

 <https://doi.org/10.56344/2675-4827.v7n3a2025.34>

Tecnologias digitais no cuidado à fibromialgia: monitoramento da dor e empoderamento do paciente

Maria Eduarda Caldo Scandiuizzi¹; Beatriz Villarinho Sanches¹; Laura Marin Piedade²;
Maria Eduarda Zilli Freitas³; Priscila de Freitas Lima⁴

INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma síndrome reumatológica crônica que atinge, principalmente, mulheres entre 30 e 60 anos, sendo caracterizada por dor muscular persistente e difusa, associada à hipersensibilidade ao toque, além de astenia, sono não reparador, alterações emocionais como depressão e ansiedade, bem como outros sintomas que impactam na qualidade de vida do paciente. Seu diagnóstico é clínico, baseado na anamnese e exame físico, dispensando outros exames para comprovação (Goodwin *et al.*, 2017). Os avanços tecnológicos têm-se mostrado eficazes no monitoramento e manejo dos sintomas, principalmente considerando a longa espera para os pacientes conseguirem entrar em programas de tratamento especializados em fibromialgia e a possibilidade de um suporte contínuo, acessível e personalizado, o que permitiria a redução do uso de medicamentos, visto que muitas vezes os tratamentos convencionais não consideram as características individuais da dor de cada paciente e os sintomas associados à saúde mental (Gupta *et al.*, 2024; Salaffi *et al.*, 2020; McCracken *et al.*, 2020). Os pacientes também enfrentam dificuldades no acompanhamento presencial, pois estes não se adaptam à rotina do indivíduo, comprometendo a adesão e a continuidade do tratamento (Serrano-Ibáñez *et al.*, 2022).

¹Acadêmicos do curso de Medicina do Centro Universitário Barão de Mauá. Contato: mecscandiuizzi@hotmail.com

²Acadêmico(a) do curso de Medicina do Centro Universitário Barão de Mauá.

³Docente do Centro Universitário Barão de Mauá. Contato: priscila.freitas@baraodemaua.br.

OBJETIVO

Este estudo tem como objetivo revisar literaturas sobre o uso de tecnologias digitais que ajudam no monitoramento da dor em pacientes com fibromialgia e como elas corroboram para o empoderamento do paciente em seu tratamento.

METODOLOGIA

Foi realizado um resumo simples baseado em artigos publicados nas bases de dados indexadas PubMed, SciELO e Google Scholar, usando como critério de inclusão artigos publicados entre 2017 e 2024, na língua portuguesa e inglesa e com embasamento científico. Já, os critérios de exclusão foram artigos que não apresentavam embasamento científico, que não estavam no idioma português ou inglês, bem como os publicados anteriormente ao ano de 2017. Para pesquisa, foram usados os termos fibromialgia; monitoramento da dor; tecnologias digitais. Após análise de todos os critérios, cinco estudos foram selecionados para a discussão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise foi baseada a partir de cinco estudos selecionados, que contemplam diferentes tecnologias, como aplicativos móveis para pacientes com fibromialgia que se baseiam em ferramentas da terapia cognitivo-comportamental (TCC). Estes utilizam técnicas de relaxamento e respiração, diários de dor e psicoeducação sobre o sono e as emoções, contribuindo para redução de sintomas de ansiedade e depressão, com o objetivo de aprimorar a eficácia do cuidado, pois muitas vezes são negligenciados pelos tratamentos tradicionais (Serrano- Ibáñez *et al.*). Um exemplo deste aplicativo, é o Fibroline, que demonstrou um impacto positivo na população alvo. Outro recurso é o mapeamento digital da dor, usado para registrar as características da dor diariamente, permitindo a criação de intervenções individualizadas pelo médico para a necessidade de cada paciente, além de fomentar a autonomia e maior participação do mesmo no próprio tratamento (McCracken *et al.*). Trazer o paciente para uma posição mais ativa do seu tratamento é um dos principais motivos pelos

quais a junção das tecnologias ao tratamento tradicional é tão importante, pois retira do paciente o sentimento de incapacidade e dependência. Essas tecnologias também abordam sensores corporais, que analisam além da dor, outros aspectos complementares, como qualidade do sono e prática de atividades físicas. No entanto, alguns desafios ainda persistem, como a baixa adesão a longo prazo e a limitada integração com os serviços de saúde convencionais (Goodwin *et al.*).

CONCLUSÃO

Portanto, é possível concluir que o uso de tecnologias digitais constitui uma abordagem inovadora e complementar ao tratamento da fibromialgia, com potencial para promover um cuidado mais individualizado, acessível e centrado no paciente, visando não somente amenizar a dor, mas também outros sintomas associados, como ansiedade, tristeza, distúrbios do sono e irritabilidade, que pioram ainda mais a qualidade de vida. Contudo, são necessários outros estudos científicos destas ferramentas, além de um protocolo padronizado, que integrem os profissionais da saúde o paciente e a tecnologia de forma mais efetiva.

Conflito de interesses: Os autores não têm conflitos de interesse a divulgar.

Palavras-chave: fibromialgia; monitoramento da dor; tecnologias digitais.

REFERÊNCIAS

GOODWIN, J. et al. Understanding Monitoring Technologies for Adults With Pain: Systematic Literature Review. *Journal of Medical Internet Research*, [S. l.], v. 19, n. 10, e364, 2017. Disponível em: <https://www.jmir.org/2017/10/e364/>.

GUPTA, R. et al. Effectiveness of Digital Health Interventions (DHI) in Chronic Pain Management: A Scoping Review. *Frontiers in Pain Research*, [S. l.], v. 5, 2024. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11602419/>.

McCRACKEN, L. M. et al. Digital Pain Mapping and Tracking in Patients With Chronic Pain: Longitudinal Study. ***Journal of Medical Internet Research***, [S. l.], v. 22, n. 10, e21475, 2020. Disponível em: <https://www.jmir.org/2020/10/e21475/>.

SALAFFI, F. et al. Mobile Application-Based Interventions for Chronic Pain Patients: A Systematic Review and Meta-Analysis. ***Journal of Clinical Medicine***, [S. l.], v. 9, n. 11, p. 3557, 2020. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2077-0383/9/11/3557>.

SERRANO-IBÁÑEZ, E. R. et al. A Mobile Application to Help Self-Manage Pain Severity, Anxiety, and Depressive Symptoms in Patients with Fibromyalgia Syndrome: A Pilot Study. ***International Journal of Environmental Research and Public Health***, [S. l.], v. 19, n. 19, p. 12026, 2022. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/19/19/12026>.