

A watercolor illustration of a person in a dynamic, athletic pose, rendered in shades of blue and purple. The person is leaning forward with one arm raised and the other extended downwards. The background is a soft, light blue wash. Overlaid on the image is the text 'CONHEÇA A SENSIBILIZAÇÃO CENTRAL / DOR DISFUNCIONAL' in white, bold, sans-serif font.

CONHEÇA A
SENSIBILIZAÇÃO CENTRAL /
DOR DISFUNCIONAL



Comitê de Desenvolvimento

Mario H. Cardiel, MD, MSc
Reumatologista
Morelia, México

Supranee Niruthisard, MD
Especialista em Dor
Bangkok, Tailândia

Jose Antonio San Juan, MD
Cirurgião Ortopedista
Cidade de Cebu, Filipinas

Andrei Danilov, MD, DSc
Neurologista
Moscou, Rússia

Germán Ochoa, MD
Ortopedista
Bogotá, Colômbia

Ammar Salti, MD
Consultor Anestesista
Abu Dhabi, Emirados Árabes
Unidos

Smail Daoudi, MD
Neurologista
Tizi Ouzou, Argélia

Milton Raff, MD, BSc
Consultor Anestesista
Cidade do Cabo, África do Sul

Xinping Tian, MD
Reumatologista
Pequim, China

João Batista S. Garcia, MD, PhD
Anestesiologista
São Luis, Brasil

Raymond L. Rosales, MD, PhD
Neurologista
Manila, Filipinas

Işin Ünal-Çevik, MD, PhD
Neurologista, Neurocientista e
Especialista em Dor
Ankara, Turquia

Yuzhou Guan, MD
Neurologista
Pequim, China



Objetivos de Aprendizagem

- Após concluir este módulo, os participantes conseguirão:
 - Discutir a prevalência de várias síndromes envolvendo a sensibilização central/ dor disfuncional, focando na fibromialgia
 - Entender o impacto das síndromes envolvendo a sensibilização central/ dor disfuncional, como a fibromialgia, na capacidade funcional do paciente e na qualidade de vida
 - Explicar a fisiopatologia da sensibilização central/ dor disfuncional
 - Reconhecer as características clínicas fundamentais da fibromialgia
 - Selecionar as estratégias farmacológicas e não farmacológicas apropriadas para o tratamento da fibromialgia

PERGUNTAS FREQUENTES





Perguntas Frequentes

- Como os pacientes com síndromes de sensibilização central/dor disfuncional podem ser identificados?
- Quando se deve suspeitar de fibromialgia?
- Como os pacientes com fibromialgia podem ser identificados?
- O que é “fibro fog”?
- O que caracteriza os problemas no sono na fibromialgia?
- Que tipo de exercício deve ser recomendado para os pacientes com fibromialgia?
- Quais são as implicações do tratamento das mudanças fisiopatológicas observadas nos pacientes com fibromialgia?
- Quando os pacientes que sofrem de síndromes de sensibilização central/dor disfuncional devem ser encaminhados a um especialista?



Como podem ser identificados os pacientes com sensibilização central/dor disfuncional?

Características Clínicas Sensibilização Central/Dor Disfuncional

Dor

- Dor no corpo todo
- Músculos rígidos/doloridos
- Cefaleia
- Dor na mandíbula
- Dor pélvica
- Dor na bexiga/ao urinar

Ansiedade/Depressão

- Triste ou deprimido
- Ansiedade
- O estresse piora os sintomas
- Tensão no pescoço e ombro
- Range/ Cerra os dentes

Fadiga

- Não dorme bem
- Não descansado pela manhã
- Cansa-se facilmente com atividade física

Outros sintomas

- Dificuldade em se concentrar
- Precisa de ajuda nas atividades diárias
- Sensibilidade a luzes fortes
- Problemas de pele
- Diarreia/ constipação

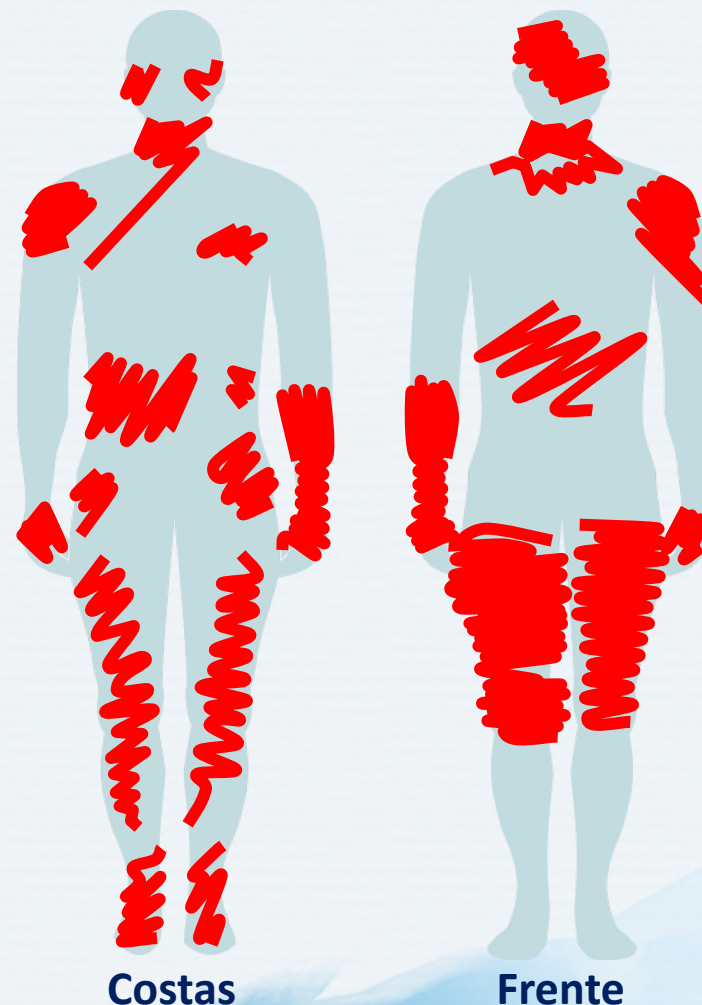


Inventário de Sensibilização Central (CSI)

- Uma medida de autorrelato desenvolvida para avaliar sintomas somáticos e emocionais principais, frequentemente associados às síndromes de sensibilidade central, incluindo fibromialgia
- Meta clínica: ajudar a melhor avaliar os sintomas para ajudar os médicos na categorização da síndrome, sensibilidade, gravidade, identificação e planejamento do tratamento e para ajudar a minimizar ou evitar procedimentos diagnósticos e de tratamento desnecessários
- Os pacientes com fibromialgia relatam altas pontuações no CSI
- O teste demonstra força psicométrica, utilidade e validade clínicas

Quando se deve suspeitar de fibromialgia?

- Este é um desenho da dor
 - Os pacientes pintam todas as áreas do corpo nas quais sentem dor¹
- O diagrama mostra que a dor da fibromialgia é disseminada²



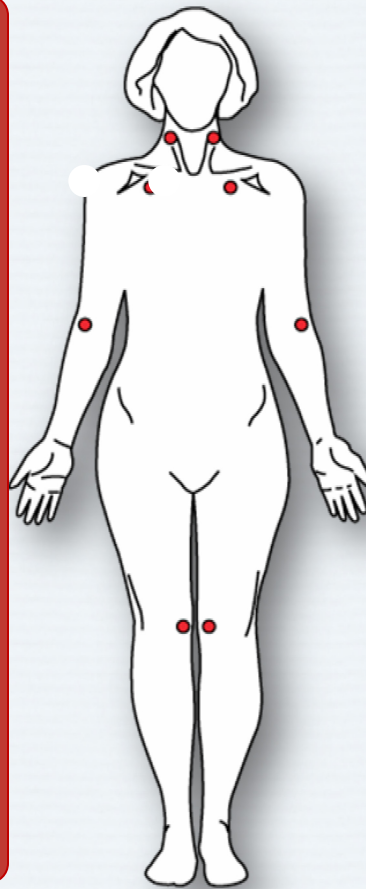
Adaptado do desenho de dor fornecido como cortesia de L Bateman.



Características Clínicas Centrais da Fibromialgia

Dor disseminada

- Dor crônica, disseminada é a característica definidora da fibromialgia
- Os descritores de dor usados pelo paciente incluem:
 - Ardência
 - Exaustão
 - Irritação
 - Sofrimento



Comprometimento neurocognitivo
("fibro fog" [confusão mental])

Distúrbio do sono/fadiga

Transtornos do humor

Rigidez matinal

Como os pacientes com fibromialgia podem ser identificados?

FiRST: Ferramenta Rápida de Exame de Fibromialgia

- Questionário de 6 itens de autopreenchimento
- Pontuação ≥ 5 é indicativa de fibromialgia
- Sensibilidade: 90.5%
- Especificidade: 85.7%

Itens

1. Sinto dor no corpo todo.
2. Minha dor é acompanhada por fadiga geral contínua e bastante desagradável.
3. Minha dor parece uma queimação, choques elétricos ou câimbras.
4. Minha dor é acompanhada por outras sensações incomuns por todo meu corpo, como comichão, formigamento ou dormência.
5. Minha dor é acompanhada por outros problemas de saúde, como problemas digestivos, problemas urinários, dores de cabeça ou pernas inquietas.
6. Minha dor tem um impacto significativo em minha vida, particularmente em meu sono e em minha capacidade de me concentrar, fazendo com que eu me sinta mais lento em geral.



O que é “fibro fog”?

- Em comparação àqueles sem a doença, os pacientes com fibromialgia se queixam mais frequentemente de:¹
 - Confusão mental
 - Perda de memória
 - Dificuldade de fala
- O desempenho nos testes cognitivos mostram que eles têm desempenho mais fraco do que os controles equiparados por idade nas atividades envolvendo:²
 - Memória de trabalho
 - Memória de reconhecimento
 - Memória livre
 - Fluência verbal
 - Conhecimento verbal



O que caracteriza os problemas no sono na fibromialgia?

- Os pacientes com fibromialgia podem se queixar de:
 - Sono não reparador
 - Insônia
 - Despertar muito cedo
 - Qualidade ruim do sono



Que tipo de exercício deve ser recomendado para os pacientes com fibromialgia?

Tipo de Exercício

- Tentar incluir diferentes tipos em uma sessão (por exemplo, aeróbicos, fortalecimento, alongamento)
- A preferência e a disponibilidade do paciente devem guiar a seleção

Intensidade

- Começar por baixo, ir devagar
- Aumentar gradualmente para atingir o nível de intensidade moderada



Quais são as implicações do tratamento das mudanças fisiopatológicas observadas nos pacientes com fibromialgia?

- Os mecanismos de ação de certos medicamentos podem estar relacionados com as fisiopatologias de fibromialgia propostas
- O entendimento sobre a fibromialgia está evoluindo
- Entretanto, os biomarcadores do sistema nervoso central reproduzíveis subjacentes à fibromialgia ainda não foram percebidos
- O tratamento deve basear-se em eficácia clínica comprovada
- O tratamento deve ser individualizado para o paciente



Quando os pacientes com fibromialgia ou com suspeita de fibromialgia devem ser encaminhados a um especialista?

- Consulta a especialista recomendada para pacientes:
 - Com sintomas atípicos que podem sugerir um diagnóstico alternativo
 - Que não responderam ao tratamento primário
 - Com comorbidades complexas
 - Para os quais a avaliação do sono ou consulta a um psicólogo é indicada