

---

## **FIBROMIALGIA ASSOCIADA AOS TRANSTORNOS MENTAIS: DEPRESSÃO E ANSIEDADE.**

### **FIBROMYALGIA ASSOCIATED WITH MENTAL DISORDERS: DEPRESSION AND ANXIETY.**

**Lucas Pita<sup>1\*</sup>; Lorhany Jayne Filgueiras Araújo<sup>1</sup>; Janne Caroline Oliveira Gomes  
Fechine<sup>1</sup>; Lílian Coelho Damasceno<sup>1</sup>; Jordana Figueiredo de Araújo<sup>1</sup>**

**1 - Faculdade de Medicina de Juazeiro do Norte (FMJ)**

#### **RESUMO:**

Fibromialgia é uma síndrome neurológica crônica e condição reumática sem inflamação. A etiopatogenia é desconhecida e está relacionada a doenças autoimunes, a fadiga generalizada, rigidez matinal, estresse, distúrbios do sono, ansiedade e depressão, interferindo na qualidade de vida em geral do paciente. O artigo em questão tem o objetivo de compreender a relação da FM com algumas patologias psicológicas, como a depressão e ansiedade. Além disso, tem caráter descritivo e exploratório. Trata-se de uma revisão de literatura bibliográfica em que a busca foi por meio da base de dados eletrônicos MEDLINE, LILACS e SciELO, em que utilizou-se como tema central fibromialgia associadas aos transtornos mentais. Aos resultados, a pessoa diagnosticada com FM, está propensa a desenvolver ansiedade, tensão, depressão, insônia, e alterações no ciclo de dor. Os transtornos mentais mencionados são consequências da FM, visto que ao reduzir serotonina (via descendente), hormônio responsável pela regulação do humor, sono, apetite, ansiedade e emoções o paciente fica com extrema labilidade emocional, concluindo com tratamento da patologia associar terapia medicamentosa com terapia não medicamentosa.

**Palavras-chave:** Fibromialgia. Ansiedade. Depressão

#### **ABSTRACT:**

Fibromyalgia is a chronic neurological syndrome and rheumatic condition without inflammation. Etiopathogenesis is unknown and is related to autoimmune diseases. Generalized fatigue, morning stiffness, stress, sleep disorders, anxiety and depression, interfering with the overall quality of life of the patient. The article in question aims to understand the relationship between FM and some psychological pathologies, such as depression and anxiety. The article has a descriptive and exploratory character. This is a literature review that has fibromyalgia associated with mental disorders as its central theme. The results, the person diagnosed with FM, is prone to develop anxiety, tension, depression, insomnia, and changes in the pain cycle. The mental disorders mentioned are consequences of FM, since by reducing serotonin (descending route), a hormone responsible for regulating mood, sleep, appetite, anxiety and emotions the patient is extremely emotionally latent, concluding with treatment of the pathology to associate drug therapy with non-drug therapy.

**Keywords:** Fibromyalgia. Anxiety. Depression

## 1. INTRODUÇÃO

A Fibromialgia (FM) é uma síndrome neurológica crônica que envolve os quatro quadrantes do corpo e o esqueleto axial. É uma condição reumática que não apresenta inflamação. O mecanismo central dessa doença é a alteração nos neurotransmissores do sistema nervoso central. É caracterizada por uma dor difusa e crônica (período mínimo de três meses), geralmente está associada a pontos dolorosos à palpação, que são os tender points e eles podem ajudar no diagnóstico, porém eles não estão mais nos critérios atuais de diagnóstico, pois eles são muito inespecíficos. (LORENA et al., 2016)

A etiopatogenia da FM é desconhecida, mas acredita-se que tenha um componente genético, pois pacientes que apresentam parentes de primeiro grau possuem mais risco de desenvolver essa síndrome. Fatores ambientais estão ligados com a doença, como infecções, trauma, estresse psicológico. Alterações neuroendócrinas também estão associadas, como o hipotireoidismo que é um dos diagnósticos diferenciais da fibromialgia. E também está relacionada a doenças autoimunes, como Lúpus, Artrite Reumatoide. (FERREIRA, 2015)

Estudos realizados nos EUA e na Europa evidenciaram que teve uma preponderância de 5% na população geral, já no Brasil teve uma prevalência de até 2,5%. Observou-se também que há um predomínio maior nas mulheres e a faixa etária mais afetada é entre os 35 e 44 anos. (HEYMANN et al., 2017)

Essa patologia pode estar associada à fadiga generalizada, rigidez matinal, estresse, distúrbios do sono e sintomas psiquiátricos, como ansiedade e depressão. (LORENA et al., 2016)

Dessa forma, essa patologia interfere negativamente na qualidade de vida do paciente. Eles apresentam dificuldades em tarefas do cotidiano, isso os deixa inseguros quanto ao desempenho, seja na vida familiar ou na profissional (MARTINEZ, 2006)

O objetivo deste artigo é compreender a relação da FM com algumas patologias psicológicas, como a depressão e a ansiedade. Tendo em vista que a FM já afeta a vida do paciente, associada a essas outras patologias a qualidade de vida fica mais comprometida.

## 2. METODOLOGIA

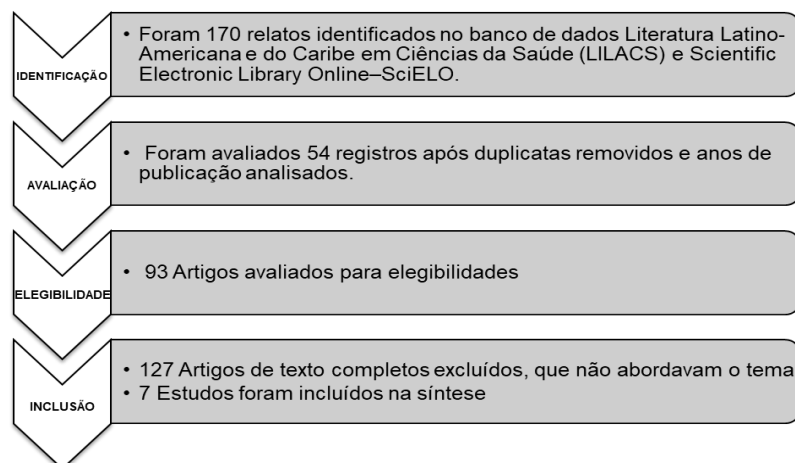
O artigo tem caráter descritivo e exploratório. Trata-se de uma revisão de literatura bibliográfica que tem como tema central fibromialgia associadas aos transtornos mentais: Depressão e Ansiedade. Esta revisão foi feita baseada em trabalhos acadêmicos e artigos científicos, pesquisados a partir da base de dados eletrônicas internacionais Medical

Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Leitura Científica e Técnica da América Latina e Caribe (LILACS) e Scientific Electronic Library (SciELO), que como critérios de inclusão optou-se por tipos de estudo de prevalência, ensaio clínico controlado, fatores de risco, incidência, prognóstico, diagnóstico, estudo de rastreamento que tratavam de fibromialgia, ansiedade e depressão entre o período de 2016 a 2021. Foram excluídos artigos, após a leitura, que não tinham ligação com a patologia, ou que não trouxesse nenhuma relação da ansiedade ou depressão com fibromialgia, artigos de revisão, artigos que não são disponíveis gratuitamente na íntegra, aqueles que não se encaixavam no período de tempo ou que não apresentassem a linguagem desejada, ou qualquer outro que não contemplasse o critério de inclusão. Os artigos selecionados foram lidos buscando a principal ideia do escritor sobre a FM.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram encontrados os seguintes resultados: base de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) 120 artigos, Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) 50 artigos, após os critérios de inclusão apenas 02 artigos foram obtidos na base de dados LILACS e 05 na SciELO. Após essa análise, foi feita uma leitura prévia dos artigos para poder selecionar apenas os que seriam utilizados na elaboração deste trabalho, utilizando os seguintes critérios de exclusão: artigo de revisão, incompatibilidade com o tema, duplicidade nas bases, excluindo assim 61 artigos. Posteriormente, foi realizada uma análise crítica verificando os pontos principais capazes de responder aos objetivos da temática em questão conforme o fluxograma (figura 1) abaixo:

**Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos**



**Fonte: Dados da pesquisa (2021)**

A tabela a seguir apresenta título, autor/ano, tipo de estudo, objetivos e principais achados de cada artigo selecionado neste estudo.

**Tabela 1. Síntese de artigos selecionados:**

Artigo	Autor/ano	Tipo do estudo	Objetivos	Principais achados
A depressão e a ansiedade de traços mediam a influência da dor clínica na qualidade de vida relacionada à saúde na fibromialgia.	Sánchez et al., (2020)	Estudo prognóstico	Investigar as relações da qualidade de vida com parâmetros clínicos da FM (dor, insônia e fadiga) e variáveis afetivas (depressão e ansiedade)	Pacientes com FM apresentam escores mais baixos do que os indivíduos saudáveis. A dor clínica e a fadiga foram os principais prognósticos físicos da QVRS; e a depressão e ansiedade, da QVRS mental.
O impacto dos sintomas depressivos e bipolares no estado socioeconômico, sintomas centrais, função e gravidade da fibromialgia.	Gota et al., (2017)	Estudo de prevalência	Avaliar a prevalência de sintomas depressivos e bipolares em um grupo de pacientes com FM atendidos em um centro de atenção terciária e determinar a relação entre sintomas depressivos e maníacos com status socioeconômicos, sintomas essenciais, função e gravidade	O aumento da prevalência e gravidade dos sintomas da FM está significativamente associado ao aumento dos níveis de gravidade da depressão, bem como do diagnóstico do transtorno bipolar e menor nível socioeconômico.
Impacto do apoio social sobre os sintomas de mulheres brasileiras com fibromialgia	Freitas et al., (2016)	Estudo observacional descritivo	Avaliar o impacto do apoio social na sensibilidade periférica, dor, funcionalidade e estados de humor positivos e negativos, como a depressão, afetividade e ansiedade em mulheres brasileiras com FM.	O apoio social pode contribuir para a melhoria na saúde mental e física na FM, influenciando a vivência da dor propriamente dita e reduzindo emoções positivas e negativas como a depressão, a afetividade ou a ansiedade. Além disso, a presença de uma pessoa de apoio ajuda o paciente a se distrair da sua experiência de disfunção física e humor.

Depressão, ansiedade e cinesiofobia em mulheres com fibromialgia praticantes ou não de dança	Souza et al., (2020)	Estudo Transversal	Avaliar os sintomas de depressão, ansiedade e cinesiofobia em mulheres com FM que praticam dança comparadas àquelas que não praticam.	Os escores de depressão, ansiedade e cinesiofobia estiveram associados a menor intensidade dos sintomas no grupo que dança. Ademais, as pessoas que participam dos grupos de dança sofrem menos impacto psicossocial.
A síndrome da fibromialgia compromete a força de preensão manual e os sintomas de ansiedade e depressão? um estudo transversal	Branco et al., (2020)	Estudo Transversal	Afirmar o comprometimento da FPM e aprofundar sobre os distúrbios como ansiedade e depressão em pacientes com FM.	Pacientes com FM apresentam menor FPM e maiores sintomas de ansiedade e depressão.
Avaliação de dor e qualidade de vida de pacientes com fibromialgia	Lorena et al., (2016)	Estudo transversal	Avaliar a dor e a qualidade de vida de pacientes com fibromialgia para melhor compreender a correlação entre essas variáveis.	Foram observados elevados valores no Questionário de Impacto da Fibromialgia, Índice de Dor Generalizada e escala analógica visual além de uma correlação linear entre os índices de dor e qualidade de vida.
O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado.	Oliveira et al., (2019)	Estudo descritivo exploratório, de abordagem qualitativa.	Descrever o cotidiano das mulheres que vivem com fibromialgia durante a intervenção do grupo interdisciplinar e analisar seus benefícios à saúde das mulheres após a intervenção.	Ficou clara a melhora da depressão; a diminuição da dor foi gradual, assim como a motivação pela mudança, a força e o ânimo. Da mesma forma, as participantes sentiram-se empoderadas; o conhecimento sobre a alimentação e o autocuidado foi um aprendizado também.

Branco et al. (2020) através de um estudo transversal, afirmam que a Fibromialgia não se trata apenas da dor muscular, mas tem a presença de fadiga, distúrbios do sono, distúrbios cognitivos e alterações de humor, como grande exemplo tem a depressão e a ansiedade, o que pode agravar o quadro clínico de um paciente com FM.

Sánchez et al. (2020) realizou um estudo prognóstico sobre a qualidade de vida em pacientes com FM. Os pacientes foram submetidos à avaliação através da pesquisa de Saúde de forma curta (SF-36) em que foi analisado como se sente o paciente e até que ponto é capaz de fazer suas atividades de vida diária. A seguir foram aplicados instrumentos para avaliação de qualidade de vida, de acordo com os objetivos deste estudo. No estudo evidenciaram clinicamente que a ansiedade, tensão, depressão, insônia, alteram o ciclo de dor e influenciam mutuamente uns aos outros, aumentando seus efeitos negativos e interferindo na qualidade de vida que demonstrou ser inferior aos pacientes saudáveis. Ou seja, a pessoa diagnosticada com FM está propensa a desenvolver esse quadro descrito.

Sendo assim, os autores Branco et al. (2020) e Sánchez et al. (2020) se convergem, que a FM não é apenas uma doença muscular, mas de caracteres osteomuscular e que a ansiedade e depressão podem intensificar o quadro, então esses transtornos mentais são causas de pior prognóstico ao paciente.

Gota et al. (2017) realizaram uma amostragem de 355 pacientes com fibromialgia para compor a amostra, a qual fazia a relação entre sintomas depressivos e bipolares com sintomas fibromiálgicos e observou-se a prevalência dessa associação em brancos e sexo feminino, mostrou ainda que razões aludidas evidenciam que o aumento dos níveis de depressão estão associadas a variáveis importantes, como o abuso sexual, ao declínio do estado socioeconômico, incluindo maiores taxas de incapacidade e de desemprego. De forma que na atualidade esta síndrome constitui-se em um importante problema de saúde e socioeconômico, sugerindo assim, que pesquisas em seus vários aspectos devam ser realizadas e aceleradas.

Estudos que avaliaram a prevalência de depressão em pacientes com FM encontraram variação de 28,6 a 90%, enquanto que distúrbios de ansiedade são 6,7% mais comuns em pacientes com FM do que em pessoas sem a doença, assim, se pode perceber que no sexo feminino é mais prevalente e o transtorno mais comum é a depressão.

Além disso, Branco et al. (2020), colocou que pacientes que apresentam algum desses fatores psicológicos mais frequentes, ansiedade e depressão, relatam maiores dores, pontos gatilhos e praticam menos exercício físico. Ademais, compara a Força de Preensão Manual (FPM) que é um importante indicador da força muscular. Além disso, é importante adentrar na questão do tratamento, que além de medicamentoso, a prática de terapias e de atividades físicas são primordiais para o controle de aspectos psicológicos.

Freitas et al. (2016) ressalta a importância do apoio social sobre os sintomas de mulheres brasileiras com fibromialgia, independentemente do estado conjugal, da

escolaridade e da renda; evidenciando que as pacientes com baixa interação social positiva, podem ter mais sintomas de depressão e funcionalidade inferior. Os resultados de suas pesquisas mostram diferenças entre os grupos Apoio Social normal (ASN) e Apoio Social Ruim (ASR) na depressão, no afeto negativo e na sensibilidade à dor. Receber apoio de familiares e profissionais da saúde, geralmente, é benéfico para o bem-estar físico e mental e pode reduzir o impacto nocivo de estressores externos. Intervenções e esforços para melhorar o apoio social em pacientes com FM parecem ser um componente crucial a ser incluído na prática a fim de melhorar a qualidade da saúde dessa população.

Concomitantemente, Branco et al. (2020) e Freitas et al. (2016), descrevem um pouco mais da questão do tratamento em que tanto atividades físicas quanto medicamentoso podem ser benéficos, visto que servem para controle psicológicos, reduzindo estressores externos.

Souza et al. (2020) em um estudo transversal afirma que, além dos apoios familiares e psicológicos, a prática de dança tem uma boa aceitação em indivíduos com FM, seja por características de movimento, ou pelo estímulo visual e auditivo, além da aprendizagem motora que proporciona. O resultado de seu estudo revela que com a dança em grupo fortifica laços afetivos, promove a socialização, melhora a dor e a capacidade cognitiva e funcional. Diante desse pensamento, nota-se que a prática de dança, além de servir para sintomas associados a dor, ainda tem efeito no psicossocial do paciente, visto que é uma atividade divertida e dinâmica, além do mais, é de baixo custo e acessível para todos.

Lorena et al. (2016) em um estudo transversal, constatou-se que a maioria das pacientes não tinham o hábito de praticar nenhum tipo de atividade física. Esse sedentarismo, é responsável por o agravamento do surgimento da FM em indivíduos com probabilidade genética, surgimento de limitações funcionais e físicas, rigidez e fadiga. A prática de atividade física é um fator positivo na qualidade de vida de pessoas com FM, porém, necessitam de um período maior e de mais esforço pessoal para manter uma rotina de exercícios. Treinos de longa duração (maior que 15 semanas), exercícios de flexibilização, atividades leves ou de recreação, principalmente feitas em grupos, estão associadas à melhora das pacientes. Além da relação dos sintomas da FM com o sedentarismo, fora também observado que a diminuição da qualidade de sono está relacionada com a piora da dor e da fadiga; e que quando os pacientes apresentam distúrbios psicológicos associados a FM, tendem a ter seu sintoma piorado. Diante disso, constatou-se a necessidade de os profissionais de saúde conhecerem as limitações

decorrentes dessa síndrome em cada paciente, de maneira particular, contribuindo para um tratamento adequado e, conseqüentemente, melhorando a qualidade de vida dessas pessoas.

Segundo Oliveira et al. (2019) pacientes com FM tem um convívio direto com a dor crônica, causando sofrimento, pois causa limitações no âmbito familiar e profissional e a consequência disso é o afastamento, exclusão social, preocupação, ansiedade e um desgaste contínuo. A dor relatada pelos pacientes não é apenas física, mas também psicológica. Ela gera um desconforto ao paciente, tendo em vista que o sono não vai ser reparador. Nos estudos, foram vistos que essa dor permanente causa estresse e vice-versa, se tornando um ciclo vicioso. Dessa forma, a criação de um grupo de apoio é um método que auxilia os pacientes com FM, através do autocuidado, solidariedade, interação, reflexão, desenvolvimento de habilidades e autoconhecimento para encarar as dificuldades trazidas por essa patologia. Além disso a prática de exercícios físicos, respeitando os limites do corpo e a idade, se destaca no alívio da dor, já que estimula a liberação de endorfinas que tem como função efeito analgésico. De igual maneira a assistência terapêutica é fundamental para o tratamento da FM, através do entendimento de questões biológicas, sociais e culturais nos quais esses pacientes estão inseridos já que elas influenciam no desencadeamento dessa patologia.

Seguindo a linha de raciocínio de Souza et al. (2020), de Lorena et al. (2016) e de Oliveira et al. (2019), fica notório que a prática de exercícios físicos e o grupo de ajuda são essenciais para o tratamento da FM, pois a prática regular de atividade física proporciona alívio das dores e o grupo de apoio gera uma sensação de acolhimento e de proteção, com isso os pacientes sentem confiança de compartilhar dificuldades vivenciadas no dia a dia, ajudando, assim, na interação social.

#### **4. CONCLUSÃO**

A fibromialgia (FM) é uma doença crônica de caracteres musculares, osteomusculares e psicológicos, mais prevalente em mulheres, que envolve fatores genéticos e ambientais, sua fisiopatologia é devido a uma hiperestimulação do sistema ascendente da dor e inativação ou redução do sistema descendente. O diagnóstico é clínico, podendo apresentar fadigas, distúrbios do sono e a ansiedade e depressão podem intensificar o quadro de FM visto que a depressão é mais comum. Por fim, o tratamento da patologia é associar terapia medicamentosa e não medicamentosa, como exercícios físicos



e grupos de apoio, que permitem uma maior interação desses pacientes com a sociedade além de liberarem endorfina, que funcionará como analgésico para dor.

## 5. REFERÊNCIAS

COSTA, Sergio Ricardo Matos Rodrigues da et al. Características de pacientes com síndrome de fibromialgia atendidos em hospital de Salvador-BA, Brasil. 2006. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbr/a/VmLPLtkp4hyyb6s8hHHQpm/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2021.

WEIDEBACH, Wagner Felipe de Souza. Fibromialgia: evidências de um substrato neurofisiológico. 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ramb/a/9hnf7MtvKG7XLTb57x9P4xg/?lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2021.

SANTOS, Emanuella Barros dos et al. Avaliação nos sintomas de ansiedade e depressão em fibromiálgicos. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/nYxQPShvzRhZQ6VdWjTDc8w/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 out. 2021.

João, A., & Ferreira, O. (n.d.). FACULDADE DE MEDICINA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA TRABALHO FINAL DO 6o ANO MÉDICO COM VISTA À ATRIBUIÇÃO DO GRAU DE MESTRE NO ÂMBITO DO CICLO DE ESTUDOS DE MESTRADO INTEGRADO EM MEDICINA FIBROMIALGIA: CONCEITO E ABORDAGEM CLÍNICA ARTIGO DE REVISÃO ÁREA CIENTÍFICA DE PSIQUIATRIA TRABALHO REALIZADO SOB A ORIENTAÇÃO DE: MANUEL JOÃO RODRIGUES QUARTILHO MARÇO 2015.

LORENA, Suélem Barros de; PIMENTEL, Eduardo Augusto dos Santos; FERNANDES, Vanessa Medeiros; PEDROSA, Márcio Botelho; RANZOLIN, Aline; DUARTE, Angela Luzia Branco Pinto. Evaluation of pain and quality of life of fibromyalgia patients: avaliação de dor e qualidade de vida de pacientes com fibromialgia. Revista Dor, [S.L.], v. 17, n. 1, p. 8-11, jan. 2016. GN1 Genesis Network. <http://dx.doi.org/10.5935/1806-0013.20160003>.

HEYMANN, Roberto E.; PAIVA, Eduardo S.; MARTINEZ, José Eduardo; HELFENSTEIN, Milton; REZENDE, Marcelo C.; PROVENZA, Jose Roberto; RANZOLIN, Aline; ASSIS, Marcos Renato de; FELDMAN, Daniel P.; RIBEIRO, Luiz Severiano. Novas diretrizes para

o diagnóstico da fibromialgia. *Revista Brasileira de Reumatologia*, [S.L.], v. 57, n. 2, p. 467-476, jun. 2017. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbr.2017.05.006>.

BATISTA, A. S. A., MAIA, J. B. da S., de-SOUSA, C. G., LINS, C. A. de A., & de-SOUZA, M. C. (2020). Depression, anxiety and kinesiophobia women with fibromyalgia practitioners or not of dance. *Brazilian Journal Of Pain*, 3(3). <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20200184>

Carmen M. Galvez-Sánchez, Casandra I. Montoro, Stefan Duschek, Gustavo A. Reyes del Paso, Depression and trait-anxiety mediate the influence of clinical pain on health-related quality of life in fibromyalgia, *Journal of Affective Disorders*, Volume 265, 2020, Pages 486-495, ISSN 0165-0327, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.129>. (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032718322559>)

Gota, C.E., Kaouk, S. and Wilke, W.S. (2017), The impact of depressive and bipolar symptoms on socioeconomic status, core symptoms, function and severity of fibromyalgia. *Int J Rheum Dis*, 20: 326-339. <https://doi.org/10.1111/1756-185X.12603>

Freitas, Rodrigo Pegado de Abreu et al. Impacts of social support on symptoms in Brazilian women with fibromyalgia. *Revista Brasileira de Reumatologia* [online]. 2017, v. 57, n. 3 [Accessed 4 November 2021], pp. 197-203. Available from: <<https://doi.org/10.1016/j.rbre.2016.07.001>>. ISSN 1809-4570. <https://doi.org/10.1016/j.rbre.2016.07.001>.

**\*Autor(a) para correspondência:**

**Lucas Pita**

**Email: [lucaspitalp@gmail.com](mailto:lucaspitalp@gmail.com)**

**Faculdade de Medicina de Juazeiro do Norte (FMJ)**

**Recebido: 16/11/2021 Aceite: 12/01/2022**