

## **RELEVÂNCIA SOCIAL DO PROJETO DE INOVAÇÃO FIBROMIALGIA E DOR MIOFASCIAL – ATENDIMENTO MULTIPROFISSIONAL**

Renata Parisotto<sup>a</sup>, Erika de Oliveira<sup>b</sup>, Fabiana Fortuna<sup>b</sup>, Bruna Bonfanti<sup>b</sup>, Gabriela Novelo<sup>b</sup>, Denise Silva<sup>b</sup>, Aline da Silva Reis<sup>b</sup>, Tainan Nunes<sup>b</sup>, Valéria Moraes<sup>b</sup>, Ariane Belinot<sup>c</sup>, Ana Carolina Danaluz<sup>c</sup>, Queli Defaveri Varela Cabanellos<sup>c</sup>, Ana Cláudia Baratieri Zampieri<sup>a</sup>, Lidiane Barazzetti<sup>b\*</sup>

a) Curso de Psicologia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS.

b) Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS.

c) Curso de Farmácia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS

### **\*Lidiane Barazzetti**

Lidiane Barazzetti, Rua Os Dezoito do Forte,  
2366. Caxias do Sul – RS.  
CEP: 95020-472.  
lidiane.barazzetti@fsg.edu.br

### **Palavras-chave:**

Fibromialgia. Projeto de Extensão.  
Fisioterapia. Psicologia.

### **Resumo**

A fibromialgia ou síndrome da fibromialgia (FM) é uma condição reumatológica que causa dor generalizada em diversos pontos do corpo, sendo percebida especialmente na musculatura. Outras condições associadas à doença são o sono não restaurador, a fadiga, a dor de cabeça crônica, problemas de memória a curto prazo, visão borrada, cólon irritável e outras alterações intestinais. frequentemente, é relacionada à depressão e à ansiedade. O Projeto de Extensão “Fibromialgia e Dor Miofascial – Atendimento Multiprofissional”, atende pacientes da região através da fisioterapia aquática, auxílio psicológico e orientações farmacológicas. Este estudo se caracteriza por uma revisão da literatura, nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online (SCIELO)*, *Physiotherapy Evidence Database (PEDro)*, PubMed, *Cochrane Database Systematic Reviews*. Também estimula o desenvolvimento de competências e habilidades inerentes às áreas de formação, por meio da participação dos estudantes em eventos da área. Além de proporcionar experiência aos acadêmicos, o trabalho é de grande importância para a sociedade, visto que não há outros espaços onde o paciente fibromiálgico tenha um olhar integral sobre seu sofrimento físico e mental.

## **1 INTRODUÇÃO E REFERENCIAL TEÓRICO**

A fibromialgia ou síndrome da fibromialgia (FM) é uma condição reumatológica que causa dor generalizada em diversos pontos do corpo, sendo percebida especialmente na musculatura. Outras

condições associadas à doença são o sono não restaurador, a fadiga, a dor de cabeça crônica, problemas de memória a curto prazo, visão borrada, cólon irritável e outras alterações intestinais. Além disso, a fibromialgia, frequentemente, é relacionada à depressão e à ansiedade. (CARVALHO; MALAGRIS; RANGÉ, 2019). Por ser uma síndrome de amplificação da dor, pessoas com o diagnóstico, apresentam alta sensibilidade a estímulos térmicos, mecânicos e dolorosos, quanto ao tato. Além disso, a hipersensibilidade se estende aos estímulos luminosos, sonoros e olfatórios. (BARTKOWSKA et al., 2018).

Segundo Alves et al. (2016), a fibromialgia está ligada à sensibilização das vias de transmissão da dor no sistema nervoso central (SNC). Assim como se observa em outras síndromes, não possui uma manifestação clínica específica, caracterizando-se por um conjunto de sinais e sintomas, que variam de leves a intensos. Sua etiologia não é definida, porém, acredita-se, em causas multifatoriais, sendo que aspectos genéticos e psicológicos exercem papel sobre o desenvolvimento da doença (FREITAS et al., 2017).

Diversos estudos publicados dão uma dimensão das consequências individuais, familiares e sociais da fibromialgia. Embora não seja caracterizada pela mortalidade, a síndrome gera um grande impacto na capacidade funcional em áreas como trabalho, lazer e relacionamento familiar, sendo desgastante física e emocionalmente (CORDEIRO et al., 2020). O comprometimento funcional, ou seja, a incapacidade do indivíduo em manter suas atividades de forma independente foi observado nos estudos de Cardoso et al. (2011). Os mesmos mostram uma redução da força muscular em pacientes com fibromialgia, nos membros superiores e inferiores, além de redução na distância percorrida durante o Teste de Caminhada de seis minutos (TC6). É comum também que a flexibilidade, especialmente da coluna vertebral, encontre-se alterada, levando a dor de distribuição axial, que vai desde a cervical até região lombar (MOREIRA, et al. 2019).

A literatura traz ainda o impacto negativo da fibromialgia sobre o sono. As principais queixas dos pacientes estão relacionadas à insônia, sensação de cansaço ao acordar, redução das horas dormindo e aumento no número de interrupções do sono por noite. Esses sintomas dificultam o sono restaurador e aumentam a sonolência diurna (AVILA, et al. 2014). Em mulheres, público em que a doença é predominante, Ferreira et al. (2013), observou que a taxa de disfunção sexual e a porcentagem de falta de atividade sexual são maiores em pacientes portadoras da doença, quando comparadas aos resultados de pacientes com lúpus eritematoso sistêmico (LES), artrite reumatóide (AR), esclerose sistêmica (ES) e síndrome do anticorpo antifosfolípide (SAF).

O tratamento farmacológico da fibromialgia requer acompanhamento médico e pode incluir o uso de antidepressivos, serotoninérgicos e noradrenérgicos e anticonvulsivantes, porém, observa-se que isoladamente, a abordagem farmacológica é limitada e não apresenta, em sua maioria, resultados satisfatórios (NELSON, 2015). Por esse motivo e por ser um quadro com uma sintomatologia diversa, é necessário que o atendimento ao paciente com fibromialgia seja multidisciplinar. Além de médicos, o tratamento adequado inclui fisioterapeutas, psicólogos, farmacêuticos, nutricionistas e educadores físicos, sendo a atividade física a intervenção não farmacológica com maior nível de evidência de benefício (DA SILVA RODRIGUES, et al. 2022).

Conviver com a fibromialgia também exige um considerável esforço mental. Em pesquisa com um grupo composto por vinte e cinco mulheres com fibromialgia, Ramiro et al. (2014), observou que elas apresentaram maior prevalência (96%) de estresse, quando comparado com o grupo de mulheres que não possuíam a doença. Eventos estressores agudos precedam a ocorrência dos sintomas depressivos, sendo que o estresse diário pode manter e/ou aumentar a probabilidade de recorrência da depressão. Assim, parece haver uma relação repetitiva entre estresse e depressão, de modo que os pacientes ficam em um ciclo vicioso. Para que se possa pensar em estratégias para minimizar as consequências da fibromialgia e diminuir a intensidade da dor, a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) é recomendada (CARVALHO; MALAGRIS; RANGÉ, 2019).

O Centro Universitário da Serra Gaúcha (FSG) é uma instituição de ensino superior reconhecida pelo seu protagonismo no desenvolvimento de propostas educacionais instigadoras, com reconhecimento do Ministério da Educação (MEC). O Curso de Fisioterapia abrange diferentes áreas, onde o aluno é estimulado e instigado a participar de atividades práticas, seja em estágios extracurriculares, estágios obrigatórios, monitorias ou através de bolsas de pesquisa e extensão (FSG, 2022). Com o objetivo de proporcionar mais qualidade de vida aos indivíduos com fibromialgia, dando ênfase às suas habilidades e os entendendo como sujeitos biopsicossociais, o Projeto de Extensão “Fibromialgia e Dor Miofascial – Atendimento Multiprofissional” teve início no ano de 2008. Em 2021, após reestruturação, através dos projetos de inovação, passou a ter um caráter de atendimento multiprofissional. Assim, acadêmicos do curso de psicologia, farmácia e outras áreas da saúde foram integrados ao projeto ou realizam atividades pontuais no mesmo (REIS et al., 2022).

Sob coordenação Curso de Graduação em Fisioterapia, atualmente, são atendidas por acadêmicos, sob supervisão docente, oito pacientes, moradoras de Caxias do Sul e cidades vizinhas. As mesmas realizam fisioterapia aquática, contando com auxílio psicológico, orientações farmacológicas e de outras áreas da saúde. Além disso, o projeto estimula o desenvolvimento de

---

competências e habilidades inerentes às áreas de formação, capacita os acadêmicos da saúde para abordagens multiprofissionais e interdisciplinares, e incentiva a produção de conhecimento científico, por meio da participação dos acadêmicos em eventos da área. O Projeto é a única iniciativa multidisciplinar voltada especificamente à fibromialgia, ofertada à população, com baixo custo, na região da serra gaúcha. Considerando seu caráter inovador, este trabalho tem como objetivo revisar a literatura sobre o tratamento multidisciplinar da fibromialgia e a importância social de propostas de extensão voltadas à comunidade que abarquem a complexidade do tratamento da síndrome.

## **2 METODOLOGIA**

Este estudo se caracteriza como uma revisão da literatura. Os acadêmicos que integram o Projeto “Fibromialgia e Dor Miofascial – Atendimento Multiprofissional” contemplaram a atribuição de realizar a busca eletrônica e bibliográfica acerca de terapêuticas para tratamento da condição de saúde fibromialgia, nas áreas de fisioterapia, psicologia e farmácia ou terapêuticas com abordagem multiprofissional.

As buscas bibliográficas foram realizadas no mês de abril de 2023, embasadas em periódicos do *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), *Physiotherapy Evidence Database* (PEDro), PubMed, *Cochrane Database Systematic Reviews* e pela bibliografia eletrônica disponibilizada na Biblioteca Virtual do Centro Universitário da Serra Gaúcha. A seleção das temáticas ocorreu a partir da presença de descritores como [fibromyalgia/fibromialgia]; [atendimento multidisciplinar]; [qualidade de vida/health quality]; [psicologia]; [extensão universitária]; [tratamento fisioterapêutico]; [tratamento psicológico], sem restrição ao ano de publicação destes, porém dando preferência para publicações mais atuais.

## **3 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS**

### **3.2 Tratamento multidisciplinar para pacientes com fibromialgia**

Para que haja a melhora dos sintomas e da qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia, é necessário que a conduta terapêutica seja multidisciplinar, unindo tratamento farmacológico e não-farmacológico. As intervenções não medicamentosas incluem, principalmente, a prática de atividade física e a terapia cognitivo-comportamental (TCC) (OLIVEIRA JÚNIOR, 2018).

Um dos exercícios físicos mais recomendados pela fisioterapia como parte do tratamento da síndrome é a hidroterapia, também chamada de fisioterapia aquática. Geralmente praticada em água aquecida entre 32 e 33 graus Celsius, o método tem se mostrado eficaz por proporcionar bem-estar, condicionamento físico, aumento da amplitude de movimento, da circulação sanguínea, redução da dor e dos espasmos, além de relaxamento muscular aos pacientes (ZAMUNÉR et al., 2019). Também promove melhora da qualidade do sono, capacidade funcional, situação profissional e distúrbio psicológicos (SILVA et al., 2012).

Um dos mecanismos que explica a melhora da dor com os exercícios na água, é a combinação de pressão hidrostática e temperatura nas terminações nervosas, o que levaria a estímulos competitivos que diminuiriam a entrada nociceptiva periférica. A imersão em água também pode reduzir as respostas neuromusculares ou desencadear mecanismos inibitórios, com uma redução geral nas transmissões neurais, o que impactaria não apenas na fadiga percebida, mas também no estímulo nociceptivo, reduzindo a percepção da dor (ZAMUNÉR et al., 2019)

Uma técnica bastante utilizada na fisioterapia aquática é o Watsu. Conforme Cunha e colaboradores (1998), este método, que foi criado por Harold Hull em 1980, é capaz de auxiliar nos danos corporais sofridos pelos pacientes com diagnóstico de fibromialgia. O método terapêutico consiste na combinação de movimentos do Zen Shiatsu com alongamentos. Neste conceito, o paciente permanece flutuando com o auxílio do terapeuta enquanto realiza alongamentos e rotações de tronco, o que proporciona uma sensação de relaxamento profundo (VITORINO; PRADO, 2004) (BIASOLI; MACHADO, 2006).

Um quadro de dor crônica tem consequências sérias na vida de quem sofre com o problema, trazendo prejuízos físicos, mas também emocionais. Os indivíduos acometidos pela síndrome buscam por um alívio que dificilmente é encontrado, o que pode levar a sentimentos de tristeza, desmotivação e desesperança. Por isso, começar um tratamento psicológico com a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) é extremamente importante (CARVALHO; MALAGRIS; RANGÉ, 2019). Além de encontrar formas para manejar a dor crônica, o objetivo da TCC é aumentar o controle dos pacientes sobre os comportamentos pessoais relacionados à dor e modificar os padrões de pensamento considerados disfuncionais (BENNETT e NELSON, 2006),

Conforme CARVALHO; MALAGRIS; RANGÉ (2019), um dos comportamentos mais comuns, que pode ajudar a manter a dor, é a esquiva. Muitos pacientes com fibromialgia deixam de fazer atividade física, por imaginarem que vão sentir mais dor e que é impossível manter uma rotina

---

ativa. No entanto, desde que se respeite o condicionamento físico individual, praticar atividade física é parte fundamental do tratamento. Como ressaltam os autores, a dor é um estímulo desagradável, e, por isso, é normal, as pessoas adotarem comportamentos de fuga de situações associadas a ela. Porém, com o passar do tempo, essa estratégia reforçará a ideia de que o paciente é incapaz de lidar com a fibromialgia. Por essa e outras razões que podem estar ajudando a manter o problema, é que a TCC se torna parte importante no tratamento multidisciplinar. Algumas técnicas utilizadas durante a psicoterapia são: relaxamento muscular progressivo de Jacobson; relaxamento passivo e respiração diafragmática; reestruturação cognitiva; treinamento de habilidades sociais e ativação comportamental (GLASS, 2018).

Em relação ao tratamento medicamentoso da fibromialgia, o acompanhamento médico é fundamental. O profissional poderá optar por inúmeras alternativas como amitriptilina, ciclobenzaprina, nortriptilina, inibidores seletivos de recaptação da serotonina (fluoxetina em altas doses), antidepressivos bloqueadores de serotonina e noradrenalina (duloxetina e milnaciprano), antidepressivo inibidor da MAO (moclobemida), medicamento antiparkinsoniano pramipexol, analgésicos simples e os opiáceos leves, tramadol, tropisetrona, neuromoduladores (gabapentina e pregabalina), zopiclona e zolpidem. Dada a complexidade destes quadros, é fundamental que o paciente siga as orientações médicas. Aponta-se para a eficácia desses medicamentos para o alívio da dor, melhora da capacidade funcional e do sono (HEYMANN, et al. 2010).

Visto que o tratamento da fibromialgia deve ser realizado com base em terapias múltiplas, além do médico, o farmacêutico também é um profissional de grande importância para o tratamento da fibromialgia. De acordo com o Conselho Federal de Farmácia (2020), o farmacêutico deve contribuir para a adaptação do paciente à terapia escolhida, reconhecendo casos de efeitos adversos que, por vezes, podem ser prejudiciais, uma vez que tendem a reduzir a adesão e a continuidade do tratamento. É necessário ainda identificar o uso abusivo de medicamentos para aliviar as dores, como anti-inflamatórios e analgésicos, administrados por meio de automedicação, pois o excesso dos mesmos é capaz de alterar funções vitais do organismo e causar lesões significativas.

### **2.3 Importância social de projetos de extensão voltados à comunidade**

O surgimento da extensão universitária no Brasil, se deu, conforme DE PAULA (2013), no início do século passado, na Universidade aberta de São Paulo, por meio de projetos abertos à comunidade. Até hoje, é considerada um dos pilares do ensino superior no país, por fomentar a formação profissional e a transformação social (PAULA, 2013). Como prática acadêmica, os projetos

---

de extensão tem como objetivo interligar a universidade, em suas atividades de ensino e pesquisa com as demandas da sociedade (COSTA et al., 2022).

Segundo SANTOS et al. (2017), a extensão acadêmica está diretamente ligada aos problemas reais que envolvem a sociedade, sendo uma ponte permanente com a mesma. Para o autor há uma troca de conhecimentos, em que a universidade aprende com a comunidade sobre seus valores, podendo, dessa forma, planejar e executar as atividades de extensão que respeitem a cultura popular (SANTOS et al., 2017). LIMA (2003), acrescenta que a universidade deve estar inserida permanentemente na comunidade para que, através da troca de experiências, a população se identifique como sujeito de sua própria história e mude sua condição de vida.

De acordo com SARAIVA (2007), os projetos de extensão possibilitam que o acadêmico experiencie vivências e reflita sobre questões da atualidade, e, com base na experiência e nos conhecimentos adquiridos, desenvolva uma formação compromissada com as necessidades nacionais, regionais e locais. Outro fator importante da extensão, segundo SANTOS et al. (2017), é que quando as ações são praticadas por estudantes da área da saúde, há um olhar sobre as diferentes necessidades de um indivíduo, sendo o trabalho em equipe essencial. Nesse contexto, o Projeto de Extensão “Fibromialgia e Dor Miofascial – Atendimento Multiprofissional”, exerce importante papel na sociedade, já que atende os requisitos sociais e específicos de atendimento multidisciplinar à fibromialgia.

Cabe ressaltar que os pacientes demoram em média sete anos para serem diagnosticados e receberem explicações para seu quadro de saúde. Essa peregrinação médica causa sofrimento, podendo contribuir para que as pessoas tenham a sensação de que suas dores são puramente psicológicas ou até inexistentes (CARVALHO; MALAGRIS; RANGÉ, 2019). Por isso, as intervenções sociais, especialmente em grupo, que possibilitem que os pacientes relatem suas vivências, tenham um espaço de troca e trabalhem suas relações com seus processos dolorosos têm apresentado bons resultados relacionados à adesão ao tratamento da fibromialgia. Há um reconhecimento no outro que traz sentimentos de compreensão e empatia (SILVEIRA (2018).

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Considerando que o Projeto de Extensão “Fibromialgia e Dor Miofascial é a única iniciativa multidisciplinar voltada especificamente à fibromialgia, ofertada à população, com baixo custo, na região da serra gaúcha, verificamos seu caráter inovador. Além de proporcionar experiência aos

acadêmicos dos cursos de Fisioterapia, Psicologia, Nutrição e Farmácia, o trabalho é de grande importância para a sociedade, visto que não há outros espaços onde o paciente fibromiálgico tenha um olhar integral sobre seu sofrimento físico e mental

Durante os atendimentos estes aspectos são abrangidos, contribuindo para a melhor interação social, psicológica e interpessoal. Observa-se uma melhora significativa na dor provocada pela analgesia proporcionada pela água aquecida. Somado a este benefício, o recurso promove uma melhora nos aspectos emocionais, como depressão, ansiedade, irritabilidade e variação de humor e nos aspectos físicos, como fadiga muscular, rigidez articular, parestesia. Ressalta-se que as pacientes são estimuladas a evoluir e desafiar-se acima de seus limites álgicos, promovendo autoestima, animo, bem-estar e qualidade de vida, tornando-as ativas, para que seu diagnóstico não limite a rotina e interação social.

## 5 REFERÊNCIAS

- ALVES, Bruna e cols. Depressão, sexualidade e síndrome da fibromialgia: achados clínicos e correlação com parâmetros hematológicos. **Arquivos de Neuro-Psiquiatria**, v. 74, p. 863-868, 2016.
- AVILA, Lazslo A. et al. Caracterização dos padrões de dor, sono e alexitimia em pacientes com fibromialgia atendidos em um centro terciário brasileiro. **Revista brasileira de Reumatologia**, v. 54, p. 409-413, 2014.
- BAIR, Matthew J.; KREBS, Erin E. Fibromialgia. **Anais de medicina interna**, v. 172, n. 5, pág. ITC33-ITC48, 2020.
- BARTKOWSKA, Weronika; SAMBORSKI, Włodzimierz; MOJS, Ewa. Funções cognitivas, emoções e personalidade em mulheres com fibromialgia. **Anthropologischer Anzeiger; Bericht uber die biologisch-anthropologische Literatur**, v. 75, n. 4, pág. 271-277, 2018.
- BENNETT, Robert; NELSON, David. Terapia cognitivo-comportamental para fibromialgia. **Nature Clinical Practice Rheumatology**, v. 2, n. 8, pág. 416-424, 2006.
- CARDOSO, Fábio de Souza et al. Avaliação da qualidade de vida, força muscular e capacidade funcional em mulheres com fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 51, p. 344-350, 2011.
- CARVALHO, Marcele Regine; MALAGRIS, Lúcia EN; RANGÉ, Bernard P. Psicoeducação em terapia cognitivo-comportamental. **Novo Hamburgo: Sinopsys**, 2019.
- CORDEIRO, Bruna Lira Brasil et al. Influência do método Pilates na qualidade de vida e dor de indivíduos com fibromialgia: revisão integrativa. **BrJP**, v. 3, p. 258-262, 2020.
-



COSTA, Fernando Almeida et al. Importância da extensão universitária nos cursos da saúde: a perspectiva do discente. **Formação@ Docente**, v. 14, n. 1, 2022.

CUNHA, Márcia Cristina Bauer et al. Hidroterapia. **Revista Neurociências**, São Paulo, v. 3, p.126-130, 1998.

DA CUNHA, Márcia Gouveia; CAROMANO, Fátima Aparecida. Efeitos fisiológicos da imersão e sua relação com a privação sensorial e o relaxamento em hidroterapia. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 14, n. 2, p. 95-103, 2003.

DA SILVA RODRIGUES, Kamila et al. Uma abordagem multidisciplinar não-farmacológica e farmacológica para o tratamento da fibromialgia: uma revisão bibliográfica. **Europub Journal of Health Research** , v. 3, n. 4 Edição Especial, pág. 314-319, 2022. See More

DE DOR, Comissão. Fibromialgia e Outras Síndromes Dolorosas de Partes Moles. **Fibromialgia-Cartilha para pacientes. Sociedade Brasileira de Reumatologia**, 2011.

DE MELO VITORINO, Débora Fernandes; DO PRADO, Gilmar Fernandes. Intervenções fisioterapêuticas para pacientes com fibromialgia: Atualização. **Revista Neurociências**, v. 12, n. 3, p. 152-156, 2004.

DE PAULA, João Antônio. A extensão universitária: história, conceito e propostas. **Interfaces-Revista de Extensão da UFMG**, v. 1, n. 1, p. 5-23, 2013.

DOS SANTOS, Marilucia Vieira et al. Extensão universitária como campo de mudanças na formação em Saúde. **Revista Ciência em Extensão**, v. 13, n. 2, p. 8-19, 2017.

FERREIRA, Clarissa de Castro et al. Frequência de disfunção sexual em mulheres com doenças reumáticas. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 53, p. 41-46, 2013.

FREITAS, Rodrigo Pegado de Abreu et al. Impactos do suporte social nos sintomas de mulheres brasileiras com fibromialgia. **Revista brasileira de reumatologia** , v. 57, p. 197-203, 2017.

GLASS, Aron William; OLIVEIRA, Carlos André Nogueira. Utilização da Terapia cognitivo-comportamental e mindfulness no tratamento da dor crônica. **Revista de Ciências da Saúde e Sociais aplicados do Oeste Baiano-Hígia**, v. 3, n. 1, p. 112-128, 2018.

HOMANN, Diogo et al. Percepção de estresse e sintomas depressivos: funcionalidade e impacto na qualidade de vida em mulheres com fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 52, p. 324-330, 2012.

JACINTHO, R. L. M. et al. Avaliação da qualidade de vida em mulheres com fibromialgia após fisioterapia aquática. **Revista da FARN**, v. 7, n. 1, p. 13-27, 2008.

JUNIOR, M. H.; GOLDENFUM, M. A.; SIENA, C. A. F.. Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 58, n. 3, p. 358-365, 2012.

KESIKTAS, N. et al. A eficácia da balneoterapia e modalidades físicas no sistema pulmonar de pacientes com fibromialgia. **Journal of Back and Musculoesquelética Reabilitação**, v. 24, n. 1, pág. 57-65, 2011.

KÜMPEL, C. et al. Estudo comparativo dos efeitos da hidroterapia e método Pilates sobre a capacidade funcional de pacientes portadores de fibromialgia. **Acta Fisiátrica**, v. 27, n. 2, p. 64-70, 2020.

MARTINEZ, J. E. et al. Fibromialgia versus artrite reumatóide: uma comparação longitudinal da qualidade de vida. **The Journal of Rheumatology**, v. 22, n.2, pág. 270-274, 1995.

MARTINEZ, J. E. et al. Análise crítica de parâmetros de qualidade de vida de pacientes com fibromialgia. **Acta fisiátrica**, v. 5, n. 2, p. 116-120, 1998.

MARTÍNEZ, M. Pilar et al. Terapia cognitivo-comportamental para insônia e higiene do sono na fibromialgia: um estudo controlado randomizado. **Jornal de medicina comportamental**, v. 37, p. 683-697, 2014.

MOREIRA, D.; OLIVEIRA, F. T.; DE LACERDA BONFANTE H.. Avaliação da flexibilidade da coluna vertebral em pacientes com fibromialgia atendidos ambulatorialmente em juiz de fora/MG. **Arquivos Catarinenses de Medicina**, v. 48, n. 1, p. 173-181, 2019.

MOSMANN, A. et al. Atuação fisioterapêutica na qualidade de vida do paciente fibromiálgico. **Scientia Medica**, v. 16, n. 4, p. 2, 2006.

MOSMANN, A. et al. Atuação fisioterapêutica na qualidade de vida do paciente fibromiálgico. **Scientia Medica**, v. 16, n. 4, p. 2, 2006.

NELSON, N. L. Atividades de fortalecimento muscular e fibromialgia: uma revisão dos resultados de dor e força. **Journal of bodywork and motion therapys**, v. 19, n. 2, pág. 370-376, 2015.

NOGUEIRA, C. A. et al. A importância da psicoeducação na terapia cognitivo-comportamental: uma revisão sistemática. **Hígia-Revista de Ciências da Saúde e Sociais Aplicadas do Oeste Baiano**, v. 2, n. 1, 2017.

OLIVEIRA JÚNIOR, J. O. de; ALMEIDA, M. B. de. O tratamento atual da fibromialgia. **BrJP**, v. 1, pág. 255-262, 2018.

OLIVEIRA, L. C. A importância da fisioterapia no tratamento da fibromialgia. **Lecturas: Educación Física y Deportes, Revista Digital**.

RAMIRO, F. S. et al. Investigação do estresse, ansiedade e depressão em mulheres com fibromialgia: um estudo comparativo. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 54, p. 27-32, 2014.

REIS, A. et al., Projeto de Extensão: Projeto Fibromialgia e Dor Miofascial – Atendimento Multiprofissional. In X CONGRESSO DE PESQUISA E EXTENSÃO DA FSG & VIII SALÃO DE EXTENSÃO, 2022, Caxias do Sul.

SARAIVA, J. L. Papel da extensão universitária na formação de estudantes e professores. **Brasília méd**, p. 225-233, 2007.

SILVA, K. M. O. M., et al. Efeito da hidrocinesioterapia sobre qualidade de vida, capacidade funcional e qualidade do sono em pacientes com fibromialgia. **Revista brasileira de reumatologia**, v. 52, p. 851-857, 2012.

ZAMUNÉR, A. R., et al. Impacto da hidroterapia no manejo da dor em pacientes com fibromialgia: perspectivas atuais. **Journal of Pain Research** , p. 1971-2007, 2019.