

FRIBROMIALGIA

NÍVEIS ADEQUADOS DE VITAMINA D3 PODEM SER ALTERNATIVA PARA ALÍVIO DE DORES E SINTOMAS GERAIS DE PACIENTES COM FIBROMIALGIA

JUSTIFICATIVA TERAPÊUTICA

A fibromialgia é uma das doenças reumatológicas mais frequentes, cuja característica principal é a dor musculoesquelética difusa e crônica. Além do quadro doloroso, estes pacientes costumam queixar-se de redução da força e/ou desempenho muscular, fadiga, rigidez, estresse elevado, depressão, ansiedade, vigilância exagerada, transtorno da redução da atenção, sono não reparador, entre outros. A compreensão incompleta da fisiopatologia da fibromialgia ocasiona a adoção de opções focadas no gerenciamento de sintomas para melhorar a função e qualidade de vida de seus portadores e não nas causas subjacentes^{1,2}.

ESTUDOS & ATUALIDADES

O tratamento farmacológico permanece como elemento comum na maioria dos casos de fibromialgia. Diversos fármacos já foram empregados para o controle dos sintomas da doença, sendo os antidepressivos os mais utilizados no tratamento de manutenção².

Além disso, estudos mostram que a suplementação com vitamina D pode reduzir o grau de dor crônica sentida por pacientes com fibromialgia e níveis baixos de calcifediol.

A vitamina D é um dos principais contribuintes no combate da dor e inflamação, tornando-se essencial para a saúde global. Na fibromialgia, a vitamina pode melhorar a força do músculo e modificar a sensibilidade à dor periférica³.

Revisão sistemática da literatura examinou a eficácia da suplementação de vitamina D na melhora do estado clínico dos pacientes e no alívio dos sintomas da fibromialgia⁴.

Resultados⁴:

- **11 estudos de alta qualidade e baixo risco de viés demonstraram melhora definitiva no estado clínico e diversas outras medidas após a suplementação com vitamina D.**

- Ao agir sobre os receptores nucleares presentes no tecido muscular, a vitamina D pode exercer efeitos anti-inflamatórios, melhorando a força do músculo e modificando a sensibilidade à dor periférica³.
- **A 1,25 (OH)₂ D estimula a resposta anti-inflamatória mediada por células T auxiliares tipo 2 (Th2), diminuindo a sensibilidade à dor e, com isso, melhorando também a qualidade do sono³;**
- A suplementação com vitamina D diminui a sensibilidade à dor, aumentando os níveis séricos de 25-hidroxivitamina D³.

PROPOSTAS TERAPÊUTICAS

- ✓ **Cápsula de Amitriptilina 10mg**
Administrar uma dose ao dia.
- +
- ✓ **Cápsula de Vitamina D3 50.000UI**
Administrar uma dose por semana.
- ✓ **Cápsula de Trazodona 25mg**
Administrar uma dose ao dia.
- +
- ✓ **Cápsula de Vitamina D3 50.000UI**
Administrar uma dose por semana.

Disponibilizado por:



ESTUDOS & ATUALIDADES

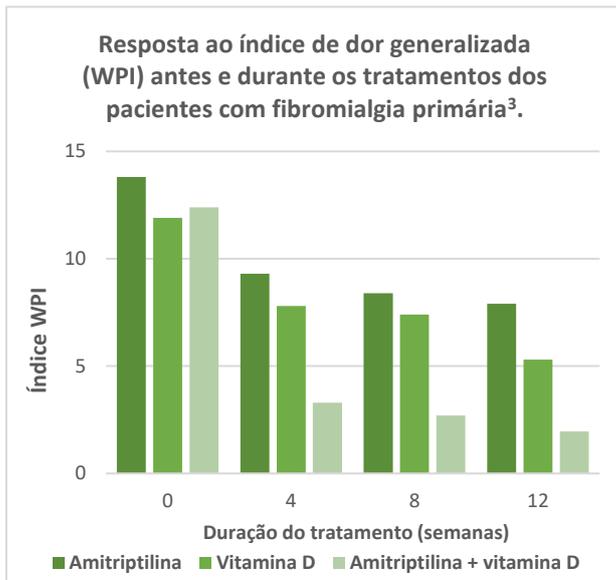
Estudo estabeleceu a frequência de deficiência de vitamina D em pacientes com síndrome de fibromialgia primária (FMS) e avaliou a eficácia dos suplementos de vitamina D no manejo dos sintomas da doença³.

160 pacientes foram alocados em três grupos para receber tratamento durante 3 meses:

- G1: Amitriptilina 10mg/dia
- G2: Colecalciferol 50.000UI/semana
- G3: Amitriptilina 10mg/dia + Colecalciferol 50.000UI/semana

Resultados³:

- Após 12 semanas, os níveis de vitamina D dos grupos 2 e 3 apresentaram aumento;
- A partir da quarta semana observou-se **melhora contínua das dores generalizadas, principalmente no grupo 3**;
- O **grupo 3** apresentou **melhora da gravidade dos sintomas como fadiga, sintomas cognitivos e cansaço** ao acordar quando comparados aos pacientes dos grupos 1 e 2.



Estudo avaliou o efeito da hipovitaminose D nos sintomas e na qualidade de vida de pacientes com fibromialgia⁵.

74 pacientes FMS com hipovitaminose D foram alocados em dois grupos para receber tratamento durante 8 semanas:

- GA: Trazodona 25mg/dia + Vitamina D3 50.000UI/semana
- GB: Trazodona 25mg/dia + Placebo

Resultados⁵:

- Houve melhora significativa nos **escores das escalas de dor (WPI)**, questionário de **impacto da fibromialgia (FIQ)** e índice de **qualidade do sono de Pittsburgh (PSQI)** em ambos os grupos;
- Além disso, a combinação vitamina D + trazodona melhorou de forma significativa os escores do *Short Form Health Survey (SF-36)* versus trazodona monoterapia;
- A **melhora nos índices relacionados à dor**, incluindo a pontuação do WPI e do componente físico do SF-36, foi **mais perceptível na terapia combinada com vitamina D + trazodona**.

REFERÊNCIAS

1. Heymann et al. Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia. Rev Bras Reumatol 2010;50(1):56-66.
2. Oliveira Junior JO, Almeida MB. O tratamento atual da fibromialgia. BrJP, 2018;1(3):255-62.
3. Aldaoseri HA, Zubairi MB. Vitamin D deficiency and treatment in Iraqi patients with primary fibromyalgia syndrome. The Egyptian Rheumat. 2020; 42(1): 47-50.
4. Venkatesan N, Gyawali M, Botleroo RA, Ahmed R, Kareem R, Ogeyingbo OD, Bhandari R, Elshaiikh AO. Efficacy of Vitamin D Supplementation in the Improvement of Clinical Status in Pa-tients Diagnosed with Fibromyalgia Syndrome: A Systematic Review. Curr Rheumatol Rev. 2022 Mar 7.
5. Mirzaei A, Zabihyeganeh M, Jahed SA, Khiabani E, Nojomi M, Ghaffari S. Effects of vitamin D optimization on quality of life of patients with fibromyalgia: A randomized controlled trial. Med J Islam Repub Iran. 2018 Apr 5;32:29.