
Etat des lieux de la prise en charge du patient fibromyalgiques : Une revue de la littérature.

INTRODUCTION : La fibromyalgie touche 1,6% de la population adulte française avec une prédominance féminine. Elle est caractérisée par des douleurs musculosquelettiques chroniques diffuses qui impactent le quotidien des patients. Elle peut également s'accompagner de divers symptômes tels que la fatigue, les troubles du sommeil et les troubles anxiodépressifs. Bien que des hypothèses soient avancées, les scientifiques cherchent encore à définir son étiologie. Les dernières recommandations européennes de 2017 appuient une prise en charge non médicamenteuse de première intention basée sur de l'activité physique (aérobie ou renforcement). L'objectif de cette revue est de déterminer quelles sont les techniques les plus adaptées à la prise en charge du patient fibromyalgique depuis 2017. **MATERIEL ET METHODE :** Nous avons réalisé des recherches à l'aide des bases de données suivantes : Pubmed, Science Direct, Cochrane Library, PEDro et Embase. Une analyse méthodologique à l'aide du score PEDro et CONSORT a été réalisée pour les ECR et avec l'échelle PRISMA pour les revues systématiques. Le risque de biais a également été analysé à l'aide des outils de la Cochrane. **RESULTATS :** À l'issue de notre recherche, 17 articles ont été inclus. Plusieurs techniques ont été analysées : la cryothérapie, l'électrostimulation, les étirements, le massage et l'activité physique. L'utilisation de la cryothérapie est efficace sur la douleur, la qualité de vie et la sévérité de la maladie mais seulement sur le court terme (moins de 3 mois). Les thérapies passives comme l'électrostimulation, le massage et les étirements apportent de faibles preuves de leur efficacité et nécessitent davantage d'études. L'activité physique (renforcement ou travail aérobie) est la seule thérapeutique dont les preuves montrent une efficacité significative sur la douleur, la qualité de vie et les capacités physiques. **CONCLUSION :** Le masseur-kinésithérapeute est un acteur clé dans la prise en charge des patients fibromyalgiques. Les techniques actives doivent être priorisées pour autonomiser et rendre acteur le patient dans sa prise en charge. Les thérapies passives, bien que de faibles preuves, peuvent apporter un bénéfice au traitement mais dans des cas de déficiences objectivées par un bilan. De futures recherches sont nécessaires.

Mots clés : *fibromyalgie, masso-kinésithérapie, recommandations, traitement*

State of the art in the management of fibromyalgia patients : A review of the literature.

INTRODUCTION: Fibromyalgia affects 1,6% of the French adult population, with a predominance of women. It's characterized by chronic diffuse musculoskeletal pain that impacts the daily life of patients. It can also be accompanied by various symptoms such as fatigue, sleep disorders and anxiety disorders. Although hypotheses have been put forward, scientists are still trying to define its etiology. The last European recommendations of 2017 support a first line non drug management based on physical activity (aerobic or strengthening). The objective of this review is to determine which techniques are the most suitable for the management of the fibromyalgia patient since 2017. **MATERIALS AND METHODS :** We have searched in the following databases: Pubmed, Science Direct, Cochrane Library, PEDro et Embase. A methodological analysis using the PEDro and CONSORT scores was performed for RCTs and the PRISMA scale for systematic review. The risk of bias was also analyzed using Cochrane tools. **RESULTS:** At the end of our search, 17 articles have been included. Several techniques have been analyzed: cryotherapy, electrostimulation, stretching massage and physical activity. The use of cryotherapy is effective on pain, quality of life and disease severity but only in the short term (less than 3 months). Passive therapies such as electrostimulation, massage and stretching have little evidence of effectiveness and require further study. Physical activity (strengthening or aerobic work) is the only therapy that has been shown to have a significant effect on pain, quality of life and physical ability. **CONCLUSION:** The physiotherapist is a key player in the management of fibromyalgia patients. Active techniques must be prioritized in order to empower the patient and make him an active participant in his care. Passive therapies, although poorly proven, may be beneficial to treatment but only in cases of deficiencies objectively assessed by an assessment. Future research is necessary.

Key words: fibromyalgia, massage therapy, recommendations, treatment