



**CÂMARA MUNICIPAL DE ITAÚ DE MINAS
ESTADO DE MINAS GERAIS - PODER LEGISLATIVO**

ANTEPROJETO DE LEI Nº01/24

Altera a Lei Municipal N º 1078, de 10 de Junho de 2020 “Que Estabelece diretrizes gerais para o atendimento prestado pelo Sistema Municipal de Saúde às pessoas acometidas por síndrome de fibromialgia ou fadiga crônica”, estabelecendo o Protocolo de Atendimento a Portadores de Fibromialgia, e dá outras providências.

A Câmara Municipal de Itaú de Minas aprova:

Art. 1º Fica acrescido um artigo onde couber, na Lei Municipal N º 1078, de 10 de Junho de 2020 “Que Estabelece diretrizes gerais para o atendimento prestado pelo Sistema Municipal de Saúde às pessoas acometidas por síndrome de fibromialgia ou fadiga crônica”., com a seguinte redação:

“Art ____ - Fica criado o Protocolo de Atendimento à Portadores de Fibromialgia, conforme o Anexo I desta Lei.”

Art. 2º Esta lei entra em vigor cento e oitenta dias após sua publicação.

Sala das Sessões, em 11 de dezembro de 2024.

MARIA ELENA DE OLIVEIRA FARIA
VEREADORA



**CÂMARA MUNICIPAL DE ITAÚ DE MINAS
ESTADO DE MINAS GERAIS - PODER LEGISLATIVO**

Anexo I

Protocolo de Atendimento à Portadores de Fibromialgia

Este Protocolo básico deverá ser adaptado de acordo as particularidades de cada paciente:

1. Primeira Consulta – Avaliação Clínica Completa

A primeira consulta deve focar na avaliação clínica detalhada, incluindo a história médica do paciente e uma investigação cuidadosa dos sintomas. O diagnóstico de fibromialgia é clínico, e para confirmá-lo, deve-se considerar os critérios do *American College of Rheumatology* (ACR).

1.1. História Clínica

- Queixas principais (dor, cansaço, distúrbios de sono, etc.).
- Histórico de início e evolução dos sintomas.
- Sintomas associados: distúrbios cognitivos ("nevo mental"), alterações no humor, ansiedade, depressão, distúrbios gastrointestinais, etc.
- Identificação de fatores de risco ou gatilhos (estresse, trauma físico ou emocional, infecções, etc.).

1.2. Exame Físico

- Avaliação da dor muscular generalizada (pontos dolorosos ou pontos de gatilho).
- Avaliação de amplitude de movimento.
- Excluir outras condições clínicas que possam imitar a fibromialgia (doenças autoimunes, doenças endócrinas, etc.).

1.3. Exames Complementares

Embora a fibromialgia não tenha exames laboratoriais específicos, podem ser solicitados exames para excluir outras condições (como artrite reumatoide, lúpus, hipotireoidismo, etc.) ou para avaliar complicações (como depressão ou síndrome do pânico).

2. Plano de Tratamento

O tratamento de fibromialgia deve ser multidisciplinar e incluir abordagem médica, psicológica e terapias físicas. O objetivo principal é aliviar a dor, melhorar a qualidade de vida e reduzir os sintomas associados.



CÂMARA MUNICIPAL DE ITAÚ DE MINAS ESTADO DE MINAS GERAIS - PODER LEGISLATIVO

2.1. Tratamento Medicamentoso

O tratamento farmacológico varia de acordo com a gravidade dos sintomas e a resposta do paciente. As opções mais comuns incluem:

- Analgésicos e anti-inflamatórios não esteroides (AINEs): para controle da dor.
- Antidepressivos tricíclicos: ajudam no controle da dor e melhoram a qualidade do sono.
- Inibidores seletivos da recaptação de serotonina e noradrenalina (ISRS/ISRN): que ajudam tanto na dor quanto na depressão.
- Anticonvulsivantes: podem ser úteis para controle da dor neuropática e melhora do sono.
- Relaxantes musculares (em casos de espasmos musculares).

2.2. Terapias Não-Farmacológicas

- Terapias Cognitivo-Comportamentais (TCC): são essenciais para ajudar os pacientes a lidarem com o estresse, a ansiedade e a depressão associados à fibromialgia.
- Exercícios físicos regulares: a prática de atividades de baixo impacto, como caminhada, natação ou yoga, é altamente recomendada. A fisioterapia também pode ser útil para melhorar a flexibilidade e a força muscular.
- Técnicas de relaxamento e controle do estresse: meditação, *mindfulness*, técnicas de respiração e fisioterapia respiratória.

2.3. Orientações Gerais

- Educação ao paciente: Informar sobre a doença, os sintomas e a importância do tratamento. A adesão ao tratamento é fundamental.
- Gestão do sono: Orientações sobre a higiene do sono, já que a insônia é um sintoma comum.
- Dieta balanceada: Orientação sobre uma alimentação saudável, com destaque para a ingestão de alimentos anti-inflamatórios, como peixes ricos em ômega-3, frutas e vegetais.
- Apoio psicossocial: O paciente pode se beneficiar de grupos de apoio, especialmente aqueles focados em doenças crônicas.

3. Acompanhamento e Monitoramento

O acompanhamento deve ser regular, com consultas periódicas para monitoramento da evolução dos sintomas, ajustes no tratamento e suporte psicológico contínuo.

- Revisão periódica da medicação: ajustar doses conforme resposta clínica, com atenção especial aos efeitos colaterais.
- Reavaliação de sintomas: verificação de mudanças nos sintomas, melhora ou piora da dor, cansaço, distúrbios de sono e humor.



CÂMARA MUNICIPAL DE ITAÚ DE MINAS ESTADO DE MINAS GERAIS - PODER LEGISLATIVO

- Ajustes nas abordagens não-farmacológicas: revisar a prática de atividades físicas e ajustar os programas de fisioterapia e relaxamento.

4. Considerações Especiais

- Fatores psicossociais: A fibromialgia está frequentemente associada a problemas emocionais e psicológicos, como depressão e ansiedade. O apoio psicológico é fundamental.
- Comorbidades: Alguns pacientes com fibromialgia também apresentam doenças comórbidas, como síndrome do intestino irritável (SII), enxaqueca e transtornos do sono. É importante tratá-las de forma integrada.
- Mudança de estilo de vida: Focar na adaptação de um estilo de vida mais saudável, com manejo adequado do estresse, sono e alimentação.

5. Encaminhamentos

Em casos de dificuldade de controle dos sintomas ou quando houver complicações adicionais, o paciente pode ser encaminhado para:

- Reumatologista, para avaliação mais aprofundada.
- Psicólogo ou psiquiatra, para tratamento de transtornos emocionais.
- Fisioterapeuta, para reabilitação física e controle da dor.

Conclusão

O tratamento da fibromialgia deve ser holístico e adaptado ao perfil de cada paciente. A combinação de medicação, terapia cognitivo-comportamental, exercícios físicos e suporte psicossocial pode resultar em significativa melhora na qualidade de vida. O acompanhamento contínuo e a comunicação aberta entre paciente e equipe de saúde são fundamentais para o sucesso do tratamento.