

PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA FIBROMIALGIA: plantas medicinais e fitoterápicos

*Matheus Santos de Sousa¹
Bruno Andrade Costa²*

RESUMO

A fibromialgia é uma síndrome definida por dor crônica generalizada com vários sintomas, dentre deles a fadiga, má qualidade de sono e outras comorbidades. Intervenções farmacológicas muitas das vezes não tem êxito, levando os pacientes a buscarem outras alternativas de tratamento. O objetivo desse trabalho foi de analisar as evidências científicas nas bases de dados com ênfase nas plantas medicinais e fitoterápicos. O método de pesquisa utilizado foi o de revisão bibliográfica integrativa com uma abordagem qualitativa, delimitada pela questão norteadora: Qual a relevância das práticas integrativas e complementares com destaque nas plantas medicinais e fitoterápicos em pacientes com fibromialgia? Após a seleção de 1.075 artigos, foram aplicados dois critérios, sendo o critério de inclusão: Artigos publicados nos últimos 05 anos, entre 2017 à 2021; artigos publicados nos idiomas português e inglês; artigos originais, pelo título e resumo e de revisão na temática. Os critérios de exclusão foram os seguintes: Artigos duplicados na base de dados; artigos incompletos; cartilhas, livros, cadernetas, dissertação, tese e trabalho de conclusão de curso. Em suma, selecionado no total de 06 artigos para a elaboração do presente trabalho, estes foram apresentados em forma de quadro e exposto logo em seguida. Desse modo, podemos ressaltar que a utilização das práticas integrativas e complementares com destaque das plantas medicinais e fitoterápicos pode apresentar uma conduta de terapia positiva para pacientes com fibromialgia por mostrar pontos na melhora da qualidade de vida e redução de alguns sintomas apresentados pela fibromialgia.

Palavras-chave: Dor crônica; Síndrome; Comorbidade; Fitoterapia.

ABSTRACT

¹SOUSA, Matheus Santos de: Acadêmico do Curso de Bacharelado em Farmácia da AJES - Faculdade Noroeste do Mato Grosso. E-mail: matheus.14.santosmartins@gmail.com

²COSTA, Bruno Andrade: Coordenador de Curso e Professor Doutor do Curso de Bacharelado em Farmácia da AJES - Faculdade Noroeste do Mato Grosso. Orientador. E-mail: coord.farmacia.jna@ajes.edu.br

Fibromyalgia is a syndrome defined by generalized chronic pain with various symptoms, including fatigue, poor sleep quality and other comorbidities. Pharmacological interventions are often unsuccessful, leading patients to seek other treatment alternatives. The objective of this work was to analyze the scientific evidence in the databases with emphasis on medicinal and phytotherapeutic plants. The research method used was integrative bibliographic review with a qualitative approach, delimited by the guide question: What is the relevance of integrative and complementary practices with emphasis on medicinal and herbal plants in patients with fibromyalgia? After the selection of 1,075 articles, two criteria were applied, being the inclusion criterion: Articles published in the last 05 years, between 2017 and 2021; articles published in the Portuguese and English; articles, by title and summary and review on the subject. The exclusion criteria were as follows: Duplicate articles in the database; incomplete articles; booklets, books, booklets, dissertation, thesis and course completion work. In short, selected in a total of 06 articles for the preparation of the present work, these were presented in the form of a table and exposed shortly thereafter. Thus, we can highlight that the use of integrative and complementary practices with emphasis on medicinal and herbal plants may present a positive therapy approach for patients with fibromyalgia because it shows points in improving quality of life and reducing some symptoms presented by fibromyalgia.

Keywords: Chronic Pain; Syndrome; Comorbidity; Phytotherapy.

INTRODUÇÃO

Considerada como uma síndrome dolorosa crônica e de causa multifatorial variada, a fibromialgia (FM) acomete principalmente as mulheres, tendo como características as dores musculoesqueléticas pelo corpo, estando relacionado com distúrbios de sono, fadiga, sintomas físicos, cognitivos e psíquicos (MARQUES et al., 2017).

Estudos de prevalência feito nos Estados Unidos da América (EUA), juntamente com a Europa, mostrou-se que até 5% da população geral é acometida pela FM, sendo considerada uma das condições reumatológica mais frequentes, além dos atendimentos excederem 10% nas clínicas reumatológicas em toda a assistência profissional (HEYMANN et al., 2017). Já no Brasil a taxa é de 2,5% da população total com predominância do sexo feminino, na faixa etária de 35 a 44 anos de idade (HEYMANN et al., 2017).

A FM tem um efeito sobre a habilidade de trabalho juntamente com a incapacidade, ocasionando perda na qualidade de vida social e profissional, consequentemente aumentando os gastos econômicos da sociedade (FREITAS et al., 2017).

O custo para a manutenção e recuperação dos pacientes com FM pode ser bastante elevado, o que aumenta conforme a evolução da doença. Em vista disso, é importante encontrar terapias com boa relação custo-benefício e que consiga ter efeitos esperados e com boa qualidade de vida juntamente com a segurança do paciente. O uso da terapia convencional (como exemplo, analgésicos, antidepressivos, moduladores de canais de cálcio e relaxantes musculares), muitas vezes não surte o efeito desejado ou apresentam efeitos adversos com os medicamentos (YANG et al., 2020).

A terapia farmacológica tem mostrado efetividade por um curto período e sempre vêm acompanhada de consideráveis efeitos colaterais. Dessa forma há uma grande necessidade de terapia alternativa ou complementar, onde das formas de tratamento existentes, alguns fitoterápicos e plantas medicinais são os que têm maior evidência para tratamento dessa patologia englobando assim, uma alteração no estilo de vida e intervenções não farmacológicas e farmacológicas que tem como principal objetivo o alívio da dor e a qualidade de vida do paciente fibromiálgico (ANDRADE, 2009).

Ao longo do tempo, as plantas medicinais são definidas como aquelas administradas ao homem ou animal, por alguma via e forma farmacêutica que tenha efeito terapêutico, sendo ela considerada a matéria-prima para a fabricação de fitoterápicos. A utilização dessa atividade está presente na humanidade desde o começo, sendo uma das práticas mais antigas que se tem conhecimento, sendo datada por volta de 8.500 A.C. e continua a ser utilizada até os dias de hoje por ser de fácil acesso e ter custo relativamente baixo (FERNANDES et al., 2019).

A fitoterapia estuda a aplicação de plantas ou parte delas para recursos terapêuticos de algumas doenças, como a utilização dos medicamentos fitoterápicos adquiridos a partir de uma planta e que pode apresentar em diversas formas farmacêuticas como chás, soluções, comprimidos entre outros. Cerca de 80% da população faz ou já fez uso dessa terapia como alternativa ao tratamento médico (BOHNEBERGER et al., 2019).

O uso de plantas medicinais na FM tem mostrado atividades terapêuticas formidáveis, algumas plantas já apresentaram eficácia associadas a outros fármacos sintéticos, verificando assim, a efetividade comparável de ambos para o tratamento da patologia. Outras plantas medicinais apresentaram redução nos sintomas associados como a ansiedade, depressão, efeito

anti-inflamatório melhorando a dor crônica e a redução da inflamação. Porém a FM é um distúrbio multidimensional, sendo assim, necessário o uso de terapia combinada para a melhora do quadro clínico geral do paciente acometido pela doença (COSTA et al., 2020).

Este estudo tem como proposta evidenciar e descrever a necessidade de explorar as práticas integrativas e complementares com ênfase nas plantas medicinais e fitoterápicos para o auxílio de pacientes com FM, com o objetivo principal de diminuir os sintomas apresentados e o melhoramento da qualidade de vida dos portadores dessa doença.

METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, integrativa com abordagem qualitativa.

A pesquisa bibliográfica é uma das melhores linhas de pesquisa para iniciar um estudo, analisando relações e diferenças entre os artigos levantados nos documentos de referência. O objetivo de uma revisão de literatura de pesquisa é agregar informações sobre determinado assunto para fundamentar em um estudo considerável (BREVIDELLI; DE DOMENICO, 2008).

A revisão integrativa é um método com a finalidade de explorar conhecimentos descritos por outros autores, dando a possibilidade de sintetizar outros estudos já realizados, deixando novos conhecimentos em cima dos resultados das pesquisas anteriores (BROOME, 2006).

Para Mendes, Silveira e Galvão (2008), uma boa revisão integrativa deve ser descrita por etapas, sendo elas:

1ª - Identificação do tema e seleção da questão da pesquisa:

Serve para dar um norte na pesquisa, juntamente com a construção de um raciocínio teórico incluindo as definições que foram aprendidas pelos pesquisadores que formularam a pesquisa (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

2ª - Estabelecimento de critérios de inclusão e exclusão:

Está relacionada com a busca de artigos científicos realizados no banco de dados para identificar quais artigos vão fazer parte do trabalho e quais não vão fazer parte. A seleção começa de uma maneira mais ampla sendo afunilada ao longo do desenvolvimento do projeto de pesquisa (BROOME, 2006).

3ª - Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados:

Realizado uma leitura dos títulos dos artigos, juntamente com o resumo e palavras-chaves para ver se vão ser relevantes para o desenvolvimento do trabalho de acordo com a estratégia de busca. Sendo excluídos as publicações que não colaboram com a pesquisa. A partir da conclusão desta etapa deve-se criar uma tabela com os estudos que foram pré-selecionados para a revisão integrativa (BOTELHO; CUNHA; MACEDO, 2011).

4ª - Categorização dos estudos selecionados:

Tem como objetivo documentar as informações que foram tiradas das pesquisas usadas para a elaboração do projeto. Essas informações necessitam ter métodos das análises, teorias e conceitos embasadores (BROOME, 2006).

5ª - Análise e interpretação dos resultados:

A discussão das publicações é feita onde o pesquisador do projeto irá realizar uma interpretação dos dados coletados desenvolvendo ou sugerindo pautas para futuras pesquisas (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

6ª - Apresentação da revisão/síntese do conhecimento:

A 6ª e última etapa, deve possibilitar que os leitores avaliem o projeto e a pertinência dos procedimentos que foram empregados durante a elaboração da revisão, apresentando os principais resultados conquistados (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A pesquisa qualitativa não se preocupa com quantidades numéricas, contudo aprofunda no entendimento de um grupo social entre outros. Esse método busca explicar o porquê das coisas, dizendo o que deve ser feito, sem quantificar valores. Além de se preocupar com os aspectos da realidade que não podem ser quantificados, concentrado na compreensão e explicação da dinâmica das relações sociais. Igualmente trabalha com o universo dos significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes (MINAYO, 2001).

A questão norteadora para esta pesquisa foi: Qual a relevância das práticas integrativas e complementares com destaque nas plantas medicinais e fitoterápicos em pacientes com fibromialgia?

Para o levantamento dos artigos na literatura, foi realizada uma busca nas seguintes bases de dados gratuita disponíveis: *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Biblioteca Virtual de Saúde

(BVS), *National Library of Medicine* (NIH)(PubMed). Foram utilizados o booleano “AND” com as palavras chaves no período de 2017 à 2021.

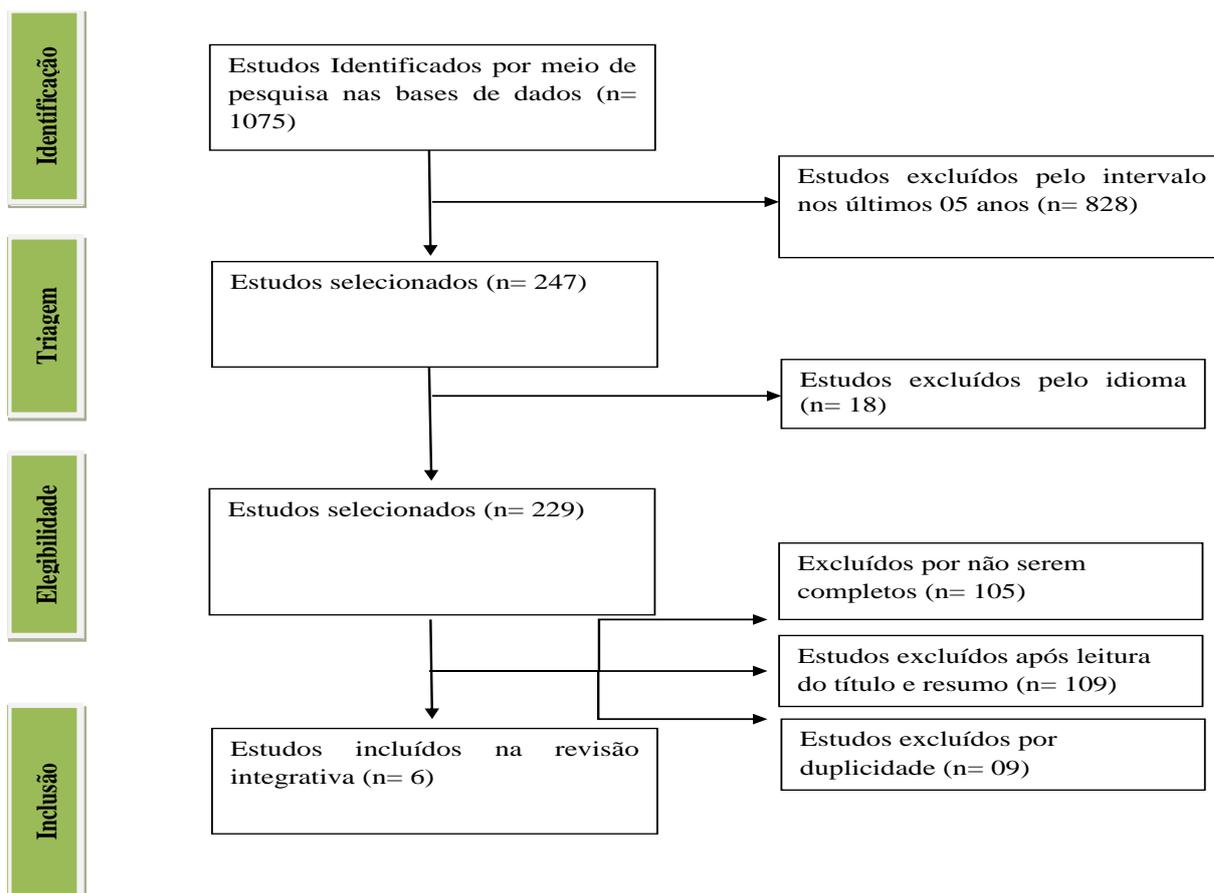
Foram utilizados os seguintes descritores e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: fibromialgia, plantas medicinais, medicamentos fitoterápicos.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português e inglês; artigos na íntegra que retratam a temática referente à revisão integrativa, pelo título e resumo e artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos cinco anos.

RESULTADOS

A amostra final desta revisão foi constituída por seis artigos científicos, selecionados pelo critério de inclusão previamente estabelecido (Imagem 1). Destes, dois foram encontrados na base de dados BVS e os outros quatro no PubMed.

Imagem 1. Fluxograma dos critérios de inclusão e exclusão previamente estabelecidos



Fonte: Elaborado pelo autor, 2021.

Para compor este resultado, foram organizados 06 artigos científicos publicados entre 2017-2021, no Quadro 1, por ordem alfabética dos autores, incluindo título, ano de publicação, objetivo, metodologia e conclusão.

Quadro 1. Artigos levantados nas bases de dados

Auto r	Título	Ano	Objetivo	Metodologi a	Conclusão
CHA VES, C.; BITT ENC OUR T, P. C. T.; PELE GRIN I, A.	Ingestão de óleo de cannabis rico em THC em pessoas com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado, duplo-cego, controlado por placebo	2020	Determinar o benefício do óleo de cannabis rico em tetrahydrocannabinol (THC) sobre sintomas e qualidade de vida de pacientes com fibromialgia.	Estudo duplo-cego randomizado	Fitocannabinóides pode ser uma terapia de baixo custo e bem tolerada para reduzir os sintomas e aumentar a qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia. Estudos futuros ainda são necessários para avaliar benefícios a longo prazo, e estudos com diferentes variedades de canabinoides associados a um período de lavagem devem ser feitos para aprimorar o conhecimento sobre a ação da cannabis nesta condição de saúde.
COS TA, S. M. L. et al.	Aspectos clínicos e principais formas de tratamento para fibromialgia – Revisão de literatura	2020	Analisar a fisiopatologia envolvida no desenvolvimento da fibromialgia, bem como terapias farmacológicas, plantas e compostos medicinais atualmente existentes e estudados para o tratamento desta patologia, considerando um período entre 2009 e 2020.	Revisão de Literatura	Desse modo, pode-se constatar que as terapias farmacológicas existentes abrangem principalmente quatro classes de medicamentos que são as drogas antiepiléticas, antidepressivos tricíclicos, inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS) e inibidores da recaptção de serotonina noradrenalina (ISRSN), além de relaxantes musculares, benzodiazepínicos, anti-inflamatórios analgésicos e fármacos fitoterápicos. Apesar das diversas diretrizes publicadas a respeito do tratamento da fibromialgia, até o momento inexistente uma terapia plenamente efetiva e diante disso evidencia-se a necessidade de novos fármacos específicos para essa patologia.
MAF FEI, M. E.	Fibromialgia: Avanços recentes em diagnóstico, classificação, farmacoterapia e	2020	Resumir os recentes avanços nos critérios de classificação e critérios	Revisão literatura	O diagnóstico de FM baseia-se em características clínicas e critérios que ainda carecem de um padrão-ouro ou pelo menos de resultados laboratoriais de apoio. Os critérios

	Remédios Alternativos		diagnósticos para FM, bem como explorar a farmacoterapia e o uso de terapias alternativas, incluindo o uso de moléculas bioativas vegetais.		<p>de diagnóstico de FM podem incluir pacientes heterogêneos também em ensaios clínicos e isso pode prejudicar a avaliação do efeito de tratamento clinicamente significativo.</p> <p>A revisão da literatura sugere que uma abordagem terapêutica multidisciplinar, baseada na combinação de fisioterapia farmacológica e terapia alternativa (incluindo tratamentos térmicos, leves, eletroestimulatórios e de exercícios corporais) poderia melhorar a qualidade de vida e reduzir a dor e outros sintomas relacionados à FM. No entanto, às vezes, a capacidade dos pacientes de participar de terapias alternativas é impedida pelo nível de fadiga da dor, sono ruim e disfunção cognitiva. Esses pacientes podem precisar ser gerenciados com medicamentos antes de iniciar terapias não farmacológicas.</p> <p>Embora o uso de alguns fitoquímicos naturais como BCP e compostos fenólicos possa substituir outros produtos naturais, como Δ^9-THC, devido à redução dos efeitos colaterais e maior tolerabilidade, a prática de automedicação FM pode ser ineficaz e, em alguns casos, até prejudicial. Portanto, fornecer aos pacientes de FM as informações corretas sobre seus transtornos pode ajudar a monitorar terapias farmacológicas e alternativas. Ao mesmo tempo, a manutenção das informações ajudará os pacientes a receber os medicamentos e terapias adequados.</p>
MOH ABB AT, A.B. et al.	Utilização de terapias complementares e integrativas por pacientes com fibromialgia: Estudo de acompanhamento de 14 Anos	2019	Reavaliar a frequência e o padrão da medicina complementar e integrativa (CIM) em pacientes com fibromialgia (FM).	Pesquisa de campo	O uso de terapias de CIM em pacientes com FM continua sendo extremamente comum para pacientes adultos de todas as idades. Dada a alta prevalência contínua de uso do CIM, os profissionais de saúde devem ter consciência e conhecimento dessas diversas modalidades e seu potencial incorporação em um

					regime de tratamento FM multifacetado.
PER RY, R. et al.	Uma visão geral das revisões sistemáticas de terapias complementares e alternativas para fibromialgia utilizando AMSTAR e ROBIS como ferramentas de avaliação de qualidade	2017	O primeiro era fornecer uma síntese atualizada e rigorosamente conduzida de revisões sistemáticas da literatura sobre FM; a segunda foi avaliar a qualidade das evidências de revisão sistemática disponíveis utilizando duas ferramentas diferentes: AMSTAR (Shea et al. BMC Med Res Methodol 15; 7:10, 2007) e uma ferramenta mais recentemente desenvolvida ROBIS (Whiting et al. J Clin Epidemiol 69:225-34, 2016) especificamente projetada para avaliar o risco de viés em revisões sistemáticas.	Revisão sistemática	No geral, cinco revisões obtiveram nota 6 ou mais usando a escala AMSTAR e o acordo inter-rater foi bom (83,6%), enquanto sete revisões obtiveram baixo risco de classificação de viés usando ROBIS e o acordo inter-rater foi justo (60,0%). Não foram tiradas conclusões firmes para a eficácia da manipulação da coluna vertebral ou da homeopatia para FM. Há evidências limitadas para capsicumtópico, mas mais pesquisas são necessárias. Há algumas evidências que apoiam a eficácia da acupuntura para a FM, mas outros ensaios de alta qualidade são necessários para investigar seus benefícios, danos e mecanismos de ação, em comparação com nenhum tratamento ou tratamento padrão.
YAN G, J. et al.	Impacto de ervas e suplementos alimentares em pacientes com fibromialgia	2020	Sintetizar as publicações de literatura anteriores para avaliar o impacto das ervas e suplementos alimentares em pacientes com FM.	Revisão sistemática e meta-análise de ensaios controlados randomizados	Os achados podem fornecer uma estrutura para futuras pesquisas e práticas clínicas na gestão de FM.

Fonte: Dados da pesquisa, 2021.

DISCUSSÃO

A divergência entre condutas para tratamento farmacológico para a FM dá-se devido à carência de ensaios clínicos que têm uma alta qualidade em melhorar a qualidade de vida do paciente, sendo necessário terapias não farmacológicas, como plantas medicinais e fitoterápicos, com risco de efeitos colaterais baixos e os benefícios dessa terapia para a saúde. O tratamento farmacológico é válido especialmente quando os sintomas de depressão associados com a FM são elevados (CONTE et al., 2018).

Maffei, M.E. (2020) fez uma revisão de literatura com objetivo de resumir os recentes avanços nos critérios de diagnóstico e classificação da FM, assim como explorar o uso de terapias alternativas para o tratamento do mesmo. O autor começa discutindo que a farmacoterapia atual em pacientes com FM são basicamente para aliviar alguns sintomas, e que apenas pacientes com distúrbios de sono, dor e sofrimento psíquico são os mais pertinentes à terapia medicamentosa.

As terapias alternativas que o autor cita no artigo são as seguintes: acupuntura, estimulação elétrica, estimulação sensorial vibroacústica e rítmica, terapia térmica, tratamento hiperbárico, terapia a laser e fototerapia, exercícios e massagem, probiótico e terapia e uso de extratos de plantas e produtos naturais para tratamento da FM (MAFFEI, 2020).

O autor ressalta que cerca de 40% dos medicamentos utilizados para tratar a FM são provenientes de produtos naturais, ainda sim, existem estudos que comprovam o uso seguro e eficaz de inúmeros extratos vegetais para o tratamento. *Papaver simniferum* (papoila-dormideira) é uma das plantas mais antigas utilizadas devido a sua propriedade antinociceptivas e com potencial para tratar a FM (MAFFEI, 2020).

Outra planta com ênfase é a *Cannabis sativa* (maconha) que tem propriedades antinociceptivas, embora as evidências para apoiar seu papel nessa doença são bastante escassas, entretanto um grande consenso indica que ela pode ser eficaz nos sintomas da FM. alguns pacientes que fizeram o uso da cannabis após 2 horas, demonstraram efeitos de relaxamento e sensação de bem-estar, diminuindo a dor e a rigidez acompanhado por um aumento da sonolência. A prática de automedicação da cannabis esteve associada a parâmetros psicossociais negativos. Portanto, deve-se ter cuidado ao recomendar o uso de canabinóides penderentes de esclarecimento de problemas gerais de saúde e psicossociais (MAFFEI, 2020).

O autor traz algumas outras plantas como a *Commiphora mirra* (mirra) com propriedades analgésicas e que o alívio da dor é obtido através do extrato de C. mirra podendo ter um potencial para a FM, e o uso de *Hypericum perforatum* (erva-de-são-joão) por possuir

muitos compostos fenólicos é um forte candidato para drogas analgésicas naturais (MAFFEI, 2020).

O autor conclui que, uma abordagem terapêutica multidisciplinar é baseada na combinação de fisiopatologia farmacológica e terapia alternativa. Entretanto, tudo depende da capacidade do paciente em participar desses tipos de terapia alternativa devido o nível de fadiga da dor, falta de sono, e disfunção cognitiva (MAFFEI, 2020).

Segundo Holdcraft, Assefi, Buchwald (2003), das formas dos tratamentos que são utilizados na medicina alternativa e complementar para a FM, com exceção da acupuntura, alguns fitoterápicos, suplementos nutricionais e massagens, há poucas evidências para os demais tipos de terapia.

Foi evidenciado que a utilização do *Hypericum perforatum* (erva-de-são-joão) têm propriedades antidepressivas e eles ressaltam que essa planta é eficaz no tratamento de pacientes com FM. Entretanto, apontam que tratamento somente com medicação natural nem sempre é eficaz, que muitos produtos disponíveis comercialmente não asseguram eficácia e segurança (HOLDACRAFT; ASSEFI; BUCHWALD, 2003).

Chaves, C.; Bittencourt, P. C. T.; Pelegrini, A. (2020), fizeram um estudo duplo-cego, randomizado com 17 participantes, entre eles 08 eram do grupo cannabis e os outros 09 do grupo placebo. Todos os participantes eram mulheres com média de idade de 51 anos. Elas eram residentes em um bairro em Florianópolis, Brasil, de perfil socioeconômico baixo.

O óleo utilizado foi um extrato integral da cannabis com maior teor de THC (tetrahydrocannabinol) do que o CBD (canabidiol). Foi escolhido o THC por ter mais estudos e com um potencial terapêutico melhor em tratamento de dores crônicas e oncológicas (CHAVES; BITTENCURT; PELEGRINI, 2020).

Os autores relatam que, os participantes do grupo cannabis e placebo já havia utilizados antidepressivos, opioides e benzodiazepínicos, e que, durante o estudo, se automedicaram com analgésicos leves e anti-inflamatórios sempre que necessário (CHAVES; BITTENCURT; PELEGRINI, 2020).

Os efeitos relatados pelo grupo cannabis foram sonolência, tontura, secura bucal, melhoramento do humor e melhoramento do libido. A mudança no padrão de sono foi considerada com um efeito positivo, já que a maioria dos pacientes sofria de insônia (CHAVES; BITTENCURT; PELEGRINI, 2020).

O grupo de cannabis apresentou redução significativa após intervenção, enquanto o grupo placebo manteve o padrão. Durante o período de intervenção, três pacientes do grupo cannabis relataram melhor disposição para atividades funcionais, como cozinha e limpeza, e outros pacientes relataram se sentir mais confortável com a realização de atividades profissionais (CHAVES; BITTENCURT; PELEGRINI, 2020).

Os autores concluíram que, os fitocannabinóides podem ser uma terapia de baixo custo e bem tolerada para o alívio dos sintomas e melhora na qualidade de vida dos pacientes, podendo ser uma terapia para o tratamento dessa condição (CHAVES; BITTENCURT; PELEGRINI, 2020).

Em nosso estudo foram observados que a utilização de cannabis desempenhou benefícios e reduziu alguns sintomas sendo uma possível terapia para pacientes com FM. Assim como, Sagy et al., (2019) ressalta que a Cannabis medicinal é uma opção terapêutica bastante eficaz para os portadores da FM, devido sua efetividade demonstrada contra dores aguda e crônica, com baixo efeitos colaterais, entretanto com poucos ensaios clínicos demonstrando seus efeitos na FM.

Costa, S. M. L. et al. (2020), fizeram uma revisão com o objetivo de analisar as terapias farmacológicas, plantas e compostos medicinais que estão sendo estudados para o tratamento da FM. Dentre as terapias farmacológicas existem quatro classes de medicamentos, que são os antiepiléticos, antidepressivos tricíclicos, inibidores seletivos da recaptção de serotonina (ISRS), e inibidores da recaptção da serotonina e noradrenalina (ISRSN).

Chinn, Caldwell, Gritsenko (2016) descreveram que nos EUA, poucos medicamentos foram aprovados pela *Food and Drug Administration* (FDA) para o tratamento da fibromialgia, dentre eles estão: pregabalina (anticonvulsivante), duloxetine e o milnaciprano (antidepressivo), e os demais que são utilizados, são considerados como não equivalentes para determinada patologia.

A amitriptilina que é da classe dos (ISRSN), é largamente registrado em literatura sendo eficiente nesse tratamento gerando analgesia central (OLIVEIRA JUNIOR; ALMEIDA, 2018).

Para Costa, S. M. L. et al. (2020), ao compararem a eficácia da planta *Crocus satibus* L. (açafraão) com a duloxetine, ambos demonstraram efetividade comparável para o tratamento da FM. A folha da *Annona muricata* L. (graviola) consumida diariamente possibilita proteção contra a dor crônica e diminuição dos sintomas associados com a ansiedade e depressão, em estudos feitos com 60 camundongos.

Nesse artigo abordou estudo em animais, entretanto, não podem ser inteiramente comparados em humanos, sendo necessários mais estudos realizados em pessoas para se ter a demonstração de efetividade da planta.

Segundo os autores, as plantas mais comuns encontradas para o tratamento da FM são plantas indígenas, como a pimenta, manjeriço e açafrão, demonstrando propriedades contra dores crônicas, entretanto, com pesquisas em andamento (COSTA et al., 2020).

Costa, S. M. L. et al. (2020), concluíram que, a fisiopatologia da FM pode ter envolvimento com fatores ambientais, genéticos e biológicos. Salientam que o tratamento pede individualidade para cada paciente combinado com tratamento farmacológico e não farmacológico, e o uso de plantas e composto medicinais apresentam resultados satisfatórios e melhoras clínicas evidentes.

Foram evidenciados que para o tratamento da FM é interessante estar associando os medicamentos farmacológicos com as práticas integrativas e complementar, nesse caso as plantas medicinais e os fitoterápicos. Assim como, Ammad (2018), acentua que intervenções não farmacológicas não comprovam a efetividade no tratamento de alguns sintomas da FM, tendo a necessidade de estudos com amostras maiores comparando a eficácia entre a intervenção farmacológica e não farmacológica.

Em nosso estudo foram considerados que a fisiopatologia da FM pode ser por alguns fatores, entretanto, ela é ainda menos entendida. Assim como, Riberto, Pato (2004), constata que a fisiopatologia da FM não tem nada concreto na literatura e explicações multicausais não são mais consideradas.

Yang et al (2020) abordou uma revisão sistemática e meta-análise de ensaio controlado randomizado com objetivo de resumir publicações feitas anteriormente para avaliar os impactos das ervas e suplementos alimentares em pacientes com FM. Segundo o autor, o uso desses produtos é uma possível intervenção não farmacológica, embora, o entendimento da eficácia, segurança e aceitabilidade desses produtos seja limitada.

Foi demonstrado em nosso estudo que algumas informações sobre a efetividade das plantas medicinais são bastante restritas. Entretanto, em 2004 foi aprovado a Resolução nº 48 dispendo sobre o registro de medicamentos fitoterápicos, compreendendo a etapa de controle de qualidade da droga vegetal (ANVISA, 2004).

Perry et al (2017) fizeram uma revisão sistemática com o intuito de fornecer informações atualizadas na literatura sobre as terapias e medicina complementar e alternativa (CAM) na FM e avaliar a qualidade dos indícios de revisão disponíveis.

Os autores expõem que a medicação convencional é a primeira linha de tratamento com fortes indicadores para alguns antidepressivos como a amitriptilina e relaxantes musculares como a ciclobenzaprina. Entretanto, os efeitos adversos são constantemente ponderados. A fibromialgia segundo Perry et al (2017), é uma patologia bastante complexo na atenção primária e as pessoas muitas vezes recorrem às CAMs.

Segundo os autores, estudos utilizando Capsicum tópico (pimenta chilli) teve uma melhora na contagem da dor e sensibilidade. MAYORGA-ANAYA et al., (2021) fizeram um estudo comparando a nabilona com à amitriptilina nos escores da dor sendo os efeitos de ambos os semelhantes para diminuir a dor.

Apesar disso, como a nabilona é composta de extrato de canabinoide, o autor sugere não ser um tratamento preferencial para algumas pessoas com FM (OLIVEIRA; ALMEIDA, 2018).

Para Lauche et al (2013), a acupuntura tem comprovações preferíveis em eficácia em relação às outras CAMs que o autor cita uma delas anteriormente.

Perry et al (2017) conclui que, são necessárias mais pesquisas para melhorar as evidências da Capsicum tópico, e que algumas evidências apoiam a efetividade da acupuntura, embora seja necessário outros ensaios de alta qualidade para investigar e concretizar seus benefícios.

Mohabbat et al (2019) realizou um estudo onde avaliou a periodicidade e o padrão da medicina complementar e integrativa (CIM) em pacientes com FM. Constataram que, houve um aumento no uso de suplementos de ervas ou dieta.

O autor descreve que, o *Zingiber officinale* (gengibre) tem propriedades analgésicas e anti-inflamatórias sendo utilizado há mais de 2.500 anos, empregado em várias condições inflamatórias relacionadas à dor. Em um experimento feito com camundongos com FM, houve melhoras nos sintomas incluindo hiperalgesia, distúrbios cognitivos, ansiedade e depressão (MOHABBAT et al., 2019).

Mohabbat et al (2019), conclui que, tem um crescimento bastante significativo nesses tipos de terapia, sendo necessário que os profissionais estejam atentos e que conheçam essas

modalidades diversas. Essas práticas integrativas acompanhadas de um tratamento complementar podem trazer melhoras para os sintomas apresentados pela FM.

Em nosso estudo foram evidenciados que a FM é uma doença sem causa definida, e que medidas como as terapias complementares e alternativas devem ser colocadas em prática para melhorar a qualidade de vida dos pacientes e reduzir os sintomas apresentados.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos trabalhos selecionados criteriosamente, foi possível compreender que eles apontam para a conduta terapêutica baseada em combinações medicamentosas com uma terapia alternativa e complementar, nesse caso, as plantas medicinais e os fitoterápicos. Isso tende a melhorar a qualidade de vida do paciente fibromiálgico além de, reduzir alguns sintomas apresentados pela doença.

Diante disso, cada paciente tem as suas limitações e particularidades, porém todos devem ser tratados de forma única. Para a aplicação dessa terapia, há a necessidade de um conhecimento científico analisando todos os fatores (prós e contras), além dos sintomas e da intensidade de cada sinais que o paciente apresenta. Sendo assim, é possível ter qualidade de vida e uma melhora geral dos sintomas mesmo com a doença já instalada.

Desse modo, podemos ressaltar a necessidade de mais estudos sobre a temática, para abordar melhor esse tipo de terapia alternativa e complementar em pacientes com FM.

REFERÊNCIAS

AMMAND, N. Comparative Efficacy of Pharmacological and Nonpharmacological Interventions in Managing Primary and Secondary Outcomes of Fibromyalgia Syndrome. **Medicinal Student Reseach Journal**, 6 (1), 11-20 2018.

ANDRADE, A. S. B. C. **Ensaio Farmacológico clínico com extrato das raízes do Panax ginseng C. A. Meyer no tratamento da fibromialgia**. João Pessoa, 2009.

ANVISA 2004. Resolução RDC nº 48, de 16 de março de 2004. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos. Diário Oficial da União. Disponível em <http://e-legis.anvisa.gov.br/leisref/public/showAct.php?id=10230>, acesso em setembro de 2021.

BOHNEBERGER, G. et al. Fitoterápicos na odontologia, quando podemos utilizá-los? **Brazilian Journal of Health Review**, v. 2, n. 4, p. 3504-3517, 2019.

BOTELHO, L. L. R. et al. O Método Da Revisão Integrativa Nos Estudos Organizacionais. **Rev Eletrônica Gestão e Sociedade**. Belo Horizonte, v. 5, n. 11, p. 121-136, 2011.

BREVIDELLI M. M; DE DOMENICO E.B. **Trabalho de conclusão de curso: guia prático para docentes e alunos da área da saúde**. 2a ed. São Paulo: Iátria; 2008.

BROOME, M. E. **Integrative literature reviews for the development of concepts**. In: RODGERS, B. L.; CASTRO, A. A. Revisão sistemática e meta-análise. 2006.

CHAVES, C; BITTENCOURT, P. C; PELEGRINI, A. Ingestion of a THC-Rich Cannabis Oil in People with Fibromyalgia: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Clinical Trial, **Pain Medicine**, Volume 21, Issue 10, October, 2020.

CHINN, S; CALDWELL, W; GRITSENKO, K. Fibromyalgia pathogenesis and treatment options update. **Current Pain and Headache Reports**, 20(4), 1-10. 2016.

CONTE, M. S. et al. Fibromialgia: atividade física, depressão e qualidade de vida. **Medicina (Ribeirão Preto)**, v. 51, n. 4, p. 281-290, 2018.

COSTA, S. M. L. et al. Aspectos clínicos e principais formas de tratamento para Fibromialgia-Revisão de Literatura. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 11, p. e729119495-e729119495, 2020.

FERNANDES, B. F. et al. Estudo etnofarmacológico das plantas medicinais com presença de saponinas e sua importância medicinal. **Revista da Saúde da AJES**, v. 5, n. 9, 2019.

FREITAS, R. P. A. et al. "Impacts of social support on symptoms in Brazilian women with fibromyalgia." **Revista brasileira de reumatologia** vol. 57,3 2017.

HEYMANN, R. et al. "New guidelines for the diagnosis of fibromyalgia." **Revista brasileira de reumatologia** vol. 57 Suppl 2 2017.

HOLDCRAFT L. C; ASSEFI N; BUCHWALD D. Complementary and alternative medicine in fibromyalgia and related syndromes. **Best Pract Res Clin Rheumatol**. 2003.

LAUCHE R. et al. Uma revisão sistemática e meta-análise da redução do estresse baseada em mindfulness para a síndrome da fibromialgia. **J Psychosom Res**. 2013.

Maffei, M.E. Fibromialgia: Avanços recentes em Diagnóstico, Classificação, Farmacoterapia e Remédios Alternativos. **Int. J. Mol**. 2020.

MARQUES, A. P et al. "Prevalence of fibromyalgia: literature review update." **Revista brasileira de reumatologia** vol. 57,4 2017.

MAYORGA-ANAYA, H. J. et al. Efficacy of cannabinoids in fibromyalgia: a literature review. **Colombian Journal of Anesthesiology**, v. 49, n. 4, 2021.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, out./dez. 2008.

MINAYO, M. C. S. (Org.). **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Petrópolis: Vozes, 2001.

MOHABBAT A. B. et al. Use of Complementary and Integrative Therapies by Fibromyalgia Patients: A 14-Year Follow-up Study. **Mayo Clin Proc Innov Qual Outcomes**. 2019.

OLIVEIRA J. J. O. D; ALMEIDA, M.B.D. The current treatment of fibromyalgia. **BrJP**,1(3), 255-262. 2018.

PERRY, R et al. Uma visão geral das revisões sistemáticas de terapias complementares e alternativas para fibromialgia utilizando tanto AMSTAR quanto ROBIS como ferramentas de avaliação de qualidade. **Syst Rev** 6, 972017.

RIBERTO, M; PATO, T. R. Fisiopatologia da fibromialgia. **Acta Fisiátrica**, São Paulo, v. 11, n.2, p.78-81, 2004.

SAGY, I. et al. Safety and Efficacy of Medical Cannabis in Fibromyalgia. **Journal of clinical medicine**. 8, 807; 2019.

YANG, JUAN et al. “Impact of herbs and dietary supplements in patients with fibromyalgia: A protocol for a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.” **Medicine** vol. 99,212020.