



FACULDADE METROPOLITANA SÃO CARLOS – FAMESC
CURSO DE GRADUAÇÃO BACHARELADO EM
ENFERMAGEM

PAULO ROBERTO MOTA NETO

OS IMPACTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO DE
LITERATURA

Bom Jesus do Itabapoana/RJ

Julho - 2021

PAULO ROBERTO MOTA NETO

**OS IMPACTOS BIOPSIKOSSOCIAIS DA FIBROMIALGIA: UMA
REVISÃO DE LITERATURA**

Artigo apresentado como parte dos requisitos necessários para a conclusão do curso de Bacharel em Enfermagem, sob orientação da Professora Me. Larissa Pereira Costa da Faculdade Metropolitana São Carlos – FAMESC.

Bom Jesus do Itabapoana/RJ

Julho - 2021

OS IMPACTOS BIOPSISSOCIAIS DA FIBROMIALGIA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

THE BIOPSYCHOSOCIAL IMPACTS OF FIBROMYALGIA: A LITERATURE REVIEW

MOTA NETO, Paulo Roberto¹
COSTA, Larissa Pereira²

RESUMO

A fibromialgia é uma síndrome clínica caracterizada principalmente por dor musculoesquelética difusa e crônica. É uma enfermidade frequente na população entre os 35 e 44 anos, predominantemente em mulheres, e ainda há muita discussão e controvérsia acerca do seu diagnóstico e tratamento, o que ocasiona inúmeros impactos de caráter biopsicossocial. O objetivo geral desse estudo é apresentar os impactos biopsicossociais da fibromialgia na vida das pessoas e os objetivos específicos são descrever a fibromialgia, seus sinais e sintomas, suas repercussões e alternativas de tratamento; e apontar a importância do acompanhamento interdisciplinar às pessoas com fibromialgia. Trata-se de uma revisão de literatura, de natureza qualitativa, do tipo descritiva, exploratória, realizada nas bases de dados indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde, em março de 2021, utilizando-se os descritores enfermagem AND fibromialgia. Após as buscas nas bases de dados e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados 5 estudos. Os dados foram discutidos em duas categorias de análise: Fibromialgia: sintomatologia, repercussões e tratamento; e Impactos biopsicossociais da fibromialgia: importância da atuação interdisciplinar. Este estudo reafirma a complexidade da fibromialgia, bem como expõe seus impactos biopsicossociais. Conclui-se que somente a partir de uma abordagem interdisciplinar torna-se possível acompanhar terapêuticamente esse paciente.

Palavras-chave: Fibromialgia; Enfermagem; Interdisciplinaridade.

ABSTRACT

Fibromyalgia is a clinical syndrome characterized mainly by diffuse and chronic musculoskeletal pain. It is a frequent disease in the population between 35 and 44 years old, predominantly in women, and there is still much discussion and controversy about its diagnosis and treatment, which causes countless impacts of a biopsychosocial nature. The general objective of this study is to present the biopsychosocial impacts of fibromyalgia in people's lives and the specific objectives are to describe fibromyalgia, its signs and symptoms, its repercussions and treatment alternatives; and point out the importance of interdisciplinary follow-up to people with fibromyalgia. This is a literature review, qualitative, descriptive, exploratory, carried out in databases indexed in the Virtual Health Library, in March 2021, using the descriptors nursing AND fibromyalgia. After searching the databases and applying the inclusion and exclusion criteria, 5 studies were selected. Data were discussed in two

¹Graduando do Curso de Enfermagem da Faculdade Metropolitana São Carlos. E-mail: nettopaulo8serie@gmail.com

²Professora orientadora. Doutoranda em Enfermagem/EEAN-UFRJ. Mestre em Enfermagem/FENf-UERJ. Residência em Clínica Médica/HUPE-UERJ. Enfermeira/EEAN-UFRJ. Professora do Curso de Enfermagem da Faculdade Metropolitana São Carlos. E-mail: larissapcosta90@gmail.com

categories of analysis: Fibromyalgia: symptomatology, repercussions and treatment; and Biopsychosocial impacts of fibromyalgia: importance of interdisciplinary action. This study reaffirms the complexity of fibromyalgia, as well as exposes its biopsychosocial impacts. It is concluded that only from an interdisciplinary approach is it possible to therapeutically monitor this patient.

Keywords: Fibromyalgia, Nursing, Interdisciplinary.

INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma síndrome clínica caracterizada principalmente por dor musculoesquelética difusa e crônica. Além do quadro doloroso, a FM frequentemente está associada a um conjunto de sinais e sintomas, como fadiga generalizada, rigidez matinal, distúrbios cognitivos, distúrbios do humor e do sono, dispneia, dores de cabeça, ansiedade, depressão, entre outros (OLIVEIRA *et al.*, 2017).

Segundo Heymann *et al.* (2017), a FM é uma enfermidade frequente na população entre os 35 e 44 anos, predominantemente em mulheres, numa proporção de até nove mulheres para cada homem acometido. No Brasil está presente em até 2,5% da população geral e estima-se que acometa de 2% a 4% da população mundial. Estudos mostram, ainda, um aumento para 5% das mulheres nos Estados Unidos e 4,7% da população de alguns países da Europa (SOUZA; PERISSINOTTI, 2018).

Essa alta prevalência faz com que a FM seja considerada a segunda condição reumática mais frequente no mundo, ficando atrás somente da artrite reumatoide, podendo acometer pessoas de diferentes etnias, culturas e níveis socioeconômicos, ocasionando um impacto negativo na qualidade de vida e funcionalidade dessas pessoas (PERNAMBUCO *et al.*, 2016).

Ainda há muita discussão e controvérsia acerca do diagnóstico da fibromialgia. Em 1990, o Colégio Americano de Reumatologia instituiu alguns critérios para a caracterização e padronização da FM. Entre estes critérios estavam a presença da dor e sensibilidade em pelo menos 11 pontos, denominados *tender points*, na avaliação clínica (HEYMANN *et al.*, 2017; SANTOS; RIBEIRO, 2020).

Em 2017, foram publicadas novas diretrizes e recomendações pela Revista Brasileira de Reumatologia reafirmando que a avaliação dos *tender points* podem

ser úteis no diagnóstico da FM, porém precisam ser avaliados em consonância com outros sinais e sintomas (HEYMANN *et al.*, 2017).

Dessa forma, ainda há muita dificuldade no diagnóstico e tratamento das pessoas com fibromialgia, principalmente por conta da subjetividade dos sintomas. Tal fato nos permite perceber os inúmeros impactos negativos da doença, de caráter biopsicossocial.

Diante do exposto, o objetivo geral desse estudo é apresentar os impactos biopsicossociais da fibromialgia na vida das pessoas. Os objetivos específicos são: descrever a fibromialgia, seus sinais e sintomas, suas repercussões e alternativas de tratamento; apontar a importância do acompanhamento interdisciplinar às pessoas com fibromialgia.

Esse estudo se justifica por ser este um assunto ainda pouco abordado na literatura e, na maioria das vezes, desconhecido por muitos profissionais de saúde. É de fundamental importância conhecermos mais a fibromialgia, suas características e repercussões, para que saibamos lidar com o adoecimento. Este estudo é relevante, pois apresenta o conhecimento científico já produzido acerca da fibromialgia e possíveis ferramentas de cuidado na intenção de nortear o trabalho da equipe interdisciplinar e, conseqüentemente, melhorar a qualidade de vida das pessoas.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A fibromialgia e suas características

A pessoa com fibromialgia, segundo Oliveira *et al.* (2017), apresenta sinais e sintomas diversos. A dor crônica generalizada é o principal sintoma presente, porém está associada a outros, como rigidez matinal, distúrbios cognitivos, do humor e gastrointestinais, dispneia, cefaleia, entre outros. Diante dessa gama de sintomas, pode-se afirmar que a fibromialgia afeta negativamente os aspectos físico, cognitivo, social, familiar e profissional das pessoas adoecidas (NAVARRO *et al.*, 2019).

Além desses, outros sintomas são referidos por Carvalho (2014) como edema, parestesias, frequência urinária anormal, síndrome do cólon irritado, fenômeno de Raynaud, disfunção na articulação temporomandibular, dismenorréia,

extrema sensibilidade ao frio, ansiedade, depressão, distúrbios alimentares, obesidade, síndrome metabólica.

Porém, mesmo diante de tantos sintomas, a dor é um sinal muito subjetivo, tornando a FM uma doença invisível apesar de ser a causa de incapacidades clínicas e emocionais que causam conflitos e angústias para quem está doente. Portanto, a fibromialgia tende a ser desacreditada, provocando insegurança, desconforto, frustração, baixa autoestima, sentimentos de culpa, além de exclusão social, familiar e isolamento (HAYAR *et al.*, 2014).

Diante disso, a maioria dos pacientes com FM desenvolvem depressão, em uma prevalência que varia entre 62 a 86%. Algumas explicações para essa forte associação incluem a depressão como uma reação frente à dor crônica e disfunção. A depressão diminui o limiar de dor e piora a inatividade física, agravando a limitação funcional com prejuízo da qualidade de vida (DIAS *et al.*, 2017).

Outro apontamento feito por Ferreira (2015) está relacionado à frequência de ansiedade e distúrbios do humor em pacientes com fibromialgia. Esse número é mais do que três vezes maior quando comparado com a população em geral.

Portanto, sendo a FM compreendida como uma condição crônica de saúde, esta é uma das doenças que causam maiores danos na qualidade de vida das pessoas, sendo considerada uma experiência de vida permanente que pode levar ao estresse, necessidade de adaptação social e psicológica, além de causar mudança na expectativa de vida (BERARDINELLI *et al.*, 2017).

MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão de literatura, de natureza qualitativa, do tipo descritiva, exploratória, a fim de se apresentar os impactos biopsicossociais que a fibromialgia pode causar na vida das pessoas, descrevendo seus sinais e sintomas, suas repercussões e alternativas de tratamento.

Trentini e Paim (1999) definem a revisão bibliográfica como uma análise metódica e ampliada das publicações de uma determinada área do conhecimento. Essa análise das publicações através da revisão bibliográfica é fundamental para a delimitação do problema de um projeto de pesquisa. Além disso, permite a obtenção de uma ideia precisa sobre o estado atual dos conhecimentos sobre um determinado

tema e sobre o que ainda não foi estudado, permitindo ao pesquisador compreender a contribuição de sua investigação para o avanço do conhecimento (LAKATOS; MARCONI, 2010).

A busca foi realizada nas bases de dados indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no mês de março de 2021, utilizando-se os seguintes descritores: enfermagem AND fibromialgia.

Os critérios de inclusão foram: estudos no idioma português, com texto completo disponível para leitura gratuita, sem recorte temporal e que se aproximavam da temática discutida por este estudo.

Os critérios de exclusão foram: teses, dissertações, trabalhos de conclusão de curso, editoriais e estudos duplicados, sendo estes contabilizados apenas uma vez.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após as buscas nas bases de dados a partir dos descritores eleitos, foram encontrados 154 estudos. Em seguida, foram aplicados os critérios de inclusão que resultaram em 9 estudos. Dentre estes, foram excluídos teses e artigos duplicados, contabilizados apenas uma vez, totalizando 5 estudos. Ao realizar a leitura de títulos e resumos para verificar a aproximação dos temas dos artigos com os objetivos desse estudo, nenhum artigo foi excluído, totalizando a amostra final em 5 artigos incluídos, conforme figura abaixo.

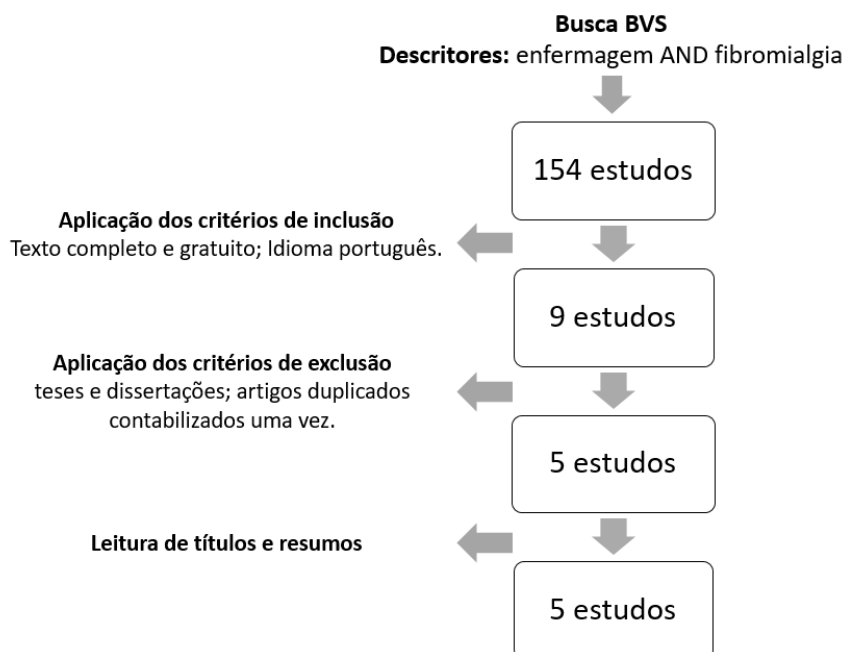


Figura 1 – Fluxograma de percurso de busca
 Fonte: O Autor (2021)

Eleitos os 5 estudos, foi elaborado um quadro com as informações principais dos artigos, como título, autores, ano de publicação, objetivos dos estudos. Posteriormente à apresentação dos resultados, os mesmos foram lidos na íntegra.

Nº	Título	Autores	Ano	Objetivos
1	Avaliação dos sintomas de ansiedade e depressão em fibromiálgicos	Emanuella Barros dos Santos; Lucindo José Quintans Junior; Byanka Porto Fraga; José Caetano Macieira; Leonardo Rigoldi Bonjardim.	2012	Identificar a frequência de sintomas ansiosos e depressivos verificando a associação entre a ansiedade-traço, sintomas atuais de depressão e ansiedade nos fibromiálgicos.
2	Estratégia participativa e interdisciplinar de cuidado com famílias de pessoas com fibromialgia	Lina Márcia Migueis Berardinelli; Larissa Pereira Costa; Irma da Silva Brito; Vera Maria Saboia.	2017	Identificar o entendimento das famílias sobre fibromialgia, descrever as mudanças na rotina e analisar as estratégias de cuidado desenvolvidas pelas redes familiares.
3	Música e dor crônica músculoesquelética: o potencial evocativo de imagens mentais	Eliseth Ribeiro Leão; Maria Julia Paes da Silva.	2004	Conhecer e comparar o potencial evocativo quantitativo de imagens mentais de três peças

				musicais, pré-determinadas, em mulheres com dor crônica musculoesquelética; Verificar o efeito global da audição musical sobre a intensidade da dor musculoesquelética.
4	O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado	Julianna Pereira Ramos Oliveira; Lina Marcia Migueis Berardinelli; Maria Lucia Alves Cavaliere; Regina Celi Alves Rosa; Luciene Pires da Costa; José Silvio de Oliveira Barbosa.	2019	Descrever o cotidiano das mulheres que vivem com fibromialgia durante a intervenção do grupo interdisciplinar e analisar seus benefícios à saúde das mulheres após a intervenção.
5	Práxis interdisciplinar de cuidado em grupo de pessoas que vivem com fibromialgia	Nathália Aparecida Costa Guedes Miranda; Lina Márcia Miguéis Berardinelli; Vera Maria Sabóia; Irma da Silva Brito; Rosângela da Silva Santos.	2016	Analisar o modelo da terapia comunitária integrativa para o empoderamento de pessoas que vivem com fibromialgia e discutir a repercussão dessa intervenção interdisciplinar no processo saúde-doença e autocuidado.

Quadro 1 – Informações principais dos artigos incluídos.

Fonte: O Autor (2021)

Após a leitura completa dos artigos, os dados foram discutidos em duas categorias de análise, a saber: Fibromialgia: sintomatologia, repercussões e tratamento; e Impactos biopsicossociais da fibromialgia: importância da atuação interdisciplinar.

Fibromialgia: sintomatologia, tratamento e repercussões

A fibromialgia é uma doença reumatológica complexa e heterogênea oriunda de um distúrbio no processamento da dor associado a outras características como rigidez muscular, fadiga, cefaleia, condição física reduzida, distúrbio do sono, disfunção cognitiva, ansiedade, depressão, entre outros (BERARDINELLI *et al.*, 2017).

Todos esses sintomas, principais e secundários, prejudicam muito as pessoas com FM, no âmbito familiar, laboral, social, causando sofrimento e desamparo, comprometendo sua qualidade de vida (LEÃO; SILVA, 2004).

A fibromialgia é considerada uma doença invisível, pois seu principal sintoma é muito subjetivo, além de não apresentar deformações físicas, nem sequelas. As pessoas com FM geralmente usam uma grande quantidade de medicações que, muitas vezes, não resolvem. Tudo isso gera descrédito, discriminação, preconceito e exclusão, caracterizando vulnerabilidade física e social (OLIVEIRA *et al.*, 2019).

Seu diagnóstico se baseia nos aspectos clínicos da doença, onde se verifica a presença de pontos sensíveis à palpação e pressão no sistema musculoesquelético. Santos *et al.* (2012) apontam em seu estudo que a FM:

É definida, segundo os critérios do Colégio Americano de Reumatologia, como dor difusa por pelo menos 3 meses, além da presença de sensibilidade em 11 ou mais dos 18 pontos dolorosos à digitopalpação, denominados tender points (SANTOS *et al.*, 2012).

Oliveira *et al.* (2019) ressaltam que diante da variedade dos sinais e sintomas clínicos e da ausência de exames laboratoriais ou de imagem específicos que confirmem o diagnóstico, o mesmo se torna uma tarefa difícil, ficando baseado no julgamento clínico de acordo com a experiência do médico.

Com relação ao seu tratamento, este ainda não é bem definido, podendo inúmeras práticas terapêuticas serem implementadas, como o tratamento farmacológico, psicoterapêutico, nutricional, a prática de exercícios físicos, as terapias de grupo, práticas integrativas e complementares em saúde, musicoterapia, etc.

Estudo desenvolvido por Leão e Silva (2004), por exemplo, evidenciou resultados positivos em relação à diminuição da dor através da musicoterapia. A pesquisa de Miranda *et al.* (2016), por sua vez, identificou que a implementação da Terapia Comunitária Integrativa contribuiu para o fortalecimento do autocuidado a partir da criação de um grupo de discussão dos problemas e possíveis alternativas para os mesmos, auxiliando as pessoas na reorientação de posicionamentos e condutas.

Diante disso, a FM gera muitas repercussões na vida das pessoas. De acordo com o estudo de Berardinelli *et al.* (2017), a fibromialgia exige que as pessoas

modifiquem seus hábitos e rotinas, exige reorganização pessoal e familiar, além da necessidade da elaboração de estratégias de cuidado para manejar com qualidade o cotidiano.

Impactos biopsicossociais da fibromialgia: importância da atuação interdisciplinar

São inúmeros os impactos biopsicossociais da fibromialgia na vida das pessoas. Isso se deve à associação de outras comorbidades, por exemplo, que acometem essas pessoas e pioram significativamente a qualidade de vida e suas rotinas.

Entre as comorbidades mais incidentes estão a ansiedade e a depressão. Segundo Santos *et al.* (2012),

Existem, pelo menos, três vertentes teóricas para explicar a relação entre a dor e a depressão: 1. Dor provoca depressão, devido às consequências estressantes causadas por ela; 2. Depressão e dor partilham as mesmas raízes patofisiológicas; 3. Depressão provoca dor, devido ao aumento da sensibilidade dolorosa (SANTOS *et al.*, 2012).

A ansiedade também acomete a maioria dos pacientes influenciando negativamente em sua rotina social, laboral, familiar, etc. De acordo com Oliveira *et al.* (2019), a elevação dos níveis de ansiedade podem ser explicados devido à um nível de exigência muito alto que as pessoas com FM geralmente possuem, caracterizado por perfeccionismo e transtorno obsessivo-compulsivo.

Além dessas associações, pessoas com fibromialgia também podem apresentar síndrome da fadiga crônica, síndrome miofascial, síndrome do cólon irritável, entre outras. Essas inúmeras associações são variáveis e promovem impactos negativos na vida desses indivíduos, reduzindo a qualidade de vida (OLIVEIRA *et al.*, 2019).

A vida social e o lazer dessas pessoas sofrem alterações diante da doença. De igual maneira, a vida laboral também se altera devido à dor e as limitações da doença. Muitas pessoas com FM são afastadas do trabalho por não conseguirem exercer suas funções com qualidade (BERARDINELLI *et al.*, 2017).

Portanto, pode-se perceber que a fibromialgia interfere diretamente na vida profissional e social dos indivíduos, gerando dificuldades ocupacionais, na execução de tarefas motoras e cognitivas, como também prejudica as relações familiares. Sendo assim, a fibromialgia causa grande impacto no cotidiano e na rotina, gerando sofrimento aos envolvidos (SANTOS *et al.*, 2012).

A atuação interdisciplinar é fundamental nesses casos, haja vista os inúmeros impactos que a FM pode gerar, desde a intensificação dos sintomas ou até mesmo o surgimento de sintomas adicionais (SANTOS *et al.*, 2012).

É necessário o auxílio da equipe de saúde para que as pessoas com fibromialgia e sua rede familiar possam se readaptar diante da condição de adoecimento. O enfermeiro é o profissional que atua mais próximo aos pacientes e, portanto, é capaz de identificar as reais necessidades de saúde e intervir para melhorar a qualidade de vida dessas pessoas (MIRANDA *et al.*, 2016).

O enfermeiro tem, por exemplo, participação ativa na orientação relativa à essa reorganização do cotidiano e na construção conjunta de um plano de cuidados que ofereça apoio de acordo com as reais demandas do indivíduo. A equipe interdisciplinar deve, também, inserir o familiar no cuidado, incentivando a corresponsabilização e parceria (BERARDINELLI *et al.*, 2017).

O estudo de Ali *et al.* (2018) corrobora essa importância do trabalho da enfermagem junto ao paciente com fibromialgia, onde estratégias como o monitoramento associado à utilização de práticas educativas podem reduzir as dores e as suas limitações, o que conseqüentemente reduz o sofrimento e os custos da doença, melhorando os resultados do tratamento e potencializando a qualidade de vida dessas pessoas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O adoecer por fibromialgia implica em inúmeras conseqüências para o indivíduo e sua rede social, como a necessidade de mudanças na rotina, a reorganização da vida diante dessas mudanças e o estabelecimento de estratégias de cuidado.

Este estudo reafirma a complexidade da fibromialgia, desde o seu diagnóstico até o seu tratamento, bem como expõe os impactos biopsicossociais da doença para

a pessoa que a vivencia e também para toda sua rede social, familiar, profissional, etc.

Sendo assim, conclui-se que somente a partir de uma abordagem interdisciplinar torna-se possível acompanhar terapêuticamente esse paciente, haja vista que seu quadro clínico envolve uma variedade de sinais e sintomas, e seu tratamento também englobará a prática de alguns cuidados inerentes à diversas áreas do saber, como medicina, enfermagem, nutrição, fisioterapia, educação física, psicologia, entre outras.

REFERÊNCIAS

ALI, *et al.* Efeitos de uma intervenção de enfermagem no controle de sintomas de pacientes com fibromialgia: relato de caso. *In: Br J Pain*, São Paulo, v. 1, n. 4, p. 365-368, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/brjp/a/gLXNmFTJKpxpqZ43rtk4zWt/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 27 jul. 2021.

BERARDINELLI, *et al.* Estratégia participativa e interdisciplinar de cuidado com famílias de pessoas com fibromialgia. *In: Rev enferm UERJ*, Rio de Janeiro, v. 25, p. e30444, 2017. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuernj/article/view/30444/24632>>. Acesso em: 17 mai. 2021.

CARVALHO, M. S. **Efetividade do isostretching e de exercícios aeróbicos com reabilitação virtual no tratamento da fibromialgia**. 2014. 125 f. Dissertação (Mestrado em Biociências Aplicadas à Saúde) - Universidade Federal de Alfenas, Minas Gerais, 2014. Disponível em: <<https://bdtd.unifal-mg.edu.br:8443/handle/tede/572>>. Acesso em: 29 mai. 2021.

DIAS, *et al.* Prevalência de fibromialgia em pacientes acompanhados no ambulatório de cirurgia bariátrica do Hospital de Clínicas do Paraná – Curitiba. *In: Rev. Bras. Reumatol.*, São Paulo, v. 57, n. 5, p. 425-430, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbr/a/v33yJr7DPjW3RDJSwyJDkNJ/?lang=pt>>. Acesso em: 28 mai. 2021.

FERREIRA, A. J. O. **Fibromialgia: conceito e abordagem clínica**. 2015. 43 f. Trabalho final do 6º ano médico (Graduação em Medicina) – Faculdade de Medicina, Universidade de Coimbra, Portugal, 2015. Disponível em: <<https://eg.uc.pt/bitstream/10316/30455/1/Fibromialgia%20conceito%20e%20abordagem%20cl%C3%ADnica.pdf>>. Acesso em: 27 mai. 2021.

HAYAR, M. A. S. P. *et al.* Envelhecimento e dor crônica: um estudo sobre mulheres com fibromialgia. *In: Acta Fisiatr.*, São Paulo, v.21, n. 3, p. 107-112, 2014.

Disponível em: <<https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/103842>>. Acesso em: 27 mai. 2021.

HEYMANN, R. E. *et al.* Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. *In: Rev. Bras. Reumatol.*, São Paulo, v. 57, supl. 2, p. 467-476, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbr/a/kCdwgDXPSXQMSXn5VKMFB3x/?lang=pt>>. Acesso em: 27 mai. 2021.

LAKATOS, E.M.; MARCONI, M.A. **Fundamentos da metodologia científica**. 7 ed. São Paulo: Atlas, 2010.

LEÃO, E.R.; SILVA, M.J.P. Música e dor crônica músculoesquelética: o potencial evocativo de imagens mentais. *In: Rev Latino-am Enfermagem*, v. 12, n. 2, p. 235-241, 2004. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rlae/a/yNZPpQ9kkDRpXMdFZfjSH6L/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 19 jun. 2021.

MIRANDA, *et al.* Práxis interdisciplinar de cuidado em grupo de pessoas que vivem com fibromialgia. *In: Rev Bras Enferm*, v. 69, n. 6, p. 1115-1123, 2016. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reben/a/R4LZYvsYLPsSXXKrGmzxMNM/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 19 jun. 2021.

NAVARRO, *et al.* Malestares en femenino: itinerarios terapéuticos de seis mujeres con fibromialgia. *In: Index Enferm*, v. 28, n. 3, p. 100-104, 2019. Disponível em: <https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962019000200002>. Acesso em: 19 jun. 2021.

OLIVEIRA, *et al.* O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado. *In: Rev Gaúcha Enferm*, v. 40, p. e20180411, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rngenf/a/9Hr3CCM7rLsqMvcGbk95MkM/?lang=pt&format=pdf>>. Acesso em: 19 jun. 2021.

OLIVEIRA, *et al.* Effect of supervised physical exercise on flexibility of fibromyalgia patients. *In: Rev Dor*, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 145-149, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rdor/a/pKmHmJz9mNMjzZ8jpQS3M8k/?lang=pt>>. Acesso em: 28 mai. 2021.

PERNAMBUCO, A. P. *et al.* Análise do perfil biopsicossocial de participantes de um programa de educação em saúde específico para a fibromialgia. *In: Revista Conexão Ciência*, Minas Gerais, v. 11, n. 2, p. 92-102, 2016. Disponível em: <<https://periodicos.uniformg.edu.br:21011/ojs/index.php/conexaociencia/article/view/441>>. Acesso em: 27 mai. 2021.

SANTOS, *et al.* Avaliação dos sintomas de ansiedade e depressão em fibromiálgicos. *In: Rev Esc Enferm USP*, v. 46, n. 3, p. 590-596, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/nYxQPShvzRhzQ6VdWjTDc8w/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 19 jun. 2021.

SANTOS, M.M.; RIBEIRO, L. Fibromyalgia – offering evidence based treatment. *In: Psicosom. psiquiatr.*, v. 12, p. 46-54, 2020. Disponível em: <https://psicosomaticaypsiquiatria.com/download/psicoso_psiquiatr_12_46_54/?wpdmdl=5380&refresh=5ed1239f6c3ca1590764447>. Acesso em: 29 mai. 2021.

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. *In: Br J Pain*, São Paulo, v. 1, n. 4, p. 345-348, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/brjp/a/P4BYQRctt5MDZPRSQ8t7mCD/?lang=pt>>. Acesso em: 27 mai. 2021.

TRENTINI, M.; PAIM, L. **Pesquisa em Enfermagem**. Uma modalidade convergente-assistencial. Florianópolis: Editora da UFSC, 1999.