



UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE FISIOTERAPIA

VLYNIEN DOURADO LANDIM COELHO

EFEITOS DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM PACIENTES COM
FIBROMIALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA

JUAZEIRO DO NORTE
2024

VLYNIEN DOURADO LANDIM COELHO

**EFEITOS DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM PACIENTES COM
FIBROMIALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao
Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Dr.
Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para
obtenção do Grau de Bacharelado.

Orientadora: Prof.^a Esp. Carolina Assunção
Macêdo Tostes

JUAZEIRO DO NORTE
2024

VLNYNIEN DOURADO LANDIM COÊLHO

**EFEITOS DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM PACIENTES COM
FIBROMIALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA**

DATA DA APROVAÇÃO: 01/07/2024

BANCA EXAMINADORA:

Professora Esp. Carolina Assunção Macêdo Tostes.
Orientadora

Professora Ma. Tatianny Alves de França.
Examinador 1

Professor Esp. Paulo César de Mendonça.
Examinador 2

JUAZEIRO DO NORTE
2024

ARTIGO ORIGINAL

EFEITOS DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA

Autoras: Vlynien Dourado Landim Coelho¹ e Carolina Assunção Macêdo Tostes².

Formação das autoras

1- Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Leão Sampaio.

2- Professora do Colegiado de Fisioterapia do Centro Universitário Leão Sampaio e Especialista em Fisioterapia em Saúde da Mulher.

Correspondência: vlynien312@gmail.com¹; carolinamacedo@leaosampaio.edu.br².

Palavras-chave: Fibromialgia; Modalidade de Fisioterapia; Qualidade de vida.

.

RESUMO

Introdução: A fibromialgia é uma síndrome de caráter dolorosa e crônica que afeta 2% da população mundial. Sua maior prevalência é em mulheres, na faixa etária entre 30 e 50 anos. Por ser uma síndrome, há um conjunto de sinais e sintomas envolvidos nela como fadiga, sono não reparador e distúrbios cognitivos. Diante disso, levanta-se sobre os efeitos da fisioterapia nessa síndrome. **Objetivo:** Descrever os efeitos da fisioterapia em pacientes com fibromialgia. **Método:** Esse trabalho trata-se de uma revisão integrativa de caráter descritivo onde foram levantados artigos nas plataformas, PEDro, Pubmed e LILACS, para análise. Estes estudos retratam os tratamentos fisioterapêuticos em pacientes com fibromialgia e seus efeitos. Foram utilizados estudos publicados dos anos de 2020 a 2024, tendo como preferência os idiomas inglês e português, foram utilizados somente estudos gratuitos e de fácil acesso. Para uma análise mais precisa, foram estabelecidos critérios específicos: o estudo não deve ser uma revisão de literatura e, caso os resultados não sejam conclusivos, serão desconsiderados. **Resultados:** A fisioterapia com suas diversas técnicas beneficia os pacientes portadores dessa síndrome tão incapacitante. Foram identificados efeitos positivos quando utilizadas as técnicas de terapia manual, aquática, método Pilates, realidade virtual, exercícios físicos, eletroestimulação, vibração de corpo inteiro e consciência perineal. **Conclusão:** Observou-se que as técnicas em fisioterapia produzem efeitos positivos contra as principais queixas relacionadas a essa síndrome, quais sejam: dor, fadiga, ansiedade, depressão, sono não reparador e consequente má qualidade de vida.

Palavras-chave: Fibromialgia; Modalidade de Fisioterapia; Qualidade de Vida.

ABSTRACT

Introduction: Fibromyalgia is a painful and chronic syndrome that affects 2% of the world's population. Its highest prevalence is in women, aged between 30 and 50 years. As it is a syndrome, there is a set of signs and symptoms involved in it, such as fatigue, unrefreshing sleep and cognitive disorders. In view of this, the effects of physiotherapy on this syndrome are raised. **Objective:** To describe the effects of physical therapy on patients with fibromyalgia. **Method:** This work is an integrative review of a descriptive nature where articles were collected from the platforms PEDro, Pubmed and LILACS for analysis. These studies portray physiotherapeutic treatments in patients with fibromyalgia and their effects. Studies published from 2020 to 2024 were used, with preference being given to English and Portuguese, only free and easily accessible studies were used. For a more precise analysis, specific criteria were defined: the study must not be a literature review and, if the results are not conclusive, they will be disregarded. **Result:** Physiotherapy with its various techniques benefits patients with such a disabling syndrome. Positive effects were identified when used such as manual and aquatic therapy techniques, the Pilates method, virtual reality, physical exercises, electrical stimulation, whole-body vibration and perineal awareness. **Conclusion:** It should be noted that physiotherapy techniques produce positive effects against the main complaints related to this syndrome, namely: pain, fatigue, anxiety, depression, unrefreshing sleep and consequent poor quality of life.

Keywords: Fibromyalgia; Physiotherapy modality; Quality of Life.

INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma condição de dor generalizada que não apresenta inflamação nos pontos dolorosos, está associada a diversos fatores, como: fadiga, sono não reparador, alterações cognitivas, de humor entre outros. Ainda não há um fator de causalidade estabelecido na literatura para o surgimento desta síndrome. O diagnóstico é iniciado com a avaliação do quadro clínico do paciente, para fechamento do diagnóstico são realizados alguns exames que estão baseados em critérios diagnósticos específicos (Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2022).

Souza e Perissinotti (2018), afirmam que há uma prevalência de 2% da população brasileira com fibromialgia. A Sociedade Brasileira de Reumatologia (2022), informa que as mulheres são a população mais afetada, principalmente as que estão na faixa etária de 30 a 50 anos, sendo esse o principal perfil epidemiológico. Além disso, outras características são comumente associadas a este perfil, como: baixa escolaridade, mulheres casadas, economicamente ativas, presença de sobrepeso, em tratamento medicamentoso e elevação de intensidade algica.

Pacientes com fibromialgia podem apresentar quadros dolorosos intensos e sequenciais, impactando negativamente na qualidade de vida, em sua funcionalidade e na execução das atividades de vida diárias. A junção desses fatores influencia no desenvolvimento de quadros depressivos. (Vitaliano *et al.*, 2020).

De acordo com Bicalho *et al.* (2023), os recursos da fisioterapia produzem diversos benefícios, pois atuam reduzindo os fatores que influenciam negativamente na qualidade de vida dessas pacientes. O principal benefício é a redução da dor, visto que é o sintoma mais incapacitante dos pacientes com fibromialgia.

Nessa síndrome o tratamento não resulta em cura, com isso, os procedimentos são realizados com o objetivo de controlar os sintomas. A fisioterapia com suas técnicas e recursos propõem-se reduzir o quadro algico. Surge assim a seguinte indagação: qual o impacto dos recursos fisioterapêuticos na vida dos portadores de fibromialgia?

Por ocasionar limitações que afetam a qualidade de vida do paciente, é fundamental entender quais formas de controle dos sintomas podem ser utilizadas para favorecer essa parcela da população. Em suma, as condutas fisioterapêuticas tem como objetivo manter, tratar e reabilitar indivíduos com essa condição de saúde para redução das dores, justificando, portanto, a realização desta pesquisa.

A relevância deste estudo reside na necessidade de que os profissionais de saúde compreendam como proporcionar uma qualidade de vida adequada aos pacientes, além de conhecerem como a fisioterapia pode contribuir para essa melhoria.

Por fim, essa pesquisa, através da revisão integrativa, tem como objetivo principal descrever os efeitos da fisioterapia em pacientes com fibromialgia. Como objetivos secundários temos: elencar os recursos fisioterapêuticos e compreender os efeitos desencadeados, para assim poder auxiliar na manutenção da qualidade de vida desses pacientes.

MÉTODO

Esta pesquisa se caracterizou como uma revisão de literatura integrativa com abordagem descritiva e foi realizada no período de agosto de 2023 a junho de 2024. De acordo com Souza *et al.* (2010), esse tipo de revisão é um método onde sintetiza informações e favorece descobertas através da aplicabilidade prática desses estudos. Sobre o estudo descritivo conforme, Matias-Pereira (2016), tem-se que é “Método que cuida da descrição das características de determinada população ou fenômeno, bem como o estabelecimento de relações entre variáveis e fatos”.

Inicialmente foi realizado um levantamento dos artigos nas bases de dados: National Library of Medicine (PubMed), Physiotherapy Evidence Database (PEDro) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), através dos descritores: Fibromialgia/ Fibromyalgia; Modalidade de fisioterapia/ Physical Therapy Modalities; Qualidade de vida/ Quality of Life. Para combinação dos descritores empregou-se o operador booleano “AND”.

Foram utilizados os seguintes critérios de inclusão para selecionar a amostra final: 1) artigos publicados entre 2020 e 2024; 2) artigos publicados nos idiomas de língua inglesa e portuguesa e 3) artigos gratuitos e de fácil acesso. Foram excluídos: 1) revisões de literatura e 2) estudos que não apresentassem resultados conclusivos. O período que se deu a seleção desses estudos foi de março a junho de 2024.

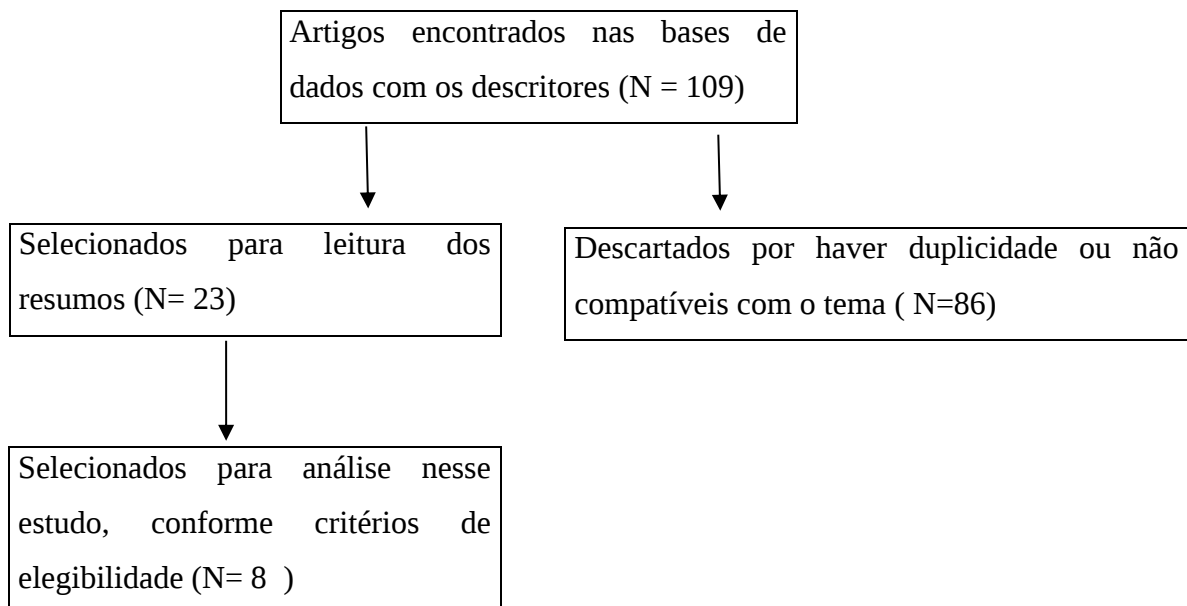
A partir disso, os títulos dos estudos foram lidos e alguns foram selecionados para a leitura dos resumos. Após essa etapa, a seleção foi reduzida, resultando em uma amostra final de oito artigos para a produção desta revisão.

Os artigos selecionados para a produção deste estudo, foram lidos na íntegra. A partir dessa leitura, foram extraídas informações que foram organizadas em um quadro (Quadro 1). Além disso, foram consideradas informações adicionais contidas nos artigos que a pesquisadora julgou relevantes para compor a presente revisão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Inicialmente foram encontrados 109 artigos, no entanto de acordo com a leitura dos títulos foram excluídos 86 artigos (por não serem compatíveis com o tema ou estavam duplicados). Após essa etapa foram lidos os resumos de 23 artigos e assim foram selecionados para essa revisão apenas 8 artigos que contemplaram os critérios de elegibilidade. O processo de seleção está demonstrado no fluxograma (Fluxograma 1).

Fluxograma 1- Processo de seleção dos estudos para realização desta revisão:



Fonte: Dados pesquisa (2024).

Os resultados foram apresentados em formato de quadro (Quadro 1), que foi composta por secções que contém as seguintes informações: Título, autores/ano, tipo de estudo, objetivo e principais resultados. Os dados foram digitados em arquivos no formato de tabela no software Microsoft Office Word para a realização da análise descritiva.

Quadro 1- Resultados obtidos conforme análise dos artigos selecionados. Juazeiro do Norte – Ceará, Brasil. 2024.

Título do artigo	Autores/Ano	Tipo de estudo	Objetivo	Principais resultados
Efeitos da terapia manual na fadiga, dor e aspectos psicológicos em mulheres com fibromialgia.	Nadal-Nicolás <i>et al.</i> , 2020.	Ensaio clínico planejado e controlado.	Determinar a eficácia de uma técnica de terapia manual, com pressão moderada para as variáveis: fadiga, dor, sono, ansiedade e humor, em mulheres com fibromialgia.	Formação significativa $\times$ diferença de grupo ($p < 0,0001$; $\eta^2 = 0,093$) na escala de dor. Associação positiva significativa entre a variável dor e a subescala raiva-hostilidade do POMS ($R = 0,436$; $p = 0,033$)
Efeitos da terapia de eletroestimulação neuroadaptativa na dor e incapacidade na fibromialgia	Udina-Cortés <i>et al.</i> , 2020.	Estudo prospectivo, randomizado e duplo-cego	Avaliar a eficácia da terapia de eletroestimulação neuroadaptativa (NAE) não invasiva no tratamento da dor crônica e incapacidade em pacientes com fibromialgia.	Redução significativa na intensidade da dor pós-intervenção o assim como no acompanhamento de 3 meses. Após a intervenção o efeito se apresentou maior e reduziu após 3 meses.
Mat Pilates é tão eficaz quanto o exercício aeróbico aquático no tratamento de mulheres com fibromialgia	Medeiros <i>et al.</i> , 2020.	Um ensaio clínico cego randomizado controlado	Avaliar a eficácia do método Pilates solo na melhora dos sintomas em mulheres com fibromialgia	Redução dos níveis de dor, melhora da vitalidade e capacidade funcional, qualidade de vida e do sono, redução de pensamentos catastróficos.
Os efeitos terapêuticos da vibração de corpo inteiro em pacientes com fibromialgia	Mingorance <i>et al.</i> , 2021.	Ensaio clínico randomizado cego	Avaliar o efeito da terapia de vibração de corpo inteiro em pacientes com fibromialgia.	Houveram melhoras em todos os parâmetros (impacto da fibromialgia, percepção de dor, índice de qualidade de vida, sensibilidade à dor à pressão, limiares de vibração, escala de berg, teste de caminhada de 6

				minutos, força muscular isométrica, equilíbrio estático e sonoro). Esses benefícios foram percebidos no pós-tratamento, mas não houve manutenção durante o acompanhamento de 3 meses.
Consciência perineal, presença de sintomas urinários e satisfação sexual na fibromialgia	Marcondes; Rodrigues e Salerno, 2021.	Estudo prospectivo longitudinal	Verificar o conhecimento sobre o períneo, a presença de sintomas de incontinência urinária e o nível de satisfação sexual em mulheres com fibromialgia	Houve melhora da satisfação sexual (30,6%), orgasmo (14,66%) e da dor durante a relação (14,66%). O desejo houve uma melhora de somente 2%. Já a lubrificação e excitação houveram redução de 5 e 9%, respectivamente.
Terapia baseada em realidade virtual reduz o impacto incapacitante da síndrome de fibromialgia em mulheres.	Cortés-Pérez <i>et al.</i> , 2021.	Revisão sistemática com meta-análise de ensaios clínicos randomizados	Avaliar o efeito do VRBT na redução do impacto da SFM em desfechos como dor, equilíbrio dinâmico, capacidade aeróbica, fadiga, qualidade de vida (QV), ansiedade e depressão.	Foi analisado que a VRBT reduziu o impacto da sintomatologia da fibromialgia nas AVD's, em cerca de 10%. Foi percebida a melhora nos desfechos selecionados para análise nesse estudo, houve redução da dor, ansiedade, depressão e fadiga (melhores resultados quando associado a exercício) e melhora do equilíbrio, da qualidade de vida e capacidade respiratória.
Efeitos de um programa de exercícios para o bem-estar e	Rodríguez-Mansilla <i>et al.</i> , 2023.	Ensaio clínico controlado randomizado e	Avaliar a eficácia de um programa de fisioterapia	Melhora da amplitude de movimento articular, força

treinamento físico na força muscular, amplitude de movimento, capacidade respiratória e qualidade de vida em mulheres com fibromialgia		cego para avaliadores	com exercícios ativos versus um programa de exercícios para o bem-estar, melhorando a força muscular, amplitude de movimento, capacidade respiratória e qualidade de vida de mulheres com fibromialgia	muscular, valores espirométricos, com isso melhorando a qualidade de vida. Não houve diferença significativa entre as abordagens para a conquistas desses resultados.
Eficácia da terapia aquática versus terrestre no tratamento da dor em mulheres com fibromialgia	Neira <i>et al.</i> , 2024.	Ensaio de equivalência, cego, personalizado e controlado	Determinar a eficácia de duas disciplinas fisioterapêuticas: terapia aquática (TA) e terapia terrestre (LBT) na redução da dor em mulheres com fibromialgia.	Melhorias na qualidade do sono e na dor apresentou uma melhora mais significativa na terapia aquática do que na terrestre, principalmente durante o acompanhamento (3 meses). Ambos os grupos apresentaram melhoria na qualidade de vida e na capacidade funcional, tanto pós intervenção como no acompanhamento.

Fonte: dados da pesquisa (2024).

No estudo realizado por Nadal-Nicolás *et al.* (2020), uma amostra de 24 participantes do sexo feminino diagnosticadas com fibromialgia foi dividida em dois grupos: terapia manual (n=14) e placebo (n=10), onde no grupo da terapia manual foi realizada a técnica de pressão digital na musculatura cervical posterior, com uma pressão moderada (iniciando leve até atingir a pressão desejada) por 15 minutos, 2x na semana, por um mês. No grupo placebo foi utilizado ultrassom (US) desligado e sem gel condutor. A conclusão desse estudo foi de que a terapia manual por dígito pressão é capaz de reduzir a percepção de dor, trazendo mais uma alternativa de técnica para a região cervical, a ser utilizada no tratamento dessa síndrome. O que beneficia os pacientes com fibromialgia, visto que, é uma região geralmente acometida.

Udina-Cortés *et al.* (2020), realizaram um estudo onde haviam 37 participantes do sexo feminino, diagnosticadas com fibromialgia. Foram divididas em grupo NAE (Eletoestimulação Neuroadaptativa) e grupo controlado por placebo. O protocolo foi feito por 4 semanas, sendo 2 vezes na semana por 30 minutos cada intervenção. Foram utilizadas como medidas: intensidade de dor, limiar de dor à pressão, impacto da fibromialgia, qualidade de vida, escala de sono, catastrofização da dor, inventário de ansiedade e depressão e cinesiofobia. Com esse estudo concluiu-se que houve melhora na intensidade da dor e do sono imediatamente após o tratamento e na modulação condicionada da dor aos 3 meses de acompanhamento.

Quarenta pacientes com fibromialgia, sendo 90% mulheres, participaram de um estudo realizado por Mingorance *et al.* (2021), onde foram divididas igualmente em grupos de intervenção e controle (1:1). O grupo de intervenção recebeu vibração rotacional com 25 Hz de frequência e 3 mm de amplitude. A intervenção durou 12 semanas, seguida de um acompanhamento de 3 meses. Parâmetros específicos (descritos no Quadro 1) foram usados para comparar os resultados pré e pós-intervenção e após os 3 meses de acompanhamento. Concluiu-se que a terapia de vibração de corpo inteiro demonstra reduzir a dor, melhorar a funcionalidade, a qualidade de vida e o equilíbrio em pessoas com fibromialgia.

Com relação à função da musculatura perineal de mulheres com fibromialgia, Marcondes, Rodrigues e Salerno (2021), usaram questionários, palestras educativas, consciência da musculatura perineal juntamente com exercícios de fortalecimento e exercícios perineais dentro da piscina terapêutica. Sete mulheres participaram desse estudo, que durou 2 meses (8 sessões). Inicialmente, foi realizado um questionário de consciência perineal e satisfação sexual, para entendimento do conhecimento dessas mulheres sobre o assunto. Após o tempo de intervenção, os questionários foram reavaliados. A conclusão foi que: existe um entendimento de estruturas anatômicas, mas não entendem a ação muscular correta. Todas relataram sintomas de urgência miccional e algumas, perdas urinárias ao realizar esforços. A satisfação sexual, que era inicialmente baixa, melhorou após as intervenções propostas, comprovando a eficácia da abordagem.

Nessa revisão realizada de acordo com o PRISMA, o intuito foi estudar sobre a terapia de realidade virtual associada ou não a um programa de exercícios. A maioria dos estudos traziam a utilização da VRBT não imersiva. Essa revisão apresentou que essa terapia, por haver diversos estímulos, pode gerar uma distração para os sintomas dolorosos, e por ser lúdico, gera uma experiência agradável e facilita a adesão das pacientes para a realização das tarefas e exercícios propostos, assim desencadeando os benefícios (descritos no Quadro 1), (CORTÉS-PÉREZ *et al.*, 2021).

Cortés-Pérez *et al.* (2021), ainda percebeu que houve relações significativas entre a pressão parcial de volume de oxigênio (PVO₂) e as regiões bilaterais ao hipocampo e da amígdala após a utilização da VRBT, indicando melhora de oxigenação em áreas cerebrais. Esse resultado se apresentou mais eficaz em pacientes com menor duração dos sintomas.

Rodríguez-Mansilla *et al.* (2023), analisaram os efeitos de um programa de exercícios para o bem-estar e treinamento físico na força muscular, amplitude de movimento, capacidade respiratória e qualidade de vida em mulheres com fibromialgia, para isso foi utilizado uma amostra de 93 participantes que se dividiam em grupo de intervenção fisioterapêutica, grupo de exercícios para bem-estar e o grupo controle. No primeiro grupo foi utilizado mais cinesioterapia, no segundo mais exercícios de alongamento e no terceiro, nenhum tipo de exercício. Houve melhora em todos os itens avaliados na pesquisa, mas não houve diferença significativa entre as abordagens terapêuticas.

Neira *et al.* (2024), fizeram um estudo com 40 mulheres onde, de forma aleatória, foram divididas igualmente em dois grupos: Terapia aquática (AT) e terapia terrestre (LBT). Foram utilizadas medidas para avaliar os estados das participantes antes, durante e após as intervenções (semanas 0, 12 e 18), as medidas foram: intensidade da dor, limiar de dor por pressão, qualidade de vida, qualidade de sono, fadiga e capacidade funcional. E assim concluiu que a TA é ideal para reduzir a dor e melhorar a qualidade de sono em pacientes com fibromialgia.

Já Medeiros *et al.* (2020), avaliaram se havia diferença entre o Pilates solo e o exercício aeróbico aquático. Esse estudo confirmou que a terapia aquática apresenta resultados superiores na qualidade do sono e redução de pensamentos catastróficos, quando comparado a terapia terrestre. Trazendo uma técnica em formato solo que apresenta resultados semelhantes, quando comparados a terapia aquática.

O paciente é um ser único, e uma abordagem que funciona bem para um pode não ser adequada para outro. É essencial considerar a adesão e as preferências individuais de cada paciente. Existem diversas terapias disponíveis para melhorar o quadro clínico dos pacientes com fibromialgia e compreender cada paciente e a terapia ideal, é fundamental para proporcionar um tratamento fisioterapêutico individualizado e assertivo, resultando na melhora de sua qualidade de vida.

CONCLUSÃO

Diante do exposto, essa revisão integrativa permitiu descrever os efeitos da fisioterapia em pacientes com fibromialgia. Visto que, a fisioterapia é uma área da saúde que abrange o conhecimento e aplicação de muitas técnicas que oferecem diversos efeitos benéficos para os portadores de fibromialgia. Embora essa síndrome apresente uma ampla gama de sintomas, alguns são mais evidentes e frequentemente relatados pelos pacientes. Em virtude do que foi mencionado, objetivo dessa pesquisa foi alcançado.

De acordo com o presente estudo, ainda foi percebido que técnicas como: terapia manual, estimulação neuroadaptativa, método Pilates, vibração de corpo inteiro, exercícios perineais e de consciência perineal, realidade virtual, terapia aquática e terrestre apresentaram efeitos positivos sobre essas principais queixas, como dor, sono não reparador, fadiga, ansiedade, depressão e qualidade de vida.

No entanto, notou-se uma carência de estudos que abordem a saúde pélvica e suas correlações com a fibromialgia, bem como o papel da fisioterapia nesse aspecto específico. Por essa razão, não houveram tantos artigos sobre esse tema neste presente estudo. Sendo necessário o aprofundamento de estudos nesse tema.

REFERÊNCIAS:

BICALHO, E.; MADUREIRA, M. U. S.; FERREIRA, L. E. C. Benefícios da atuação da fisioterapia no tratamento e melhora da qualidade de vida da mulher com fibromialgia. 2023. 11 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Curso de Fisioterapia, Centro Universitário de Belo Horizonte, Belo Horizonte, 2023.

CORTÉS-PÉREZ, I.; ZAGALAZ-ANULA, N.; IBANCOS-LOSADA, M. R.; NIETO-ESCÁMEZ, F. A.; OBRERO-GAITÁN, E.; OSUNA-PÉREZ, M. C. Virtual Reality-Based Therapy Reduces the Disabling Impact of Fibromyalgia Syndrome in Women: systematic review with meta-analysis of randomized controlled trials. **Journal Of Personalized Medicine**, [S.L.], v. 11, n. 11, p. 1167, 9 nov. 2021. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/jpm11111167>.

COUTO, N.; MONTEIRO, D.; CID, L.; BENTO, T. Effect of different types of exercise in adult subjects with fibromyalgia: a systematic review and meta-analysis of randomised clinical trials. **Scientific Reports**, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 1-16, 20 jun. 2022. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1038/s41598-022-14213-x>.

CUNHA, S. V.; MEDEIROS, R. G.; SILVA, R. L.; GOUVEIA, G. P. M. A eficácia da fisioterapia na ansiedade em indivíduos com fibromialgia: revisão sistemática. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, [S.L.], n. 51, p. 3343-3357, 26 jun. 2020. Revista Eletronica Acervo Saude. <http://dx.doi.org/10.25248/reas.e3343.2020>.

GARCÍA, Á. M.; SERRANO-MUÑOZ, D.; BRAVO-ESTEBAN, E.; LAFUENTE, S. A.; AVENDAÑO-COY, J.; GÓMEZ-SORIANO, J. Efectos analgésicos de la estimulación eléctrica nerviosa transcutánea en pacientes con fibromialgia: una revisión sistemática. **Atención Primaria**, [S.L.], v. 51, n. 7, p. 406-415, ago. 2019. Elsevier BV. <http://dx.doi.org/10.1016/j.aprim.2018.03.010>.

MARCONDES, J. C.; RODRIGUES, É.; SALERNO, G. R. F. Consciência perineal, presença de sintomas urinários e satisfação sexual na fibromialgia. **Fisioterapia Brasil**, [S.L.], v. 22, n. 3, p. 442-455, 15 jul. 2021. Atlântica Editora. <http://dx.doi.org/10.33233/fb.v22i3.4519>.

MATIAS-PEREIRA, J. **Manual de metodologia da pesquisa científica**. 4. ed. São Paulo: Grupo Editorial Nacional, 2016. 187 p.

MEDEIROS, S. A.; SILVA, H. J. A.; NASCIMENTO, R. M.; MAIA, J. B. S.; LINS, C. A. A.; SOUZA, M. C. Mat Pilates is as effective as aquatic aerobic exercise in treating women with fibromyalgia: a clinical, randomized and blind trial. **Advances In Rheumatology**, [S.L.], v. 60, n. 1, p. 1-10, 6 abr. 2020. Springer Science and Business Media LLC. <http://dx.doi.org/10.1186/s42358-020-0124-2>.

MINGORANCE, J. A.; MONTROYA, P.; MIRANDA, J. G. V.; RIQUELME, I. The Therapeutic Effects of Whole-Body Vibration in Patients With Fibromyalgia. A Randomized Controlled Trial. **Frontiers In Neurology**, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 1-10, 2 jun. 2021. Frontiers Media SA. <http://dx.doi.org/10.3389/fneur.2021.658383>.

NADAL-NICOLÁS, Y.; RUBIO-ARIAS, J. Á.; MARTÍNEZ-OLCINA, M.; RECHE-GARCÍA, C.; HERNÁNDEZ-GARCÍA, M.; MARTÍNEZ-RODRÍGUEZ, A. Effects of Manual Therapy on Fatigue, Pain, and Psychological Aspects in Women with Fibromyalgia. **International Journal Of Environmental Research And Public Health**, [S.L.], v. 17, n. 12, p. 4611-4624, 26 jun. 2020. MDPI AG. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph17124611>.

NEIRA, S. R.; MARQUES, A. P.; CERVANTES, R. F.; PILLADO, M.T. S.; COSTA, J. V. Efficacy of aquatic vs land-based therapy for pain management in women with fibromyalgia: a randomised controlled trial. **Physiotherapy**, [S.L.], v. 123, n. 0, p. 91-101, jun. 2024. Elsevier BV.

RODRÍGUEZ-MANSILLA, J.; MEJÍAS-GIL, A.; GARRIDO-ARDILA, E. M.; JIMÉNEZ-PALOMARES, M.; MONTANERO-FERNÁNDEZ, J.; GONZÁLEZ-LÓPEZ-ARZA, M. V. Effects of an Exercise for Well-Being and Physical Training Programme on Muscle Strength, Range of Movement, Respiratory Capacity and Quality of Life in Women with Fibromyalgia: a randomized controlled trial. **Journal Of Clinical Medicine**, [S.L.], v. 12, n. 3, p. 774, 18 jan. 2023. MDPI AG.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA. **Fibromialgia**. 2022. Disponível em: <https://www.reumatologia.org.br/doencas-reumaticas/fibromialgia-e-doencas-articulares-inflamatorias>>. Acesso em: 18 set. 2023.

SOUZA, J. B.; PERISSINOTTI, D. M. N. The prevalence of fibromyalgia in Brazil – a population-based study with secondary data of the study on chronic pain prevalence in Brazil. **Brazilian Journal Of Pain**, [S.L.], v. 1, n. 4, p. 345-348, dez. 2018. GN1 Genesis Network.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Integrative review: what is it? how to do it?. **Einstein (São Paulo)**, [S.L.], v. 8, n. 1, p. 102-106, mar. 2010. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1679-45082010rw1134>.

UDINA-CORTÉS, C.; FERNÁNDEZ-CARNERO, J.; ROMANO, A. A.; CUENCA-ZALDÍVAR, J. N.; VILLAFANE, J. H.; CASTRO-MARRERO, J.; ALGUACIL-DIEGO, I. M. Effects of neuro-adaptive electrostimulation therapy on pain and disability in fibromyalgia. **Medicine**, [S.L.], v. 99, n. 51, p. 23785, 18 dez. 2020. Ovid Technologies (Wolters Kluwer Health). <http://dx.doi.org/10.1097/md.00000000000023785>.

VITALIANO, G. C.; MARTINS, P. J.; MOREIRA, O. P. A.; VIEIRA, C. E. E. Relações entre sintomas depressivos, dor e impacto da fibromialgia na qualidade de vida em mulheres. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, Triângulo Mineiro, v. 8, n. 2, p. 266-274, fev. 2020.