

EFICÁCIA DA FISIOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DOR CRÔNICA EM MULHERES COM FIBROMIALGIA

EFFICACY OF PHYSIOTHERAPY IN THE TREATMENT OF CHRONIC PAIN IN WOMEN WITH FIBROMYALGIA

Alana Tábata dos Santos¹ – ESAS – Ensino Superior Albert Sabin
Orientador: Prof^o. Ms. Ronaldo Nunes Lima² – ESAS – Ensino Superior Albert Sabin

RESUMO: Introdução: A fibromialgia é uma patologia crônica reumática, onde apresenta dores generalizadas pelo corpo, com predominância em mulheres com idade de 40 - 50 anos, representando 4,2% desse público, no Brasil a estatística é de 5%. **Objetivo:** realizar uma abordagem referente a fisiopatologia, sintomas e diagnóstico, além de analisar como a atuação da fisioterapia pode contribuir com o tratamento e alívio das dores crônicas em mulheres portadoras da doença. **Metodologia:** trata-se de um trabalho com base em revisão de literatura de maneira descritiva, de ordem qualitativa, das quais, foram utilizadas bases de dados eletrônicos como LILACS, SCIELO, Biblioteca Virtual em Saúde e periódicos. onde 18 publicações foram selecionadas e incluídas na sua elaboração. **Resultado:** Os estudos selecionados evidenciam que a fibromialgia impacta de modo negativo a vida das mulheres com fibromialgia, mas a fisioterapia é um recurso eficaz no diagnóstico até o tratamento. **Conclusão:** O estudo apresenta de modo unânime o quanto a fibromialgia e a dor crônica impactam direta e indiretamente na qualidade de vida das mulheres, destacar o quanto a fisioterapia apresenta eficácia para mulheres portadoras de dor crônica decorrente da fibromialgia, pois é amplo as técnicas e recurso que o profissional pode utilizar para proporcionar prevenção, tratamento e reabilitação dessas mulheres. E reforça a importância de novos estudos sobre a temática.

Palavras-chave: Dor. Fibromialgia. Fisioterapia. Mulher.

ABSTRACT: Introduction: Fibromyalgia is a chronic rheumatic disease that presents widespread pain throughout the body, with a predominance in women aged 40-50 years, representing 4.2% of this population. In Brazil, the statistic is 5%. **Objective:** to carry out an approach regarding pathophysiology, symptoms and diagnosis, in addition to analyzing how the role of physiotherapy can contribute to the treatment and relief of chronic pain in women with the disease. **Methodology:** this is a work based on a descriptive, qualitative literature

review, from which electronic databases such as LILACS, SCIELO, Virtual Health Library and periodicals were used, where 18 publications were selected and included in its elaboration. **Result:** The selected studies show that fibromyalgia negatively impacts the lives of women with fibromyalgia, but physiotherapy is an effective resource in the diagnosis and treatment. **Conclusion:** The study unanimously shows how fibromyalgia and chronic pain directly and indirectly impact women's quality of life, highlighting how effective physiotherapy is for women with chronic pain resulting from fibromyalgia, as there are a wide range of techniques and resources that professionals can use to provide prevention, treatment and rehabilitation for these women. And it reinforces the importance of new studies on the subject.

Keywords: Pain. Fibromyalgia. Physiotherapy. Woman.

1. INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma patologia crônica reumática, onde apresenta dores espalhadas, ou até mesmo generalizadas pelo corpo, podendo o portador sentir mudanças no corpo, na parte mental, evoluindo em muitos casos para depressão ou ansiedade, sendo ainda uma doença com a que precisa de muitos estudos por não ter sua origem, causa claramente esclarecidas, mas que atinge em maioria as mulheres com idade de 40 - 50 anos, representando 4,2% desse público, no Brasil a estatística é de 5% (Alves et al., 2021).

Além de ser predominante em mulheres, essas também em sua grande parte apresentam fragilidade econômica, social, escolar e política. Mas segundo as estatísticas mundiais as ocorrências da patologia alternam entre 0,2% e 8%, sendo no Brasil esses dados podem corresponder a 2,5%, a dificuldade em protocolos padronizados para o diagnóstico, sintomas com muita variação, divergências entre cada paciente, impactam diretamente nos tratamentos (Costa; Ferreira; 2024).

A fisioterapia dentro da realidade vivenciada por muitas mulheres com fibromialgia, pode ajudar na qualidade de vida, por meio de técnicas aplicadas a parte física, mas também mediante um trabalho em parceria com outros profissionais de saúde como por exemplo: psicólogo, nutricionista, médico, personal, entre outros. Assim a fisioterapia por meio das

intervenções terapêuticas e suas técnicas auxilia na prevenção e tratamento de dores crônicas em mulheres com fibromialgia, ao educar essas mulheres, os fisioterapeutas com a importância do tratamento, as estimula a mudanças de hábitos biopsicossocial que resultará na melhora da qualidade de vida delas, por isso, é importante que o profissional esteja qualificado com teoria e prática para o atendimento a esse público específico, pois por meio do conhecimento, poderá conduzir adequadamente o caso clínico de modo individual de cada paciente (Peres, 2021; Castro et al.,2024).

A justificativa do trabalho, se destaca por sua relevância científica ao evidenciar como os profissionais fisioterapeutas podem apresentar técnicas e recursos terapêuticos não medicamentoso na prevenção e tratamento de dores crônicas em mulheres com fibromialgia. A fibromialgia apesar de ter muitos casos diagnosticados, ainda não tem cura, nem causas bem definidas, o que pode tardar o tratamento, então, a qualificação profissional é fundamental na identificação e início de tomada de conduta em relação a cada mulher de modo individualizado. O trabalho também contribui com a comunidade acadêmica, profissionais de saúde e social ao ampliar o conhecimento de todos ao identificar as necessidades das pessoas acometidas pela doença.

Diante do exposto, o objetivo do trabalho consiste em realizar uma abordagem referente a fisiopatologia da fibromialgia, de modo que ao longo de sua descrição seja possível compreender seus sintomas, como chegam ao diagnóstico, além de analisar como a atuação da fisioterapia pode contribuir com o tratamento e alívio das dores crônicas em mulheres portadoras da doença.

2 MARCO TEÓRICO

2.1 Fibromialgia e a fisioterapia

A expressão fibromialgia apareceu pela primeira vez em uma revisão de Hench em 1976, contudo, somente em 1981 foi reconhecida como uma síndrome. Geralmente, é marcada por dores fortes e espalhadas por diversas partes do corpo, ou seja, uma sensibilidade intensa, que pode ser sentida por contato suave. É comum as dores surgirem após batidas ou situações de tensão. Esta é uma enfermidade crônica, com inúmeros fatores

relacionados, multifatorial e não evolutiva, pois em avaliação física, laboratoriais e de imagens, não é comum encontrar achados de progressão ou início da doença, mas as manifestações das dores, continua sendo sua característica principal mencionada pelos pacientes (Garcia et. al., 2023).

A fibromialgia também é descrita como uma condição dolorosa prolongada, não inflamatória, de origem incerta, mas que se desenvolve no sistema músculo-esquelético, além de poder afetar outros sistemas e órgãos do organismo. A ausência de informações sobre a fisiopatologia permite que a depressão maior e a síndrome da fadiga crônica sejam confundidas com a fibromialgia dificultando seu diagnóstico, assim, a mulher com fibromialgia enfrenta um agrupamento de fatores externos quanto internos, durante toda sua rotina diária. É importante salientar que a crítica pelo cansaço e indisposição é comum, desse modo, a fisioterapia pode contribuir de diversas maneiras na qualidade de vida dessas pacientes, desde uma aplicação com aromaterapia até técnicas mais avançadas de no tratamento e prevenção de ansiedade, depressão e auxílio nas tensões musculares (Novato et al., 2024; Junior et al., 2023).

Trabalhar com fibromialgia é considerado um desafio, pois, é de suma importância conhecer a causa das patologias para iniciar um plano de tratamento para a mesma, mas como a fibromialgia tem etiologia não conhecida se torna complicado. Mas fisioterapeutas vem desenvolvendo meios de avaliação individual com base na Escala Visual Analógica, que avaliar o nível de dor do paciente, leva em consideração as particularidades de cada indivíduo, mas de modo geral os planos buscam rotinas de exercícios leves, e por tempo mais duradouro, para não sobrecarregar o corpo do paciente, evidenciando uma melhora após 8 semanas de treinamento, onde o organismo pode se beneficiar de diversas formas como melhorar seu desempenho, sua oxigenação, resistência entre outros (Muniz; Ferreira, 2022).

A fisioterapia “é uma área da saúde que se dedica à avaliação, prevenção, tratamento e reabilitação de distúrbios cinéticos funcionais (movimento e função do corpo)”. Onde algumas técnicas como acupuntura, terapia manual, pilates, eletroterapias e hidrocinestoterapia são utilizadas por fisioterapeutas como um recurso terapêutico não farmacológico, auxiliando em todo o processo de acompanhamento individual de mulheres com fibromialgia, o qual, mesmo sem a etiologia conhecida para melhor atuação mediante criação de protocolos com direcionamentos mais certos, os fisioterapeutas tem apresentado

resultados convincentes e relevante, promovendo exame físico, prevenção, tratamento, recuperação para as mulheres portadoras de fibromialgia (Alves et al., 2021).

3. MATERIAL E MÉTODO

A metodologia utilizada, trata-se de um trabalho com base em revisão de literatura de maneira descritiva, de ordem qualitativa, das quais, foram utilizadas bases de dados eletrônicos como LILACS, SCIELO, Biblioteca Virtual em Saúde e periódicos. Para a pesquisa do trabalho, foi realizada a leitura exploratória de 38 publicações, onde 18 dessas foram selecionadas e incluídas na sua elaboração. Foram utilizadas, como palavras-chave: Fisioterapia. Dor. Fibromialgia. Mulher. O levantamento de dados da pesquisa ocorreu no período de agosto de 2024 a maio de 2025.

Como critérios de inclusão, foram selecionadas publicações na íntegra, gratuitas, em língua portuguesa e inglesa, com foco em intervenções fisioterapêuticas. Foram excluídas as publicações que não contemplaram as palavras-chave, além daqueles publicados em outras línguas, que não atendia a temática abordada, resumos e que se concentrassem em uma abordagem farmacológica.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados indicam que a síndrome da fibromialgia afeta de forma direta ou indireta os aspectos corporal, social e emocional das mulheres afetadas, resultando em uma atenção especial à qualidade de vida dessas pacientes, além da eficácia da fisioterapia na dor crônica de mulheres com fibromialgia. A tabela 1 resume os artigos escolhidos para a revisão sistemática, contendo o nome do autor, o ano de publicação, tipo de estudo, o objetivo principal e os resultados importantes.

Tabela 1 : Estudos que compõe os resultados e discussão.

AUTOR (ANO)	TIPO DE ESTUDO	OBJETIVO PRINCIPAL	RESULTADOS IMPORTANTES
Almanza et al.	Revisão narrativa e	Debater as hipóteses	A recuperação de

(2023).	analítico	etiológicas e fisiopatológicas para desenvolvimento da fibromialgia.	distúrbios sistêmicos oferece uma vasta gama de opções terapêuticas, com a capacidade de auxiliar profissionais na definição de objetivos e técnicas de avaliação.
Arantes et al. (2022).	Estudo exploratório e bibliográfico	Descrever a relação entre a prática de atividade física e a melhora sintomatológica da fibromialgia	Afirma que a prática constante de exercícios físicos de intensidade baixa resulta em benefícios a longo prazo para a saúde, quanto aos aspectos físico e mental de pacientes com fibromialgia.
Costa et al. (2021).	Estudo transversal, Descritivo, exploratório, qualitativo e quantitativo	Descrever as experiências cotidianas de mulheres com fibromialgia e o seu reflexo na qualidade de vida	As experiências das participantes incluíram o desconhecimento da síndrome, o tratamento em polifarmácia, o isolamento, as dificuldades na realização de atividades rotineiras. Indicando tanto no âmbito quantitativo quanto quantitativo o comprometimento da qualidade de vida.
Costa; Ferreira. (2024).	Estudo qualitativo, descritivo e exploratório	Analisar as representações sociais da fibromialgia baseadas em seus	A dor, como fenômeno subjetivo, dificulta sua legitimidade, o diagnóstico e a terapêutica,

		sintomas e suas influências no diagnóstico e na terapêutica.	potencializando o sofrimento. Informações insuficientes geram julgamentos, estereótipos e preconceitos.
Campos (2021).	Estudo observacional, transversal	Avaliar o impacto da Fibromialgia na qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) de pacientes tratados em serviços especializado sem Portugal, na atenção (secundário ou terciário) e identificar os aspectos sociodemográficos, clínicos e psicológicos que estão relacionados à QVRS.	Destaca que a fibromialgia gera efeito negativo QVRS, referente aos aspectos físicos, emocional e social, com a dimensão física sendo a mais impactada.
Cohen et al. (2021).	Estudo transversal	Abordar a dor no contexto da fibromialgia.	A dor crônica pode ser assemelhada a uma patologia, e por isso a sua redução dentro do quadro de fibromialgia atua diretamente na melhora da qualidade de vida das pacientes.
Ascenso et al. (2021).	Estudo revisão bibliográfica	abordar a fibromialgia e suas consequências no cotidiano do	A fibromialgia é uma enfermidade de grande importância, pois pode

		paciente	afetar o paciente de várias maneiras, apresentando sintomas persistentes.
Inácio et al. (2024).	Estudo revisão bibliográfica	Compreender como a literatura científica aborda a interface da fibromialgia em mulheres e psicologia, entre os anos de 2019 e 2023.	A fibromialgia tem um impacto negativo em diversas áreas da vida feminina, causando perdas e transformações.
Gois et al., (2025).	Estudo transversal, qualitativo.	Avaliar experiências sobre relação terapeuta/paciente e com a equipe multidisciplinar.	Fisioterapeutas enfrentam barreiras comunicativas com a equipe multidisciplinar utilizando recursos comunicativos para facilitar a acessibilidade profissional.
Oliveira, Cardoso; (2024).	Estudo revisão bibliográfica	Compreender a eficácia da fisioterapia no tratamento da fibromialgia, avaliando as técnicas utilizadas para o alívio da dor e a melhora da qualidade de vida dos pacientes.	O papel da fisioterapia é fundamental no tratamento da fibromialgia, proporcionando alívio da dor e aprimoramento funcional aos pacientes.

O estudo de Almanza et al., (2023), aponta que debate a respeito das hipóteses de etiologia e fisiopatologia relacionada a fibromialgia, onde em seu estudo analítico o Irã e Brasil apresentam as maiores estatísticas de mulheres com dor crônica resultante da fibromialgia, pois a cada 5 mulheres apenas 1 homem apresenta a doença. A compreensão da etiologia se faz necessário para melhor abordagem da mesma, reduzindo diagnósticos

equivocados e tratamentos tardios, uma vez que no cenário atual, tem causas consideradas multifatoriais. Mas o destaque desse estudo é associar o Sistema Nervoso Autônomo a etiologia e fisiopatologia, em que relata que “a fibromialgia tem seu declínio relacionada a substância cinzenta que envolve o cérebro, conhecida como córtex do cérebro, área mais externa do mesmo envolvendo fatores do estresse e processo da dor, o que pode justificar os diversos sintomas de acordo com os relatos de cada paciente, assim como a dificuldade de diagnosticar. Assim o estudo reforça ainda, a importância de reverter o equilíbrio no SNA, pois assim, permite os fisioterapeutas promover inúmeras formas de estratégias terapêuticas efetivas que podem auxiliar profissionais a traçar suas metas de tratamento e aprimorar técnicas de avaliação.

De modo geral, as mulheres com fibromialgia que realizam algum tipo de exercício físico, como natação, dança e outros citados de modo generalista, descreve que há uma melhora expressiva da qualidade de vida, mas que muitas usam o medicamento como primeira opção, por falta de estímulos ou conhecimento aos exercícios, o estudo reforçou ainda a importância de mais pesquisas que descrevesse melhor quais exercícios e o tempo de duração para melhor precisão dos achados. Pois a prática regular de atividade física impacta na redução das manifestações clínicas (Arantes et al., 2022).

“Qualidade de vida é um termo subjetivo que se refere ao conhecimento do próprio existir”, nesse contexto o foi elaborado uma combinação de abordagem quantitativa mediante questionário *Fibromyalgia Impact Questionnaire* com 19 questões e qualitativo por entrevistas, onde participaram 8 mulheres com idades entre 43 e 74 anos, onde a publicação mostrou que a maioria tem pouco conhecimento da patologia se limitando aos sinais e sintomas, muitas mulheres só buscam ajuda depois de excessivas dores e tensão muscular matinal, tornado o diagnóstico tardio. Fazem uso de ao menos um analgésico opioide ou não com exercícios assistido por fisioterapeuta, porém o uso de medicação não apresentou melhora na qualidade de vida das pacientes, enquanto os exercícios físicos apresentam melhoras em diversos aspectos da vida das pacientes tais como sociais, mental e físico, mas relatam que realizar as atividades também não é simples, pois exige muito de todo o organismo, por isso a importância de acompanhamento individualizado por profissional fisioterapeuta capacitado (Costa et al., 2021; Ascenso et al., 2021).

Um estudo realizado em Portugal com 134 participantes com fibromialgia, avaliou a qualidade de vida relacionada a saúde (QVRS) na atenção secundária e terciária com base em coleta de dados mediante questionário genérico e específico analisando a forma de vida diária, quadro clínico de saúde, fatores socioeconômico, além de fatores psicológico que envolvem patologias como ansiedade e depressão, onde foi evidenciado que a fibromialgia causa impacto negativo na QVRS, sendo a atenção terciária e secundária muito afetadas respectivamente, por isso, requerem táticas de gestão tanto para análise quanto para aplicação, devendo levar em conta meios de enfrentamento e o apoio social para melhorar a qualidade de vida das pacientes (Campos, 2021).

Ao Avaliar a dor no contexto de mulheres com fibromialgia, ressalta que a minimização de dores crônica é complexo, pois pode ter a causa em vários pontos, mas é fundamental, mas resolução é fundamental, uma vez que 30% de todo o mundo afetado com dores impactam na vida pessoal, econômica e biopsicossocial, desse modo é necessário acompanhamento “de tratamento multimodal e interdisciplinar personalizada”, com apoio familiar, estilo de vida adequado, tratamentos integrativos, promovendo a qualidade de vida. Pois, a dor gera impactos inclusive de preconceito por parte de quem não compreende e julga, esse padrão construído pela sociedade precisa ser desconstruído para melhor consciência e amparo dessas mulheres com fibromialgia (Cohen et al., 2021; Costa; Ferreira, 2024).

Gois et al., (2025); Inácio et al., (2024), reforçam o quanto o tema fibromialgia é complexo, e afeta as mulheres negativamente no âmbito corporal, mental, social, conjugal, sofre preconceito por parte de estranhos. Assim, cabe a fisioterapia juntamente com equipe multidisciplinar mediante políticas públicas que a auxilie no planejamento, desenvolvimento e aplicação de estratégias que venham a beneficiar as mulheres portadoras de fibromialgia. Para trabalhar com a fibromialgia, é necessário fisioterapeuta com um vasto conhecimento técnico e prático, bem como habilidade de comunicação eficaz com os pacientes, seus familiares e o reconhecimento de toda a equipe envolvida. Portanto, abordagens como encontros, utilização de canais de comunicação e relatórios são essenciais. A relação entre terapeuta e paciente é benéfica quando inclui elementos como escuta ativa, respeito, profissionalismo, comprometimento, conexão terapêutica aberta, segura, humanizado com a paciente, demonstrando progresso clínico, confiança e educação do paciente.

As técnicas de fisioterapia são eficientes no controle da dor e na elevação da qualidade de vida das mulheres com fibromialgia. Métodos como cinesioterapia, hidroterapia e eletroterapia foram ressaltados como especialmente vantajosos, favorecendo a diminuição da dor, o aumento da flexibilidade muscular e a melhoria do sono. Também se destaca a importância da abordagem multidisciplinar, que envolve a colaboração entre fisioterapeutas e equipe multidisciplinar, como condicional para o sucesso terapêutico (Oliveira, Cardoso; 2024).

5-CONCLUSÃO

Ao longo da elaboração desse estudo, o mesmo apresenta de modo unânime o quanto a fibromialgia e a dor crônica impactam direta e indiretamente na qualidade de vida das mulheres, em diversos aspectos, econômico, social, na relação conjugal, de trabalho, na rotina diária e no âmbito psicológico. Por tanto, a necessidade de profissionais fisioterapeutas especializados nesse público é real e urgente, além de ampliar esse atendimento para além de clínicas particulares, como para atenção básica, atendimento hospitalar, home care, assim como a elaboração de políticas públicas por entidades de saúde governamentais, para maior divulgação educativa e de acolhimento dessas mulheres com fibromialgia, pois os autores deixam evidente a ausência de conhecimento da maioria das pacientes que muitas vezes se limitam apenas a sintomatologia.

O estudo se faz necessário, para destacar o quanto a fisioterapia apresenta eficácia para mulheres portadoras de dor crônica decorrente da fibromialgia, pois é amplo as técnicas e recurso que o profissional pode utilizar para proporcionar prevenção, tratamento e reabilitação dessas mulheres. Mas vale reforçar que por se tratar de uma patologia ainda de difícil diagnóstico devido a vasta sintomatologia, e desconhecimento de sua etiologia de modo já padronizado, então cabe mais estudos sobre a temática, com mais testes práticos, pesquisas com maior quantidade de amostra, para que valide mais recursos e técnicas desenvolvidas para proporcionar qualidade de vida as pacientes.

REFERÊNCIAS

ALMANZA, A. P. M. C. et al. Etiology and pathophysiology of fibromyalgia. **Rev. Cienc. Saude**. v.13, n. 3, p. 3-9. 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.21876/rcshci.v13i3.1420.2236-3785/>. (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.pt_BR). Acesso em: 23 abr. 2025.

ALVES, Laila Moreira et al. Atuação da fisioterapia no tratamento de pacientes com fibromialgia. **Cadernos Camilliani** e-ISSN: 2594-9640, [S.l.], v. 18, n. 3, p. 3037-3051, set. 2021. ISSN 2594-9640. Disponível em: <<https://www.saocamiloes.br/revista/index.php/cadernoscamilliani/article/view/518>>. Acesso em: 01 abr. 2025.

ALVES, Iremar José. **A importância da atuação do fisioterapeuta no alívio da dor na fibromialgia**. 2021. 28p. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia)–Faculdade Pitágoras, Ipatinga, 2021. Disponível em: <https://faculadepitagoras.br/tcc-fibromialgia>. Acesso em: 18 maio 2025.

ARANTES, M. de O. et al. **Fibromialgia e exercícios físicos: uma revisão de literatura**. E-Acadêmica, [S. l.], v. 3, n. 1, p. e2331122, 2022. DOI: 10.52076/eacad-v3i1.122. Disponível em: <https://mail.eacademica.org/eacademica/article/view/122>. Acesso em: 20 maio. 2025.

ASCENSO, L. R. S.; PIRES, A. C.; FIGUEIREDO MACIEL, G.; TOSTA, I. R.; SANTOS, P.; MOREIRA, S. B.; MENDES, M. C. Fibromialgia e suas consequências no cotidiano do paciente / Fibromyalgia and its consequences in patient's everyday. **Brazilian Journal of Development**, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 17234–17237, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n2-380. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/24950>. Acesso em: 12 abr. 2025.

CAMPOS, Ricardo Pereira. **Impacto da fibromialgia na qualidade de vida relacionada com a saúde: correlatos sociodemográficos**, clínicos e psicológicos. 2021. Disponível em: <https://portalcientifico.sergas.es/documentos/61933e346a8ab2204173b86d?lang=en>. Acesso em: 30 abr. 2025.

CASTRO, A. P. dos R.; Ferreira Lemos, B.; Pinheiro, G. K.; Pasqualotto, K. G.; Martins, L. C.; Enohi, R. T. O impacto da fibromialgia na qualidade de vida de adultos acometidos por essa patologia. **Revista Científica Integrada**, [S. l.], v. 7, n. 1, p. e202413, 2024. DOI: 10.59464/2359-4632.2024.3178. Disponível em: <https://revistas.unaerp.br/rci/article/view/3178>. Acesso em: 29 abr. 2025.

COHEN, S. P., Vase, L., Hooten, W. M. **Chronic pain: an update on burden, best practices, and new advances**. *Lancet*, v. 29; n. 397(10289): p. 2082-2097. 2021. Disponível em: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00393-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00393-7). Acesso em: 17 Março 2025.

COSTA, L. P.; FERREIRA, M. DE A. The (in) visibility of fibromyalgia through its symptoms and the challenges of its diagnosis and therapy. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 77, n.

2, p. e20230363, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2022-0299en>. Acesso em: 10 março 2025.

COSTA, Thayná Morais e; SILVA-RODRIGUES, F.M; PERES, F.D.B; PADULA, M.P.C Experiências e qualidade de vida de mulheres com fibromialgia. **Revista Brasileira de Desenvolvimento**, [S. l.], v. 6, pág. 54365–54379, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n6-030. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/30655>. Acesso em: 15 abr. 2025.

GARCIA, C. B. M. de S.; RODRIGUES, N. B.; CARDOSO, M. F. R. G.; MARQUES JÚNIOR, T. da S.; SUWA, D. P. P.; GOMES, A. L. C; NASCIMENTO, R. L. B. O manejo da dor em indivíduos que possuem fibromialgia: uma revisão integrativa de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, [S. l.], v. 5, n. 5, p. 3467–3478, 2023. DOI: 10.36557/2674-8169.2023v5n5p3467-3478. Disponível em: <https://bjih.emnuvens.com.br/bjih/article/view/869>. Acesso em: 28 abr. 2025.

GOIS, Izabel Crystina Mota; Silva, Francielly Azevedo Da; Silva, Milena De Jesus Da; Santos, Monique Oliveira Dos; Santana, Josimari Melo De Santana. “Tudo Começa Pela Escuta”. Relação de fisioterapeutas com a equipe e pacientes com fibromialgia: estudo qualitativo. **Anais do Congresso Brasileiro da Associação Brasileira de Fisioterapia Traumatológica - ABRAFITO**, [S. l.], v. 4, n. 1, 2025. Disponível em: <https://seer.uftm.edu.br/anaisuftm/index.php/abrafito/article/view/2465>. Acesso em: 20 maio. 2025.

INACIO, Amáville das Neves; MORÉ, Carmen Leontina Ojeda Ocampo; PALUDO, Isadora Cristina Putti. **Interfaces entre fibromialgia em mulheres e psicologia: uma revisão integrativa**. *Psicologia Argumento*, [S. l.], v. 42, n. 118, 2024. DOI: 10.7213/psicolargum.42.118.AO12. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/psicologiaargumento/article/view/31476>. Acesso em: 1 abr. 2025.

JUNIOR et al., Utilização de metodologia da problematização no desenvolvimento de uma ação educativa em saúde com uso de óleos essenciais e massagem. **Revista ELO - Diálogos em Extensão Viçosa, MG - Volume 12**, 2023. Disponível em <https://periodicos.ufv.br/elo/article/view/15107/7851>. Acesso em: 10 abr. 2025.

MUNIZ, Andrielle Ramos; FERREIRA, Tairo Vieira. Benefícios da fisioterapia em pacientes com fibromialgia: revisão bibliográfica. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**. São Paulo, v.8.n.05. maio. 2022.ISSN -2675 –3375. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/5808/2222>. Acesso em: 22 março 2025.

NOVATO, Fernanda Silva et al. A eficácia da aromaterapia associada a massagem relaxante no tratamento da fibromialgia em mulheres com transtorno depressivo e de ansiedade. **Revista de trabalhos Acadêmicos – Centro Universo Juiz De Fora**, vol. 1, n. 20. 2024. Disponível em: <http://www.revista.universo.edu.br/index.php?journal=1JUIZDEFORA2&page=article&op=view&path%5B%5D=14559>. Acesso em: 08 abr. 2025.

OLIVEIRA, Alcileia Pena de; CARDOSO, Leigiane Alves. A atuação do fisioterapeuta no alívio da dor em pacientes com fibromialgia. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 10, p. 4266–4278, 2024. DOI: 10.51891/rease.v10i10.16298. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/16298>. Acesso em: 20 maio. 2025.

PERES, R. S. **Experiences of fallingill with fibromyalgia: An incursioninto the collectiveimaginary of women.** *Paideia*, v. 31. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3140>. Acesso em: 28 Março 2025.

AGRADECIMENTOS

Sou grata a todos que colaboraram, direta ou indiretamente, para a realização deste trabalho, promovendo meu processo de aprendizagem. Agradeço especialmente a Deus por cada novo dia, por me permitir atingir meu propósito nesta etapa da vida, que é a almejada graduação em fisioterapia. Agradeço a minha mãe, esposo e filhos pelo apoio diário através de palavras de incentivo, pelo sentimento expressado “orgulho de ter uma filha/esposa/mãe estudando para se tornar fisioterapeuta”, pelo transporte, pelo companheirismo, pela atenção, pela preocupação, por dividir os momentos de alegria tristeza, choro, desânimo cansaço, pois tudo fez parte do processo nessa formação.

Não posso deixar de expressar minha gratidão aos professores, especialmente ao meu orientador, que proporcionou a base para o ensino, conhecimento e aprendizagem, por meio de sua experiência como professor e profissional atuante na assistência educacional. Minha sincera gratidão a todos os docentes e a toda a equipe da faculdade.