



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE CIÊNCIAS SOCIAIS E DA SAÚDE
CURSO DE FISIOTERAPIA

MARIANA DOANNY DE PAULA

**IMPACTO DA TERAPIA MANUAL NA REDUÇÃO DA DOR EM
PACIENTES COM FIBROMIALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA DA
LITERATURA**

GOIÂNIA-GO

2025

MARIANA DOANNY DE PAULA

**IMPACTO DA TERAPIA MANUAL NA REDUÇÃO DA DOR EM PACIENTES COM
FIBROMIALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA**

Artigo elaborado para fins de avaliação na disciplina: Trabalho de Conclusão do Curso de Graduação em Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás – PUC Goiás.

Orientadora: Prof.^a Me. Cristiane Leal de Moraes e Silva Ferraz.

GOIÂNIA

2025

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	5
METODOLOGIA	7
RESULTADOS	11
DISCUSSÃO	21
CONCLUSÃO	25
REFERÊNCIAS	26

Impacto da terapia manual na redução da dor em pacientes com fibromialgia: Revisão Integrativa da Literatura.

Impact of manual therapy on pain reduction in patients with fibromyalgia: Integrative Literature Review.

Mariana Doanny de Paula¹, Cristiane Leal de Moraes e Silva Ferraz²

¹Discente do curso de fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás.

²Mestra em Ciências Ambientais e Saúde pela Universidade Católica de Goiás, Docente e Pesquisadora da Pontifícia Universidade Católica de Goiás

Endereço para correspondência:

Rua GB 34 quadra 57 lote 9 - Casa A, Jardim Guanabara 3 Goiânia - Goiás CEP: 74683330.

E-mail: maridoanny30@gmail.com Telefone: (62)99903-8729

RESUMO

Objetivo: Avaliar, por meio de revisão integrativa da literatura, os efeitos da terapia manual na redução da dor em pacientes com fibromialgia. **Métodos:** A busca pelos artigos foi conduzida no Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na base de dados PubMed. Os descritores utilizados foram [Musculoskeletal Manipulations; massage; Fibromyalgia]. **Resultados:** A amostra deste estudo foi composta por seis artigos publicados em inglês e português abordando tratamento, por meio da terapia manual em pacientes com fibromialgia. Evidenciou-se o efeito positivo da terapia manual, especialmente quando associada à farmacoterapia. **Conclusão:** A terapia manual possui efeitos positivos no tratamento da dor de indivíduos com fibromialgia, porém para obter resultados mais expressivos é necessário considerar a individualidade de cada paciente.

Palavras chaves: Musculoskeletal Manipulations, massage, Fibromyalgia

ABSTRACT

Objective: To evaluate, through a literary review, the effects of manual therapy in reducing pain in patients with fibromyalgia.. **Methods:** The search for articles was conducted on the Regional Portal of the Virtual Health Library (BVS) and in the PubMed database. The descriptors used were [Musculoskeletal Manipulations; massage; Fibromyalgia]. **Results:** A sample for this study consisted of six articles published in English and Portuguese addressing treatment, through manual therapy, in patients with fibromyalgia. The positive effect of manual therapy was evident, especially when combined with pharmacotherapy. **Conclusions:** Manual therapy has positive effects in treating pain in individuals with fibromyalgia; however, to obtain more significant results, it is necessary to consider the individual needs of each patient.

Keywords: Musculoskeletal Manipulations, massage, Fibromyalgia

INTRODUÇÃO

Fibromialgia é uma síndrome crônica que se caracteriza por dor musculoesquelética generalizada, fadiga intensa, distúrbios do sono e dificuldades cognitivas. Sua etiologia é considerada multifatorial, ou seja, envolve fatores genéticos, neurobiológicos e psicossociais, além de disfunções no processamento da dor pelo sistema nervoso central. Existem bastantes desafios para o diagnóstico, pois não há biomarcadores específicos, portanto o resultado é baseado principalmente em critérios clínicos. (Paula et al., 2024).

O diagnóstico é mais comum em pessoas do sexo feminino, geralmente na faixa etária entre 45 e 64 anos. Estudos atuais indicam que a prevalência da fibromialgia em mulheres varia entre 2,4% e 6,8%, enquanto em homens é significativamente menor, entre 0,2% e 1% (Oliveira et al., 2024).

O sintoma mais relatado em pacientes com fibromialgia é a dor, que também afeta a funcionalidade e a qualidade de vida. Nesses pacientes, a dor não se limita a áreas específicas, sendo difusa por todo o corpo, gerando uma disfunção no processamento do sistema nervoso central. (Paiva et al., 2023). Atualmente, o conceito de dor é definido como "uma experiência sensorial e emocional desagradável associada a dano real ou potencial ao tecido, ou descrita em termos de tal dano", reconhecendo seu caráter subjetivo e multifatorial (DeSantana et al., 2020).

O tratamento da fibromialgia visa uma abordagem multidisciplinar, pois deve-se levar em conta não apenas os aspectos físicos da dor crônica, mas também os fatores psicológicos que a perpetuam e agravam e, para isso, as intervenções psicoterapêuticas têm mostrado eficácia significativa no manejo da doença, especialmente no alívio de sintomas associados como ansiedade e depressão. Além disso, é de suma importância a implementação de programas de educação em saúde, que visam aumentar o entendimento dos pacientes sobre a síndrome,

fortalecendo o autocuidado e reduzindo a dependência de intervenções exclusivamente farmacológicas (Monteiro et al., 2021).

A fisioterapia tem se mostrado uma abordagem terapêutica eficaz no manejo dos sintomas da fibromialgia (Monteiro et al., 2024). Dentro das modalidades de fisioterapia, as terapias manuais têm ganhado grande destaque quando utilizadas para o tratamento de pessoas diagnosticadas com fibromialgia. São abordagens terapêuticas que utilizam técnicas realizadas com as mãos, aplicadas diretamente sobre os tecidos moles e articulações, com o objetivo de restaurar a função, aliviar a dor e melhorar a qualidade de vida dos pacientes (Braga et al. 2022).

Segundo Schulze, as intervenções manuais apresentam efeitos positivos na redução da intensidade da dor e embora os resultados possam variar de acordo com o método aplicado, são consideradas opções promissoras para o tratamento. (Schulze et al. 2020)

Pelas razões acima apresentadas, o uso de terapias manuais tem sido empregado em pacientes com fibromialgia, a fim de diminuir a intensidade da dor. Compreender, portanto, o efeito dessa terapia no tratamento de fibromialgia é primordial para a definição de um programa fisioterapêutico.

Desta forma, o presente estudo tem por objetivo avaliar, por meio de revisão literária, os efeitos das terapias manuais na redução da dor em pacientes com fibromialgia.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que consiste na construção de análise ampla de estudos, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como reflexões sobre a realização de pesquisas sobre o tema. Este método permite a combinação de dados da literatura empírica e teórica que podem ser direcionados à definição de conceitos, identificação de lacunas nas áreas de estudo e à facilitação na tomada de decisão com relação às intervenções que podem resultar no cuidado mais efetivo.

A busca pelos artigos foi conduzida no Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na base de dados nome por extenso (PubMed), publicados nos últimos 5 (cinco) anos, nos idiomas português e inglês. Os descritores utilizados foram: Musculoskeletal Manipulations AND massage AND Fibromyalgia. Os artigos foram selecionados e analisados por meio de um instrumento para coleta de dados elaborado pelas pesquisadoras.

De acordo com as normas da revisão integrativa foram estabelecidos os seguintes critérios de inclusão: (a) pesquisas que investigaram o uso de terapia manual na redução da dor de pacientes com fibromialgia; (b) ensaios clínicos; (c) artigos em português e inglês. Os critérios de exclusão foram: (a) artigos que não abordaram o uso de terapia manual; (b) artigos que abordaram outra patologia; (c) artigos de revisão de literatura, dissertações e teses; (d) artigos duplicados.

O processo de elaboração da revisão integrativa teve como base a definição de um problema e a formulação de uma questão de pesquisa que apresenta relevância para a saúde. Nesta pesquisa a pergunta que direcionou a revisão foi: Quais os resultados obtidos na utilização da terapia manual para a redução da dor em pacientes com fibromialgia?

A segunda etapa, após a escolha do tema, e a formulação da questão de pesquisa, se iniciou com a busca de dados no Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e na base de dados PubMed para identificação dos estudos que seriam incluídos na revisão. A determinação dos critérios foi realizada em concordância com a pergunta norteadora, considerando os participantes, a intervenção e os resultados de interesse. Além disso, realizou-se uma busca manual em periódicos e nas referências descritas nos estudos relacionados.

A terceira etapa constituiu-se na definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados, utilizando um quadro para reunir e sintetizar as informações- chave, como autores, ano, local de publicação, título, objetivos, métodos e resultados.

A quarta etapa contemplou a análise crítica dos estudos selecionados, procurando explicações para os resultados diferentes ou conflitantes nos diferentes estudos. Trata-se de um momento que demanda uma abordagem organizada para avaliar de forma crítica cada estudo e as suas características, analisando a validade do método de cada um e de seus resultados.

A quinta etapa compreendeu-se na interpretação e discussão dos resultados da pesquisa, comparando os dados obtidos com o conhecimento teórico e a identificação de conclusões e implicações resultantes da revisão integrativa.

A sexta etapa é a apresentação da revisão, com informações suficientes que permitam ao leitor avaliar a pertinência dos procedimentos empregados na elaboração da revisão, os aspectos relativos ao tópico abordado e o detalhamento dos estudos incluídos.

Buscando apresentar as etapas do processo metodológico de maneira didática, foram disponibilizados um quadro e um fluxograma, nos quais é possível a compreensão do caminho metodológico percorrido (Quadro 1 e Figura 1). Da mesma forma, foi organizado um quadro com os resultados que permite a comparação entre todos os estudos selecionados e, logo, a identificação de padrões, diferenças e a sublocação desses tópicos como parte da discussão geral (Quadro 2).

Quadro 1 Combinação dos descritores, total de títulos e seleção final.

Bases de Dados	Descritores	Total de Títulos	Seleção Final
BVS	<i>Massage and Fibromyalgia</i>	35	0
	<i>Musculoskeletal Manipulations and Fibromyalgia</i>	8	0
PUBMED	<i>Massage and Fibromyalgia</i>	25	4
	<i>Musculoskeletal Manipulations and Fibromyalgia</i>	18	2
TOTAL			6

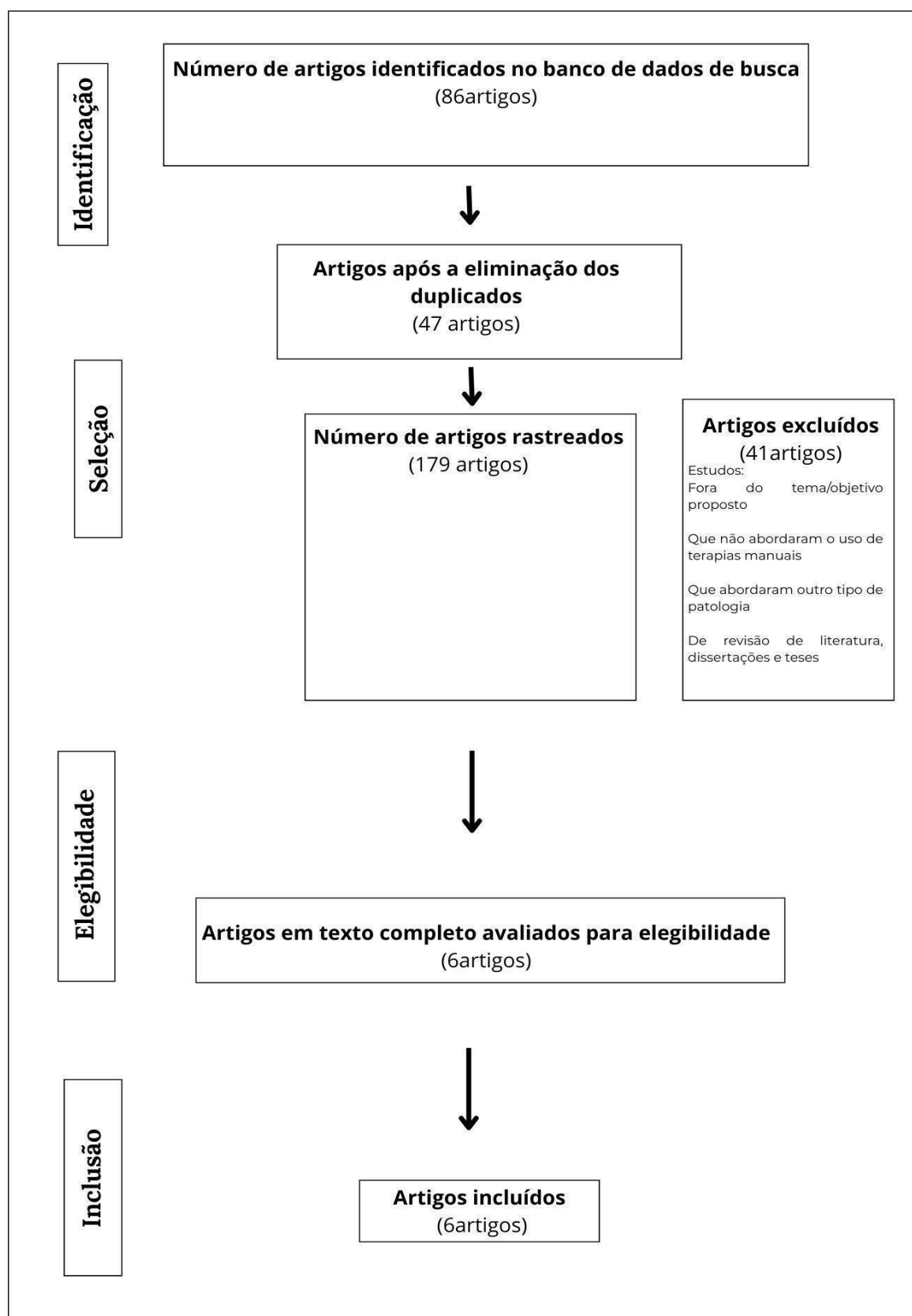


Figura 1. Representação do fluxo de informação com as diferentes fases da revisão integrativa

RESULTADOS

A amostra deste estudo foi composta por seis artigos, publicados em inglês. O Quadro 2 apresenta a descrição dos artigos com suas respectivas referências, métodos e instrumentos utilizados, e os resultados.

Os estudos abordam o tratamento, através de técnicas de terapias manuais, em pacientes com fibromialgia. Em todos, foram realizadas avaliações no início e logo ao final do tratamento. Bugra Inceet, realizou também 3 meses depois do término da intervenção.

As pesquisas incluíram indivíduos com diagnóstico de fibromialgia com presença de dor por pelo menos 3 meses. Para a avaliação das pacientes utilizaram-se de métodos, como Escala Visual Analógica (EVA) e Questionário de impacto de fibromialgia (FIQ).

O principal objetivo nos seis artigos foi avaliar o efeito do tratamento fisioterapêutico na redução da dor em pacientes com fibromialgia através das técnicas de terapia manual. As técnicas aplicadas nos artigos foram: massagem do tecido conjuntivo, drenagem linfática manual, manipulação espinal, liberação miofascial, mobilização de Maitland.

Quadro 2: Descrição dos artigos selecionados de acordo com autores, ano, métodos, instrumentos de avaliação e resultados.

ANÁLISE DE PUBLICAÇÕES

Nº	Autor/Ano	MÉTODOS	RESULTADOS												
1	Yolanda Nadal-Nicolás, et al / 2020	INTERVENÇÃO Grupo 1 (14): terapia manual Grupo 2 (10): ultrassom desligado, sem gel condutor	<table><tr><td colspan="3">EVA*</td></tr><tr><td></td><td>Antes</td><td>Depois</td></tr><tr><td>Grupo 1</td><td>5,4</td><td>1,1</td></tr><tr><td>Grupo 2</td><td>5,1</td><td>4,0</td></tr></table> *Valores referentes a média	EVA*				Antes	Depois	Grupo 1	5,4	1,1	Grupo 2	5,1	4,0
	EVA*														
		Antes		Depois											
	Grupo 1	5,4		1,1											
	Grupo 2	5,1		4,0											
	Tipo de estudo	DURAÇÃO DO TRATAMENTO: 15 minutos, 2 vezes por semana. por 4 semanas													
	Ensaio clínico controlado randomizado	AVALIAÇÃO: A avaliação foi realizada antes do tratamento e após 4 semanas de intervenção.													
Objetivo	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO: - Escala visual analógica (EVA):														
Nº de participantes e idade média	Instrumento utilizado para avaliar a intensidade da dor. Trata-se de uma linha reta, indicando uma pontuação de 0 a 10, sendo 0 ausência total e 10 o nível de dor máxima suportável pelo paciente.														
24 mulheres com idade média de 53 anos															

2	Autor/Ano	MÉTODOS	RESULTADOS		
	Gizem Turksen et al. / 2024	INTERVENÇÃO Grupo 1 (17): terapia manual Grupo 2 (17): cinesioterapia	EVA*		
	Tipo de estudo	DURAÇÃO DO TRATAMENTO: 4 semanas AVALIAÇÃO: A avaliação foi realizada antes do tratamento e após 4 semanas de intervenção. INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO: - Escala visual analógica (EVA) - Questionário de impacto de fibromialgia (FIC) Instrumento criado para medir o impacto da fibromialgia no dia a dia. Ele avalia o quanto a fibromialgia interfere nas atividades físicas, no trabalho, no humor, na dor, na fadiga, no sono, na rigidez corporal, na ansiedade e na depressão. Gera um escore de 0 a 100, sendo 0 nenhum impacto e 100 o impacto máximo.			
	Ensaio clínico randomizado.			Antes	Depois
	Objetivo		Grupo 1	7,88	3,47
	Investigar e comparar os efeitos da massagem do tecido conjuntivo (CTM) e da cinesiotapagem (KT) em pacientes com fibromialgia, avaliando dor, função e qualidade de vida.		Grupo 2	7,94	3,59
			*Valores referentes a média		
		FIQ*			
	Nº de participantes e idade média		Antes	Depois	
	34 participantes mulheres com idade média de 35,47 anos		Grupo 1	69,94	35,94
		Grupo 2	70,12	36,88	
	*Valores referentes a média				

3	Autor/Ano	MÉTODOS	RESULTADOS
	Bilge Basakci Calik, et al. / 2023	INTERVENÇÃO Grupo 1 (15): terapia manual Grupo 2 (17): alongamento	
	Tipo de estudo		EVA*
	Ensaio clínico randomizado controlado.		
	Objetivo	DURAÇÃO DO TRATAMENTO: 6 semanas	
	Investigar a eficácia da massagem do tecido conjuntivo nos sintomas de pacientes com fibromialgia, comparando com um grupo controle que recebeu exercícios de alongamento.	AVALIAÇÃO: A avaliação foi realizada antes do tratamento e após 6 semanas de intervenção.	
	Nº de participantes e idade média	INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO: - Escala visual analógica (EVA): - Questionário de impacto de fibromialgia (FIC)	
32 mulheres participantes com idade média de idade média de 55,64			

4	Autor/Ano	MÉTODOS	RESULTADOS		
	Úbeda D'Ocasar et al. / 2024	INTERVENÇÃO Grupo 1 (10): terapia manual (drenagem linfática) Grupo 2 (10): controle (sem intervenção) DURAÇÃO DO TRATAMENTO: 8 semanas AVALIAÇÃO: A avaliação foi realizada antes do tratamento e após 8 semanas de intervenção. INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO: - Escala visual analógica (EVA): - Questionário de impacto de fibromialgia (FIC)	EVA*		
	Tipo de estudo			Antes	Depois
	Estudo piloto, ensaio clínico randomizado		Grupo 1	7,6	4,2
	Objetivo		Grupo 2	7,4	7,1
	Investigar a eficácia da drenagem linfática manual (DLM) nos sintomas da fibromialgia em mulheres, especialmente na dor, qualidade de vida e fadiga.		*Valor referente a média		
	Nº de participantes e idade média		FIQ*		
	20 mulheres com idade média de 42,5 anos			Antes	Depois
			Grupo 1	64,5	48,3
	Grupo 2		63,0	61,5	
		*Valor referente a média			

5	Autor/Ano	MÉTODOS	RESULTADOS																				
	Bugra Inceet. AI / 2023	INTERVENÇÃO Grupo 1 (30): terapia manual (manipulação espinal) Grupo 2 (30): tratamento farmacológico DURAÇÃO DO TRATAMENTO: 12 semanas AVALIAÇÃO: A avaliação foi realizada antes do tratamento e após 12 semanas de intervenção. INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO: - Escala visual analógica (EVA): - Questionário de impacto de fibromialgia (FIC)																					
	Tipo de estudo																						
	Ensaio clínico randomizado e cego																						
	Objetivo																						
	Investigar a eficácia da manipulação espinal associada ao tratamento farmacológico convencional na melhora dos sintomas da fibromialgia.																						
	Nº de participantes e idade média																						
		<table><tr><td colspan="3">EVA*</td></tr><tr><td></td><td>Antes</td><td>Depois</td></tr><tr><td>Grupo 1</td><td>7,3</td><td>3,9</td></tr><tr><td>Grupo 2</td><td>7,1</td><td>5,8</td></tr></table> *Valor referente a média <table><tr><td colspan="3">FIQ*</td></tr><tr><td></td><td>Antes</td><td>Depois</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	EVA*				Antes	Depois	Grupo 1	7,3	3,9	Grupo 2	7,1	5,8	FIQ*				Antes	Depois			
EVA*																							
	Antes	Depois																					
Grupo 1	7,3	3,9																					
Grupo 2	7,1	5,8																					
FIQ*																							
	Antes	Depois																					

	60 participantes de aproximadamente 41,7 anos		Grupo 1	64,5	42,3
			Grupo 2	62,9	53,7
			*Valor referente a média		

6	Autor/Ano	MÉTODOS	RESULTADOS			
	Elena Cabezas – Yague/2024	INTERVENÇÃO Grupo 1 (22): técnicas miofasciais Grupo 2 (22): mobilização de Maitland				
	Tipo de estudo		EVA*			
	Ensaio clínico randomizado	DURAÇÃO DO TRATAMENTO: 3 meses		Antes	Pós imediato	3 meses
	Objetivo		Grupo 1	7,4	5,1	4,3
	Determinar qual abordagem de terapia manual é mais eficaz na melhoria dos sintomas em pacientes com	AVALIAÇÃO: A avaliação foi realizada antes da intervenção, pós tratamento imediato e após 3 meses	Grupo 2	7,1	6,3	5,9
INSTRUMENTOS DE AVALIAÇÃO:			*Valor referente a média			

DISCUSSÃO

No presente estudo, foi possível verificar nos artigos analisados que a média de idade dos participantes foi de 46,36 anos. Há consenso na literatura de que o diagnóstico de fibromialgia é comum em adultos, havendo um predomínio de casos entre 35 e 60 anos de idade. Além disso, verificou-se nos estudos uma exclusividade de mulheres, o que corrobora os dados trazidos pela literatura, cuja casos de diagnóstico no sexo feminino representam cerca de 80 a 90% em decorrência de fatores hormonais e neuroquímicos que influenciam diretamente na percepção da dor (Cavalcante et al., 2006).

A avaliação da dor na fibromialgia é fundamental para a tomada de decisão acerca do tratamento. Os artigos analisados elegeram os seguintes instrumentos para avaliação da dor: escala visual analógica (EVA) e o Questionário de impacto de fibromialgia (FIQ). A EVA foi utilizada em todos os estudos. Esta escala, apesar de mensurar apenas a intensidade da dor, é vantajosa porque é sensível, validada, barata e de fácil aplicação (Modarresi et al, 2021), o que pode explicar o fato de ser o instrumento mais utilizado nos estudos apresentados.

O questionário de impacto de fibromialgia (FIQ), por sua vez, é o mais utilizado em pesquisas clínicas, já que foi criado especificamente para fibromialgia e aborda aspectos exclusivos da patologia, sendo considerado padrão-ouro na avaliação do paciente (Pérez-Aranda et al., 2021; Döhmen A, et al., 2022). Além disso, Lee afirma que esse instrumento é de fácil utilização e pode ser administrado em menos de 3 minutos, sendo igualmente aplicável a pacientes de diferentes gêneros e níveis socioeconômicos. (Lee, et,al 2021)

No que concerne à duração do tratamento, os estudos apontaram a realização de 6 a 12 sessões de terapias manuais, em um período de 4 a 6 semanas, variando o tempo da sessão de 15 a 45 minutos. Apesar do consenso brasileiro da Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR, 2017) não especificar um tempo ideal para duração dos tratamentos, para Sturman uma sessão de aproximadamente 45 minutos de terapia manual, três a cinco vezes por semana, durante três a

cinco semanas, pode ser considerada uma linha de base para o tratamento da fibromialgia. Tendo essas referências como base, é possível afirmar que os artigos analisados estão alinhados com as práticas recomendadas na literatura científica atual. (Sturman , et al 2020)

As técnicas utilizadas no tratamento da fibromialgia foram diversas, tendo como objetivos reduzir o quadro algico, tratar os pontos gatilhos, e melhorar a qualidade de vida. Foram utilizados métodos como massagem do tecido conjuntivo, drenagem linfática manual, manipulação espinal, liberação miofascial e mobilização de Maitland.

Nos estudos de Nadal-Nicolás et al. (2020), Tuksan et al. (2024) e Cabezas-Yague (2024), observou-se que a utilização de terapias manuais resultou em uma redução importante da dor. No estudo de Nadal-Nicolás, o grupo submetido à terapia manual com pressão digital moderada apresentou uma diminuição expressiva da dor em comparação ao grupo controle. De forma distinta, Tuksan comparou G1 (terapia manual) e G2 (cinesioterapia) e, embora ambos tenham apresentado melhora da dor, não houve diferença estatisticamente significativa entre as intervenções. Já o ensaio de Cabezas-Yague comparou duas técnicas de terapia manual, evidenciando que as técnicas miofasciais foram mais eficazes do que a mobilização de Maitland na redução da dor e na melhora funcional. [Resultados – EVA: 1. Nadal-Nicolás et al. (2020): G1- Antes: 5,4; Depois: 1,1/ G2 – Antes: 5,1; Depois: 4,0 | 2.Tuksan (2024): G1- Antes: 7,88; Depois: 3,47 / G2 – Antes: 7,94; Depois: 3,59 | 3.Cabezas-Yague (2024: G1- Antes: 7,4; Depois imediato:5,1; Depois 3 meses: 4,3 / G2 – Antes: 7,1; Depois imediato:6,3; Depois 3 meses: 5,9].

Acredita-se que, a pressão sustentada sobre pontos-gatilho promove a liberação das contraturas musculares e reduz o acúmulo de sarcômeros encurtados, enquanto o aumento da perfusão e oxigenação tecidual após a liberação isquêmica contribui para a diminuição de mediadores inflamatórios (Zhai, 2024; Karcz, 2024; Xu, 2023). No caso dos exercícios terapêuticos, é possível a modulação da dor por meio da ação no sistema nervoso central e da

melhora da função muscular, embora alguns autores entendam que a terapia manual não apresenta vantagens claras em relação aos exercícios isolados (Farias et al, 2024; Rodríguez-Almagro et al. 2023). No que diz respeito às técnicas miofasciais, verifica-se que elas proporcionam maior redução da dor e melhora da função em comparação à mobilização de Maitland, o que, ocorre devido à liberação de pontos-gatilho e à consequente redução da tensão e rigidez muscular (Audoux et al. 2023; Schleip et al. 201).

Basakci Calik et al. (2023) compararam dois grupos — G1 (massagem em tecido conjuntivo) e G2 (exercícios de alongamento) — e observaram maior redução da dor no grupo submetido à terapia manual, em relação ao grupo de alongamentos. De forma semelhante, Úbeda D'Ocasar et al. (2024) identificaram benefícios significativos da drenagem linfática manual, com redução mais expressiva da dor no grupo experimental quando comparado ao grupo controle. [Resultados – EVA: 1. Basakci Calik et al. (2023): G1- Antes: 7,2; Depois: 3,8/ G2 – Antes:7,0; Depois: 5,9 | 2.Úbeda D'Ocasar et al. (2024): G1- Antes: 7,6; Depois:4,2 / G2 – Antes: 7,4 Depois: 7,1].

Tais resultados podem ser explicados a partir do entendimento de que a reabilitação que inclui intervenção manual apresenta efeitos mais positivos na redução da dor, quando comparada às intervenções baseadas apenas em exercícios de alongamento. Tais benefícios estão relacionados à liberação de tensão muscular, à melhora da circulação local, ao estímulo das vias sensoriais moduladoras da dor e à redução da sensibilização central. Nesse sentido, a drenagem linfática manual estimula neurotransmissores responsáveis pela diminuição da dor e do estresse, aumentando a sensação de bem-estar, bem como contribui para a redução de edemas e melhora da circulação linfática, fatores que potencializam a melhora funcional e o alívio da dor em pacientes com distúrbios musculoesqueléticos (Szewczyk et al. 2023; Fontes et al. 2023; Marques e Silva 2020).

O estudo de Inceel et al. (2023) destacou que a manipulação espinal, quando associada ao tratamento farmacológico convencional, potencializou os resultados clínicos. O grupo submetido à terapia manual apresentou redução importante da dor (EVA – Antes: 7,3; Depois: 3,9) em relação ao grupo que recebeu apenas farmacoterapia (EVA – Antes: 7,1; Depois: 5,8) . De forma semelhante, o questionário de impacto da fibromialgia mostrou melhora mais expressiva no grupo manipulado (FIQ- Antes: 64,5; Depois: 42,3) em comparação ao grupo controle (FIQ- Antes: 62,9; Depois: 53,7). De forma complementar, Jurado-Priego, reforça que a fibromialgia deve ser abordada por meio de estratégias multidisciplinares, nas quais a associação entre farmacoterapia e terapias manuais desempenha papel fundamental pois favorece a modulação das vias nociceptivas e o equilíbrio neurofisiológico, resultando em maior redução da dor e melhora funcional quando comparada à utilização isolada dessas abordagens. (Jurado-Priego et al. 2024)

CONCLUSÃO

Os resultados do presente estudo demonstram que as técnicas de terapia manual apresentam efeito positivo na redução da dor em pacientes com fibromialgia, porém não existe uma abordagem única que seja superior para todos os casos. A escolha da técnica deve considerar a individualidade de cada paciente, suas necessidades e tolerância.

REFERÊNCIAS

1. NADAL-NICOLÁS, Y.; RUBIO-ARIAS, J. Á.; MARTÍNEZ-OLCINA, M.; RECHE-GARCÍA, C.; HERNÁNDEZ-GARCÍA, M.; MARTÍNEZ-RODRÍGUEZ, A. Efeitos da terapia manual na fadiga, dor e aspectos psicológicos em mulheres com fibromialgia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 17, n. 12, p. 4611, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17124611.
2. TURKSEN, G.; KISA, E. P.; KAYA, B. K.; MUAMMER, K.; MUAMMER, R. Efeitos da massagem do tecido conjuntivo e da cinesiotapagem em pacientes com fibromialgia. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 2024. DOI: 10.1016/j.jbmt.2024.07.009.
3. CALIK, B. B.; CABUL, E. G.; KESKIN, A.; OZCAN, N. T.; COBANKARA, V. A massagem do tecido conjuntivo é eficaz em indivíduos com fibromialgia? *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 2023. DOI: 10.1016/j.jbmt.2023.09.006.
4. ÚBEDA D'OCASAR, E.; PICHEL GARCÍA, E. P.; HERVÁS PÉREZ, J. P.; JIMÉNEZ DÍAZ-BENITO, V. Eficácia da drenagem linfática manual em mulheres com fibromialgia: um estudo piloto. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 2024. DOI: 10.1016/j.jbmt.2024.03.040.
5. INCE, B.; KARA, M.; ERDEM, I.; YURDAKUL, O. V.; ERDEN, T.; AYDIN, T. Eficácia da manipulação espinhal em adição ao tratamento farmacológico na fibromialgia: um ensaio clínico randomizado cego. *PM&R: The Journal of Injury, Function, and Rehabilitation*, v. 15, n. 7, p. 813–822, 2023. DOI: 10.1002/pmrj.12953.

6. PAULA, A. C. A. L. de et al. Fibromialgia: exploração das causas, diagnóstico e opções de tratamento. *Journal of Social Issues and Health Sciences*, 2024. DOI: 10.5281/zenodo.13342149.
7. DESANTANA, J. M. et al. Definição de dor revisada após quatro décadas. *BrJP*, 2020.
8. BRAGA, C. A.; SANTOS, M. L.; SILVA, M. S.; TORRES, T. C. S.; LOPES JÚNIOR, J. E. G. Análise do efeito da terapia manual na dor, funcionalidade e qualidade de vida: uma revisão integrativa. *UniAteneu*, 2022.
9. SILVA, R. A.; SOUZA, M. T.; PEREIRA, L. C.; ALMEIDA, J. F. A prevalência de fibromialgia: uma revisão de literatura. *Revista Brasileira de Reumatologia*, v. 60, n. 2, p. 155–161, 2020.
10. OLIVEIRA, A. J. C. N. de et al. A percepção dos pacientes sobre eventos estressores no desenvolvimento da fibromialgia. *Brazilian Journal of Pain*, v. 7, n. 2, p. 98–105, 2024. DOI: 10.5935/2526-5393.20240018.
11. PAIVA, E. S.; MARTINEZ, J. E.; HELEFENSTEIN JUNIOR, M.; REZENDE, M. C.; PROVENZA, J. R. Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. *Revista Brasileira de Reumatologia*, v. 57, supl. 2, p. S467–S476, 2017. DOI: 10.1016/j.rbre.2017.07.003.
12. MONTEIRO, D. et al. Diferenças entre pacientes portugueses e brasileiros com síndrome da fibromialgia: explorando as associações entre idade, tempo de diagnóstico e sintomas relacionados à fadiga. *Medicina*, v. 57, n. 4, p. 322, 2021. DOI: 10.3390/medicina57040322.

13. SCHULZE, J. et al. Efeitos da terapia cognitivo-comportamental na dor crônica: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivo-Comportamentais*, v. 22, n. 1, p. 45–58, 2020. DOI: 10.5935/1678-317X.20200010.

14. BONASTRE-FÉREZ, J.; GIMÉNEZ-ORENGA, K.; FALAGUERA-VERA, F. J.; GARCÍA-ESCUADERO, M.; OLTRA, E. Manual therapy improves fibromyalgia symptoms by downregulating SIK1. *International Journal of Molecular Sciences*, v. 25, n. 17, p. 9523, 2024. DOI: 10.3390/ijms25179523.

15. CASTIEN, R. et al. Conditioned pain modulation elicited through manual pressure techniques on the cervical spine: a crossover study. *Pain Reports*, v. 10, n. 2, e1258, 2025. DOI: 10.1097/PR9.0000000000001258.

16. ZHAI, T. et al. Advancing musculoskeletal diagnosis and therapy: a comprehensive review of trigger point theory and muscle pain patterns. *Frontiers in Medicine*, v. 11, art. 1433070, 2024. DOI: 10.3389/fmed.2024.1433070.

17. XU, A. Effectiveness of ischemic compression on myofascial trigger points: a systematic review and meta-analysis. *BMC Musculoskeletal Disorders*, v. 24, art. 45, 2023. DOI: 10.3233/BMR-220045.

18. JURADO-PRIEGO, L. N. et al. Fibromyalgia: a review of the pathophysiological mechanisms and multidisciplinary treatment strategies. *Biomedicines*, v. 12, n. 7, p. 1543, 2024. DOI: 10.3390/biomedicines12071543.

19. SCHLEIP, R. et al. Fascial plasticity – a new neurobiological explanation: Part 1. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, v. 23, n. 2, p. 331–343, 2019. DOI: 10.1016/j.jbmt.2018.09.003.

20. SCHULZE, N. B. B. et al. Efeito da liberação miofascial das cadeias fisiológicas na dor e no estado de saúde de pacientes com fibromialgia, comparado ao alongamento muscular passivo e a um grupo controle: um ensaio clínico randomizado controlado. *Reabilitação para Deficientes*, v. 46, n. 16, p. 3629–3642, ago. 2024. DOI: 10.1080/09638288.2023.2255130.

21. STØVE, M. P. et al. A eficácia dos exercícios de alongamento em pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática. *Clinical Rheumatology*, v. 43, n. 10, p. 3039–3053, 2024. DOI: 10.1007/s10067-024-07066-4.

22. FONTES, C. A. C. et al. A drenagem linfática manual no tratamento da fibromialgia: estudo de revisão. *Instituto Federal do Paraná – Campus Londrina*, [s.l.], [s.d.].
23. FARIAS et al., 2024
- FARIAS, B. A. et al. A ação da cinesioterapia como moduladora da dor crônica: uma revisão bibliográfica. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 7, n. 2, 2024. DOI: 10.54022/bjhr.v7n2-028.

24. BARBOSA, J. P. S. et al. Influência da drenagem linfática em paciente com fibromialgia: relato de caso. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 12, n. 2, p. 46–48, 2022.

25. CABEZA-YAGÜE, E. et al. Comparative effectiveness of Maitland spinal mobilization versus myofascial techniques on pain and symptom severity in women with fibromyalgia syndrome: a quasi-randomized clinical trial with 3-month follow-up. *Musculoskeletal Science and Practice*, v. 73, e103160, 2024. DOI: 10.1016/j.msksp.2024.103160.