

Eficácia de um programa de tratamento fisioterapêutico sobre a qualidade de vida de pacientes com fibromialgia*

Efficacy of a treatment program of physiotherapy on the quality of life of patients with fibromyalgia

Luciana Akemi Matsutani⁽¹⁾
Amélia Pasqual Marques⁽²⁾

* Dissertação de Mestrado, Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, apresentada em 2003

⁽¹⁾ Professora do Curso de Fisioterapia da Fundação Instituto de Ensino para Osasco - UNIFIEO. Departamento de Fisioterapia. Fisioterapeuta do grupo de fibromialgia do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

⁽²⁾ Orientadora. Professora Doutora do Curso de Fisioterapia da Universidade de São Paulo. Departamento de Fisioterapia, Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional. Coordenadora da fisioterapia do grupo de fibromialgia do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo.

Endereço para correspondência:
Luciana Akemi Matsutani. R. Engº Francisco Azevedo, 731 – CEP 05030-010. São Paulo, SP.

RESUMO: Fibromialgia é uma síndrome de etiologia desconhecida e caracterizada pela presença de dor difusa e crônica e pelo menos 11 dos 18 *tender points* específicos. É fundamental encontrar alternativas eficazes de tratamento que objetivem minimizar o impacto da fibromialgia (FM) sobre a qualidade de vida dos pacientes. O objetivo deste estudo foi avaliar a eficácia de um tratamento fisioterapêutico composto de terapia a laser nos *tender points* e exercícios de alongamento muscular sobre a qualidade de vida de pacientes com FM. Participaram do estudo 28 pacientes com FM que foram divididos em três grupos: GLA (n = 10) que realizou 10 sessões de terapia a laser nos *tender points* e exercícios de alongamento; GA (n = 10) que realizou 10 sessões de alongamento muscular e; GC (n = 8) que realizou uma sessão educativa. Foram utilizadas as medidas da escala analógica visual da dor (VAS), dolorimetria dos *tender points*, *Fibromyalgia Impact Questionnaire* (FIQ) e SF-36. Os resultados mostraram que os grupos GLA e GA, quando comparadas as avaliações inicial e final, apresentaram diferença significativa na VAS (p = 0,006 e p = 0,002; respectivamente); no limiar de dor dos *tender points* (p = 0,001 e

p = 0,007; respectivamente); no FIQ (p = 0,04 e p = 0,006; respectivamente) e no SF-36 (p = 0,001 e p = 0,000; respectivamente). O grupo GC não apresentou diferença significativa em nenhuma das medidas. Não houve diferença significativa entre os grupos GLA e GA, mas houve diferença destes com o grupo GC nas medidas da VAS e do limiar de dor nos *tender points*. Neste estudo, conclui-se que os exercícios de alongamento são eficazes na melhora da dor, sensibilidade dolorosa dos *tender points* e qualidade de vida dos pacientes. Devem ser revistos alguns parâmetros da terapia a laser de baixa potência no tratamento desses pacientes, como o intervalo entre as sessões e o comprimento de onda do laser adotados. Sugere-se ainda que a abordagem educativa seja empregada como parte integrante do tratamento e que a relação fisioterapeuta-paciente deva ser valorizada, pois são aspectos importantes que podem contribuir para a melhora da qualidade de vida dos pacientes com FM.

DESCRIPTORES: Fibromialgia/reabilitação. Fisioterapia/métodos. Lasers/uso terapêutico. Terapia por exercícios/métodos. Medição da dor/métodos. Limiar da dor. Qualidade de vida. Questionários.

ABSTRACT: Fibromyalgia is a syndrome of unknown etiology characterized by the presence of chronic and diffuse pain, and at least 11 of the 18 specific tender points. It's fundamental to find effective options of treatment that look for minimize the impact of fibromyalgia (FM) in the patients' quality of life. The purpose of this study was to evaluate the efficacy of a physical therapy treatment compounded of laser therapy in the *tender points* and stretching exercises, in quality of life of patients with FM. Twenty-eight patients with FM participated of this study were divided in three groups: GLA (n = 10) performed 10 sessions of laser therapy in the *tender points* and stretching exercises; GA (n = 10) performed 10 sessions of stretching exercises and; GC (n = 8) performed a single session of an educational approach. Measures of visual analogue scale of pain (VAS), dolorimetry of the *tender points*, *Fibromyalgia Impact Questionnaire* (FIQ) and SF-36 were assessed. The results showed, comparing initial and final assessments, the groups GLA and GA presented significant differences of VAS (p = 0.006 and p = 0.002; respectively); pain threshold of *tender points* (p = 0.001 and p = 0.007; respectively); FIQ (p = 0.04 and p = 0.006; respectively)

and SF-36 (p = 0.001 and p = 0.000; respectively). There was no significant difference in any of the measures in the GC group. No significant groups GLA and GA differences were found, but compared with the controls (GC) the measures of VAS and pain threshold were significant different. In conclusion, in this study the stretching exercises were effective in the improvement to pain, tenderness threshold of the *tender points* and quality of life of patients with FM. Some parameters should be reviewed about low-power laser therapy in the treatment of patients with FM, as treatment intervals and laser wavelength. This study suggests that an educational approach could be employed as an integrant part of the treatment, and the relationship between physical therapist and patient plays an essential role in the treatment, since they are important aspects that contribute to the improvement in quality of life of patients with FM.

KEYWORD: Fibromyalgia/rehabilitation. Physiotherapy/methods. Lasers/therapy. Therapeutic exercise/methods. Pain measure/methods. Tenderness threshold. Quality of life. Questionnaires.