no cuidado de pacientes com fibromialgia, analisar as estratégias para a melhora da qualidade de vida. Demonstrase aspectos que compreende a visão do enfermeiro sobre a síndrome de fibromialgia e o plano assistencial de forma humanizada, atendendo a individualidade de cada paciente.
Lorena, 2015	Efeitos dos exercícios de alongamento muscular no tratamento da fibromialgia: uma revisão sistemática	O presente trabalho tem como objetivo sistematizar evidências científicas sobre a utilização dos exercícios de alongamento muscular no tratamento da fibromialgia (FM).
Maia, 2024	Assistência à pessoa com síndrome fibromiálgica na Atenção Primária à Saúde: manejo e diagnóstico	É descrever as intervenções realizadas para a assistência do Portador de síndrome fibromiálgica na atenção primária à saúde, visando aprimorar a Detecção precoce, o tratamento eficaz e o bem-estar dos pacientes afetados por esta Condição
Metyas, 2024	Diet and Lifestyle Modifications for Fibromyalgia	Mostrar as alterações que uma dieta balanceada pode trazer ao cotidiano do paciente com fibromialgia.
Moras, 2024	A experiência vivida a partir da fibromialgia: um estudo qualitativo realizado com mulheres no sudoeste do Paraná	Compreender o processo de adoecimento a partir da experiência vivida de mulheres que apresentam o diagnóstico de fibromialgia (FM).
Nunes, 2020	Dor crônica em adultos: elaboração de ferramentas de informação para educação em saúde	Evidenciar que os pacinetes com dores crônicas se beneficiam de informações sobre suas condições patológicas.
Reig-garcia, 2021	The impact of a peer social support network from the Perspective of women with fibromyalgia: a qualitative study	Mostrar que os pontos positivos entre as redes de apoio e as mulheres diagnosticadas com fibromialgia
Soares, 2024	O método Pilates como intervenção fisioterapêutica na	O objetivo do presente estudo foi avaliar se o método Pilates, no contexto dos tratamentos fisioterapêuticos, é uma

	fibromialgia: uma revisão de literatura	intervenção efetiva para o manejo da fibromialgia, no que se refere à redução da dor e na qualidade de vida desses indivíduos.
Sobrinho, 2015	Programa de autocuidado físico apoiado: proposta de educação popular em saúde para pacientes com fibromialgia	Promover o conhecimento da síndrome, orientar técnicas de autoalongamento e direcionar mudanças posturais nas atividades cotidianas
Souza, 2018	The prevalence of fibromyalgia in Brazil – a population-based study with secondary data of the study on chronic pain prevalence in Brazil	A prevalência de síndrome de fibromialgia já foi estimada em cidades e regiões pontuais do Brasil, desconhece-se estudos anteriores de base populacional que investiguem a prevalência, assim como o perfil de consultas médicas.
Targino, 2021	O conhecimento dos critérios diagnósticos da fibromialgia na atenção primária à saúde	Abordar os critérios diagnósticos da FM na atenção primária à saúde.

Fonte: pesquisa autoral, 2024.

DISCUSSÃO

As dores crônicas são amplamente reconhecidas como uma problemática de saúde pública de significativa relevância (Metyas, 2024). A dor, em sua manifestação habitual, tende a provocar um impacto substancial na qualidade de vida do paciente, implicando em limitações físicas e funcionais que influenciam de maneira direta a existência e o bem-estar desse indivíduo (Maia, 2024). Estas síndromes dolorosas crônicas exigem uma vigilância acentuada, em virtude da crescente desmotivação do paciente em relação aos eventos externos, o que pode culminar no comprometimento das atividades físicas, sociais e profissionais. Tal circunstância pode desencadear padrões de evitação, que, por conseguinte, promovem uma deterioração gradual e inevitável da qualidade de vida do paciente (Lopes, 2023).

A fibromialgia é reconhecida como uma disfunção no processamento sensorial, caracterizada pela indução de dor de elevada intensidade (Nunes, 2020). Toda manifestação dolorosa engendra um profundo sentimento de ansiedade no paciente,

exercendo uma influência perturbadora tanto sobre o sistema sensorial quanto sobre o estado emocional do indivíduo (Metyas, 2024). A dor crônica figura entre as principais causas de licenças médicas, absenteísmo, aposentadoria por invalidez e diminuição da produtividade laboral (Borges, 2022).

A Síndrome da Fibromialgia (SFM) manifesta-se como uma afecção que provoca dor difusa e fadiga crônica, frequentemente confundida com outras patologias reumatológicas e não reumatológicas (Targino, 2021). Esta condição fortalece a teoria da existência de um distúrbio primário no paciente, caracterizado por uma alteração em algum mecanismo central de controle da dor. Tal distúrbio pode ser atribuído a disfunções em neurotransmissores como serotonina, encefalina e norepinefrina, ou à hiperatividade de neurotransmissores como a substância P, glutamato e bradicinina. Tais alterações podem ser geneticamente predispostas e desencadeadas por fatores estressores inespecíficos, como infecções virais, estresse psicológico ou trauma físico (Lorena, 2015).

A Sociedade Brasileira de Reumatologia (2022) define SFM como uma condição de dor crônica, de caráter generalizado, que acomete músculos, tendões e articulações, sem, contudo, evidenciar sinais de inflamação nas áreas afetadas. A etiologia dessa síndrome permanece, entretanto, ainda não completamente elucidada (Andrade, 2014). Seus principais sintomas incluem rigidez muscular e articular, insônia, fadiga, distúrbios do humor, disfunções cognitivas, ansiedade, depressão, sensibilidade generalizada e uma incapacidade de realizar as atividades diárias habituais (Lopes, 2023).

Postula-se, portanto, que o eixo hipófise-hipotálamo-adrenal desempenha um papel significativo na mediação e na perpetuação dos sintomas da Fibromialgia (Nunes, 2020). Não obstante, esta afecção persiste como um enigma na prática clínica, dado que seus sintomas não apresentam especificidade e sua fisiopatologia não é plenamente compreendida (Maia, 2024). Embora a fibromialgia figure entre as doenças reumatológicas mais prevalentes, seu diagnóstico e tratamento apresentam-se como desafios consideráveis e, com frequência, são insuficientemente reconhecidos pelos profissionais de saúde (Lorena, 2015).

No Brasil, o acesso aos serviços de saúde frequentemente encontra restrições em determinadas regiões do país, e a desatualização de alguns profissionais em

áreas remotas dos grandes centros constitui um problema significativo, especialmente à luz do fato de que os critérios diagnósticos da SFM estão em constante processo de atualização (Targino, 2021). Ademais, a desigualdade social exerce um impacto negativo sobre o acesso à saúde, afetando tanto o processo diagnóstico quanto as opções de tratamento disponíveis (Metyas, 2024). A dor persistente de elevada intensidade e os distúrbios do sono constituem as principais queixas na maioria dos casos examinados sobre a SFM.

Os distúrbios do sono estão profundamente conectados com a sensibilidade à dor dos pacientes. Eles podem ser causados por mudanças no metabolismo neuroendócrino durante as várias fases do sono, interrupções no sono provocadas pela dor corporal, ou ainda por sintomas emocionais e cognitivos que tornam difícil adormecer (Soares, 2024). Consequentemente, esses pacientes tendem a manifestar sintomas como fadiga, insônia, desorientação, alterações de humor e cefaleias (Reig-Garcia, 2021). As dores crônicas provocam considerável sofrimento psicológico e comprometem o desempenho laboral e físico, resultando em ceticismo quanto à eficácia dos tratamentos e, por conseguinte, em baixa adesão aos mesmos, em razão do insucesso de intervenções terapêuticas anteriores (Sobrinho, 2015).

O manejo dos sintomas da Síndrome da Fibromialgia transcende o mero controle da dor, inclinando-se para abordagens que visam não apenas a redução da dor, mas também a consideração de outros aspectos associados à condição (Lopes, 2023). A educação em saúde é considerada um componente fundamental no tratamento de pacientes com dor musculoesquelética crônica (Nunes, 2020). Um dos desafios na formulação de eficazes estratégias de educação em saúde reside no perfil dos profissionais atuantes nos serviços de saúde primária. Estes profissionais necessitam aprimorar suas competências, especialmente em áreas como a colaboração em equipe e a utilização de novas tecnologias tanto no cotidiano quanto no atendimento aos pacientes (Andrade, 2014).

Considerando a complexidade da doença, a compreensão do paciente abrange diversas etapas, incluindo o manejo dos sintomas, a implementação de novos hábitos e a administração de medicamentos (Guimarães, 2023). O tratamento não medicamentoso da fibromialgia comumente engloba a educação do paciente, a realização de exercícios físicos aeróbicos sob supervisão e a terapia cognitivo-

comportamental (Lopes, 2023). O foco deve estar voltado para o bem-estar e a melhoria da qualidade de vida, com ênfase na modificação da percepção da dor pelo paciente (Häuser, 2018).

A implementação de estratégias de educação em saúde voltadas para a promoção do autocuidado pode revelar-se extremamente benéfica para uma significativa parcela de pacientes com condições crônicas (Sobrinho, 2015). A adoção de hábitos, como a prática de alongamentos, pode ser facilitada quando iniciada em grupo, sob a orientação e apoio de um profissional de saúde, que auxilie no processo e colabore para que todos alcancem um objetivo comum (Maia, 2024). No entanto, a eficácia da prática educativa será plenamente alcançada apenas se os aprendizes se engajarem de maneira ativa e crítica, visando estabelecer um "círculo de cultura" (Metyas, 2024).

Diversos estudos já apresentaram técnicas preparatórias para o alongamento, incluindo a respiração diafragmática, o relaxamento muscular ativo, a automassagem e a aplicação de compressas quentes (Guimarães, 2023). Estimular a adesão ao programa e a mudança comportamental é crucial, salientando a relevância do autocuidado físico no tratamento da fibromialgia. Ademais, é imperativo realizar as devidas adaptações nas atividades físicas propostas, a fim de personalizar o tratamento de maneira mais eficaz (Guimarães, 2023). Auto alongamentos combinados com técnicas assistidas, tais como automassagens e a aplicação de compressas quentes empregadas nestes pacientes, promovem o aprimoramento do deslizamento miofascial e são considerados eficazes no tratamento desta população (Häuser, 2018).

Pessoas que seguem dietas à base de plantas geralmente conseguem manter um melhor controle dos níveis de glicose no sangue e apresentam níveis reduzidos de gordura saturada e colesterol. Esses fatores podem contribuir para aliviar alguns sintomas da fibromialgia. Isso ocorre porque uma dieta rica em vegetais tende a ser mais baixa em gorduras saturadas e colesterol, o que pode reduzir a inflamação e melhorar a saúde cardiovascular ((Targino, 2021). Além disso, alimentos à base de plantas são frequentemente ricos em fibras e antioxidantes, que podem ter um efeito positivo na gestão da dor e na função geral do corpo. Assim, adotar uma dieta baseada

em vegetais pode não apenas melhorar a qualidade geral da saúde, mas também ajudar a aliviar sintomas específicos associados à fibromialgia (Metyas, 2024).

Dietas à base de vegetais estão relacionadas a níveis mais baixos de estresse oxidativo e inflamação, estas costumam estar ligadas a níveis mais baixos de proteína C-reativa no sangue (Reig-Garcia, 2021). Pacientes com fibromialgia apresentam níveis elevados de espécies reativas de oxigênio no organismo; no entanto, o consumo de azeite de oliva extravirgem, rico em antioxidantes, pode contribuir para a proteção dos lipídios, do DNA e das proteínas contra danos (Borges, 2022).

Um estudo conduzido na Universidade de Alicante, na Espanha, evidenciou que uma dieta baseada em vegetais resultou em melhorias nos níveis de colesterol, peroxidase e fibrinogênio, além de reduzir o peso corporal, a dor em repouso e outros sintomas associados à fibromialgia (Soares, 2024). A ingestão de vitamina A pode revelar-se benéfica, pois contribui para a redução das células T responsáveis pela inflamação e pela diminuição da produção de substâncias inflamatórias no organismo (Guimarães, 2023). Alimentos anti-inflamatórios, ricos em ômega-3, carotenoides e vitaminas A e C, contribuiu para a redução da inflamação e da fadiga nestes pacientes (Reig-Garcia, 2021).

Ainda que as dietas anti-inflamatórias possam contribuir para a redução da fadiga, não se pode assegurar que elas terão um impacto significativo na diminuição da inflamação (Metyas, 2024). Por isso é tão importante o tratamento medicamentoso nestas situações. No tratamento medicamentoso da SFM, a Organização Mundial da Saúde sugere a utilização do modelo denominado "Escada Analgésica", o qual serve como um guia para a seleção de fármacos com base na intensidade da dor experimentada (Lopes, 2023).

Caso a dor seja leve, recomenda-se o uso de analgésicos ou anti-inflamatórios não esteroides. Para dores de intensidade moderada, é aconselhável a combinação desses medicamentos com um opioide de baixa potência. No caso de dores intensas, a associação deve incluir um opioide de maior potência. Em todos os níveis de tratamento, é possível a adição de medicamentos adjuvantes, como antidepressivos e anticonvulsivantes (Soares, 2024). Pesquisas recentes demonstraram que apenas três medicamentos foram aprovados pela FDA para o tratamento de pacientes com fibromialgia: a duloxetina, o milnaciprano e a pregabalina (Guimarães, 2023).

Esses antidepressivos tricíclicos são frequentemente preferidos para o tratamento de dores persistentes, especialmente quando associadas a parestesias e dores neuropáticas. Embora a fluoxetina possa ser eficaz no alívio da dor, sua eficácia tende a ser inferior à dos antidepressivos tricíclicos (Soares, 2024). É crucial monitorar atentamente os pacientes em uso dessas medicações, pois os efeitos adversos anticolinérgicos, como boca seca, visão turva, constipação e retenção urinária, podem levar ao abandono do tratamento. Portanto, recomenda-se que a dosagem seja ajustada gradativamente (Borges, 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

À luz do presente estudo, pode-se afirmar a relevância indiscutível da abordagem multiprofissional no manejo do paciente com fibromialgia, em virtude do caráter multifacetado das manifestações clínicas que o acometem. O médico atuante na atenção primária à saúde desempenha um papel crucial ao assegurar que esses pacientes recebam um tratamento abrangente, contemplando as diversas dimensões dessa enfermidade crônica. Contudo, evidencia-se a necessidade premente de estudos adicionais, a fim de que o tema seja mais amplamente disseminado e mais bem compreendido entre os profissionais de saúde.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRADE, R. M. **Dor crônica na atenção primária - um problema de saúde pública**. Trabalho de conclusão de curso, Belo Horizonte, junho de 2014.

BERWICK, R. **The diagnosis of fibromyalgia syndrome**. Royal College of Physicians, p. 570-574, 2022.

BORGES, P. d. **Barreiras e facilitadores para adesão à prática de exercícios por pessoas com dor crônica na atenção primária à saúde: estudo qualitativo**. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, p. 1-18, 2022.

CORREIA, J. M. **Abordagem diagnóstica da fibromialgia nos cuidados de saúde primários**. Faculdade de Medicina de Lisboa, p. 1-51, 2021.

GUIMARÃES, V. G. **Assistência à pessoa com síndrome fibromiálgica na atenção primária à saúde: manejo e diagnóstico.** Trabalho de conclusão de curso, Manhuaçu, Minas Gerais, 5 de dezembro de 2023.

HÄUSER, W. **Facts and myths pertaining to fibromyalgia.** *Clinical Research*, p. 53-62, 2018.

HEYMANN, R. E. **Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia.** *Revista Brasileira de Reumatologia*, p. 467-476, 2017.

LOPES, A. L. **Atuação do enfermeiro voltada à saúde do adulto portador de fibromialgia.** Trabalho de conclusão de curso, Parauapebas: Faculdade para o Desenvolvimento Sustentável da Amazônia - Curso Bacharelado de Enfermagem, novembro de 2023.

LORENA, S. B. **Efeitos dos exercícios de alongamento muscular no tratamento da fibromialgia: uma revisão sistemática.** *Revista Brasileira de Reumatologia*, p. 167-173, 2015.

MAIA, A. d. **Assistência à pessoa com síndrome fibromiálgica na atenção primária à saúde: manejo e diagnóstico.** *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, p. 1-10, 2024.

METYAS, C. **Diet and lifestyle modifications for fibromyalgia.** *Current Rheumatology Reviews*, p. 405-413, 2024.

MORAS, T. C. **A experiência vivida a partir da fibromialgia: um estudo qualitativo realizado com mulheres no sudoeste do Paraná.** *Psicologia Argumento*, p. 45-75, 2024.

NUNES, O. F. **Dor crônica em adultos: elaboração de ferramentas de informação para educação em saúde.** *Desafios da ciência no pós-pandemia*, p. 1, 2020.

REIG-GARCIA, G. **The impact of a peer social support network from the perspective of women with fibromyalgia: a qualitative study.** *International Journal of Environmental Research and Public Health*, p. 1-15, 2021.

SOARES, L. B. **O método Pilates como intervenção fisioterapêutica na fibromialgia: uma revisão de literatura.** Trabalho de conclusão de curso, Uberlândia, 2024.

SOBRINHO, J. E. **Programa de autocuidado físico apoiado: proposta de educação popular em saúde para.** *Revista APS*, p. 483-491, 2015.

SOUZA, J. B. **The prevalence of fibromyalgia in Brazil - a population-based study with secondary data of the study on chronic pain prevalence in Brazil.** *Artigo Original*, p. 345-348, 2018.

TARGINO, A. L. **O conhecimento dos critérios diagnósticos da fibromialgia na atenção primária à saúde.** Trabalho de conclusão de curso, Patos, 2021.