



## **Pompagem x Liberação Miofascial no tratamento da fibromialgia: Uma Revisão Narrativa**

*Pompagem x Myofascial Release en el tratamiento de la fibromialgia: una revisión narrativa*

*Pompagem x Myofascial Release in the treatment of fibromyalgia: A Narrative Review*

### **Luana Azevedo de Almeida**

ORCID: 0009-0002-1387-2054

FADBA – Departamento de Fisioterapia, Faculdade Adventista da Bahia em Cachoeira

E-mail: [luaah7@gmail.com](mailto:luaah7@gmail.com)

### **Gabriely Pinheiro Basto**

ORCID: 0009-0004-0948-9030

FADBA – Departamento de Fisioterapia, Faculdade Adventista da Bahia em Cachoeira

E-mail: [gabipb238@gmail.com](mailto:gabipb238@gmail.com)

### **Pabiana dos Santos Lino**

ORCID: 0009-0007-1235-1579

FADBA – Departamento de Fisioterapia, Faculdade Adventista da Bahia em Cachoeira

E-mail: [pabianalino@gmail.com](mailto:pabianalino@gmail.com)

### **Emily Rodrigues Chaves**

ORCID: 0009-0007-1313-9326

FADBA- Departamento de Fisioterapia, Faculdade Adventista da Bahia em Cachoeira

E-mail: [emilyrchaves8@gmail.com](mailto:emilyrchaves8@gmail.com)

### **Ana Carolina Melo Fernandes**

ORCID: 0009-0006-8546-7735

FADBA – Departamento de Fisioterapia, Faculdade Adventista da Bahia em Cachoeira

E-mail: [carolmello0007@gmail.com](mailto:carolmello0007@gmail.com)

### **Sânzia Bizerra Ribeiro**

ORCID: 0000-0001-8068-2715

FADBA – Departamento de Fisioterapia, Faculdade Adventista da Bahia em Cachoeira

E-mail: [sanziar@gmail.com](mailto:sanziar@gmail.com)

### **Rafael dos anjos Feitosa**

ORCID: 0009-0006-5941-9019

FADBA – Departamento de Fisioterapia, Faculdade Adventista da Bahia em Cachoeira

E-mail: [raffawars@gmail.com](mailto:raffawars@gmail.com)

**Eixo temático:** Ciências sociais aplicadas.



## RESUMO SIMPLES

**Introdução:** A fibromialgia (FM) é uma síndrome dolorosa que interfere na capacidade funcional e qualidade de vida. O tratamento engloba intervenções nos aspectos físicos. Evidências científicas mostram que terapia manual minimiza a dor, fadiga e tensão muscular, melhorando os níveis de estresse, ansiedade e depressão em indivíduos com FM. As políticas educacionais para o autocuidado dos sintomas são cada vez mais incentivadas como alternativa e/ou tratamento complementar da FM, devido à cronicidade do quadro clínico.

**Objetivo:** Como alternativa para o tratamento da fibromialgia destacando as principais técnicas utilizadas, é assim descrevendo as técnicas sobre esses pacientes com fibromialgia.

**Método:** Trata-se de uma revisão de narrativa com base nos artigos publicados no ano de 2003 até 2023, em 5 bases de dados bibliográficos: PubMed, PEDro, SciELO, Unicentro, UFPE, UFSC, e Google acadêmico. Para as buscas foram utilizados os seguintes descritores: Fibromialgia, liberação miofascial, e tratamento, em inglês os descritores foram: Fibromyalgia, myofascial release therapy, e Treatment, entretanto não foi encontrado o termo pompage nos descritores do Decs, assim dificultando a busca para uma análise científica. A estratégia de busca da revisão narrativa foram de artigos com ensaio clínico randomizado, artigo piloto, e revisão de literatura, e foram sem datas, anos, e local de publicação, porém com restrição de artigos que não tem relação a liberação miofascial, pompage e pacientes com fibromialgia para critérios de inclusão e exclusão nas análises.

**Resultados (esperados / parciais):** Foram encontrados 33 artigos: 9na Pubmed, 3 na PEDro, 3 no LILACS, 4 no ScieELO, 1 na Unicentro, 2 na UFPE e 1 na UFSC e 12 no google acadêmico, porém com os critérios de elegibilidade foram selecionados 21 artigos. Espera-se que o tratamento com a Liberação Miofascial e terapia manual possa evidenciar benefícios da técnica à pacientes com fibromialgia, proporcionando a melhora da qualidade do sono, diminuição da presença dos “Tender Points” e da dor, com ganho de flexibilidade muscular, e melhora do bem-estar geral da paciente. Já a Pompage e terapia manual na Fibromialgia, especulasse que há evidencias científicas e sendo uma técnica que tem resultados satisfatórios para pacientes com essa patologia, e colocando em questão o reconhecimento da técnica a público através da pesquisa narrativa.

**Descritores:** Fibromialgia; Liberação Miofascial; Pompage; Tratamento;

**Eixo temático:** Ciências sociais aplicadas.