



UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS - UFAL
ESCOLA DE ENFERMAGEM – EENF

JOÃO VITOR CALHEIROS SIQUEIRA

O TRATAMENTO DA PESSOA COM FIBROMIALGIA: uma revisão integrativa

Maceió-AL
2026

JOÃO VITOR CALHEIROS SIQUEIRA

O TRATAMENTO DA PESSOA COM FIBROMIALGIA: uma revisão integrativa

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Isabel Comassetto

Maceió - AL
2026

Catálogo na fonte
Universidade Federal de Alagoas
Biblioteca Central
Divisão de Tratamento Técnico

Bibliotecária: Helena Cristina Pimentel do Vale – CRB4/661

S618t Siqueira, João Vitor Calheiros.
 O tratamento da pessoa com fibromialgia : uma revisão integrativa / João Vitor
 Calheiros Siqueira. – 2026.
 30 f : il

 Orientadora: Isabel Comassetto.
 Monografia (Trabalho de Conclusão de Curso em Enfermagem) – Universidade
 Federal de Alagoas, Escola de Enfermagem. Maceió, 2026.

 Bibliografia: f. 27-30.

 1. Fibromialgia. 2. Assistência integral à saúde. 3. Qualidade de vida. 4. Manejo
 da dor. 5. Terapêutica. I. Título.

CDU: 616.83

FOLHA DE APROVAÇÃO

JOÃO VITOR CALHEIROS SIQUEIRA

O TRATAMENTO DA PESSOA COM FIBROMIALGIA: uma revisão integrativa

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Escola de Enfermagem da Universidade Federal de Alagoas, como requisito parcial para a obtenção do título de Bacharel Enfermagem, apresentado em 14/04/2026.

Banca Examinadora:

Documento assinado digitalmente
 ISABEL COMASSETTO
Data: 16/06/2026 12:57:14-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Orientadora: Prof.^a Dr^a Isabel Comassetto

Documento assinado digitalmente
 AMUZZA AYLLA PEREIRA DOS SANTOS
Data: 16/06/2026 14:35:25-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Examinadora Interna: Prof^a Dr^a Amuzza Aylla Pereira dos Santos

Documento assinado digitalmente
 IZADORA NUNES DA SILVA
Data: 17/06/2026 06:10:08-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Examinadora Interna: Enf^a Esp. Izadora Nunes da Silva

Maceió

2026

RESUMO

Introdução: A fibromialgia é uma síndrome crônica complexa e de origem desconhecida, caracterizada por dor generalizada, fadiga, distúrbios do sono e de humor, que afeta predominantemente mulheres e leva os pacientes a enfrentar preconceito; seu conceito evoluiu historicamente de “fibrosite” até os critérios atuais do ACR, que descartaram os pontos sensíveis em favor das escalas WPI e SS, mas o diagnóstico continua sendo puramente clínico por exclusão, exigindo um tratamento holístico e multidisciplinar devido à combinação de fatores genéticos e psicossociais envolvidos no seu desenvolvimento. **Objetivo:** Analisar as publicações nas bases de dados sobre o tratamento da pessoa com fibromialgia. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, descritiva e com abordagem qualitativa, tendo como questão norteadora: “Quais são as publicações nas bases de dados sobre o tratamento da pessoa com fibromialgia?” A pesquisa foi realizada através das bases de dados: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scopus, Web of Science, Science Direct e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed). Os descritores utilizados foram organizados de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e suas combinações a partir do operador booleano “AND”, sendo eles: “Fibromialgia AND Assistência Integral à Saúde AND Pessoal de Saúde; nos idiomas Português, Espanhol e Inglês. **Resultados:** Foram encontrados 37 artigos após a seleção pelos títulos e resumos, e selecionados 10 artigos lidos na íntegra, e classificados em quatro categorias: exercícios físicos; acupuntura; educação em neurociência e estimulação transcraniana. Assim foi possível identificar os benefícios para o paciente acometido pela fibromialgia. **Conclusão:** Como não existem exames específicos para diagnosticar e avaliar a Fibromialgia, os instrumentos de avaliação das intervenções encontradas na revisão dependem da aplicação de questionários e consequentemente das limitações relacionadas a esse método de avaliação. Apesar disso, identificou-se que o tratamento da fibromialgia requer uma abordagem multidisciplinar. Nesse sentido, o tratamento que aparenta trazer mais efeitos está na combinação de intervenções psicológicas, exercícios físicos e fármacos, com planos personalizados e individualizados com metas funcionais e revisão periódica, considerando a relação custo-benefício para o paciente.

Descritores: Fibromialgia, Assistência Integral à Saúde, Qualidade de Vida, Manejo da Dor, Terapêutica.

ABSTRACT

Introduction: Fibromyalgia is a complex chronic syndrome of unknown origin, characterized by widespread pain, fatigue, sleep and mood disorders, predominantly affecting women and leading patients to face prejudice; its concept has historically evolved from “fibrositis” to the current ACR criteria, which discarded tender points in favor of the WPI and SS scales, but the diagnosis remains purely clinical by exclusion, requiring holistic and multidisciplinary treatment due to the combination of genetic and psychosocial factors involved in its development. **Objective:** Analyze publications in databases regarding the treatment of people with fibromyalgia. **Methodology:** This is an integrative literature review, descriptive and with a qualitative approach, guided by the question: “What publications exist in databases regarding the treatment of people with fibromyalgia?”. The research was conducted using the following databases: Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), Scopus, Web of Science, Science Direct, and Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed). The descriptors used were organized according to the Health Sciences Descriptors (DeCS) and their combinations using the Boolean operator “AND”, namely: “Fibromyalgia AND Comprehensive Health Care AND Health Personnel”; in Portuguese, Spanish, and English. **Results:** 37 articles were found after selection by titles and abstracts, and 10 articles were selected, read in full, and classified into four categories: physical exercise; acupuncture; neuroscience education; and transcranial stimulation. Thus, it was possible to identify the benefits for patients affected by Fibromyalgia. **Conclusion:** As there are no specific tests to diagnose and evaluate Fibromyalgia, the assessment instruments of the interventions found in the review depend on the application of questionnaires and consequently on the limitations related to this assessment method. Despite this, it was identified that the treatment of Fibromyalgia requires a multidisciplinary approach; in this sense, the treatment that appears to bring the most effects is the combination of psychological interventions, physical exercise, and drugs, with personalized and individualized plans with functional goals and periodic review, taking into account the cost-benefit for the patient.

Descriptors: Fibromyalgia, Comprehensive Health Care, Quality of Life, Pain Management, Therapeutics.

LISTA DE ABREVIATURAS

AAPT: Sociedade Americana da Dor

ACR: Academia Americana de Reumatologia

a - tDCS: Estimulação Transcraniana Contínua por Corrente Anódica

BDNF: Fator Neurotrófico Derivado do Cérebro

DPMS: Sistema Modulador da Dor Descendente

EMT: Estimulação Magnética Transcraniana

END: Educação em Neurociência da Dor

FIQ: Questionário de Impacto da Fibromialgia

FIQ-r: Questionário de Impacto da Fibromialgia Revisado

FM: Fibromialgia

GC: Grupo de Controle

GI: Grupo de Intervenção

HIT: Treinamento Intervalado de Alta Intensidade

MICT: Treinamento Contínuo de Intensidade Moderada

RI: Revisão Integrativa

SS: Escala de Gravidade dos Sintomas

tDCS: Estimulação Transcraniana por Corrente Contínua

WPI: Índice de Dor Generalizada

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	8
2. METODOLOGIA.....	10
3. RESULTADOS	11
3.1 O exercício físico	16
3.2 Acupuntura	17
3.3 Educação em neurociência	17
3.4 Estimulação transcraniana.....	18
4. DISCUSSÃO	20
5. CONCLUSÃO.....	26
REFERÊNCIAS	27

1. INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma síndrome crônica que apresenta um quadro clínico complexo, caracterizada por dor generalizada, fadiga, transtornos de humor como ansiedade e depressão, distúrbios do sono, alterações cognitivas e distúrbios intestinais. No entanto, a origem desses sintomas ainda é desconhecida, o que faz com que indivíduos que acometidos por essa síndrome, além de lidar com limitações impostas pela doença, enfrentem intenso preconceito e julgamento em relação à sua condição (Prokop-Przybył; Keczmer; Samborski, 2022; St. John et al., 2022). No Brasil, em 24 de julho de 2025, foi publicada a Lei nº 15.176/2025, que versa sobre o direito da pessoa acometida pela fibromialgia e passou a reconhecê-la como deficiência, o que representou um grande avanço na luta pelos direitos da pessoa portadora da fibromialgia no país.

No mundo, a estimativa de prevalência da fibromialgia na população geral varia de 0,2% a 6,6%, enquanto na população feminina gira em torno de 2,4% a 6,8% (Marques et al., 2017). Já no Brasil, a estimativa é de que a fibromialgia afete cerca de 2% da população geral, com uma razão de 1:5,6 entre homens e mulheres (Souza; Perissinotti, 2018).

Historicamente, o conceito de fibromialgia passou por uma série de alterações com ao longo dos anos. Relatos históricos sugerem que a fibromialgia já era estudada no início do século XIX, momento em que era denominada “fibrosite” (Wolfe; Hauser, 2011; Hamilton, 2013; Silva, 2014). Todavia, o conceito moderno de fibromialgia teve origem na década de 1970, a partir de Smythe e Moldofsky, que propuseram critérios baseados na identificação de pontos sensíveis, dor generalizada, alterações do sono e fadiga. Apesar de ter grande importância, o modelo citado ainda tinha alguns problemas em relação a seus critérios, o único que apresentava metodologia de averiguação era o de pontos dolorosos, presença de 12 dos 14 pontos dolorosos positivos, o que resultava na subvalorização dos demais sintomas (Wolfe; Hauser, 2011).

Com base nessas deficiências, 5 critérios foram propostos ao longo das décadas seguintes. O primeiro foi publicado em 1990 pelo American College of Rheumatology (ACR), baseando seu diagnóstico na presença de dor generalizada e na contagem de ao menos 11 pontos sensíveis de 18 possíveis, no entanto, não

considerava outros sintomas associados. Em 2010 e 2011, o ACR revisou os critérios propostos em 1990. O novo modelo descartou a avaliação de pontos sensíveis e passou a usar duas escalas para diagnosticar a fibromialgia, a Widespread Pain Index (WPI) com escala de 0 a 19, que avalia a distribuição de dor no corpo, e a Symptom Severity Scale (SS) com escala de 0 a 12, que avalia a gravidade de alguns sintomas, entre eles fadiga, sono não reparador, sintomas cognitivos e outros sintomas somáticos como cefaleia. Mais tarde, em 2016, o ACR publicou uma nova atualização de seus critérios diagnósticos. Além das escalas WPI e SS, passou a avaliar a presença de dor generalizada, com 4 das 5 regiões possíveis, além de exigir que os sintomas estivessem presentes há pelo menos 3 meses. O último critério foi o AAPT, publicado em 2018, propondo que a fibromialgia fosse diagnosticada com base nos seguintes critérios: 6 de 9 regiões dolorosas, problemas de sono ou fadiga e presença desses sintomas há pelo menos 3 meses (Sarzi-Puttini et al., 2020).

Como não existem biomarcadores para fibromialgia, o diagnóstico baseia-se exclusivamente na clínica por meio de uma boa anamnese e da exclusão de outras doenças que apresentem uma outra explicação para os sinais/sintomas sugestivos de fibromialgia.

O desenvolvimento da fibromialgia é influenciado por uma combinação de fatores, como predisposição genética, experiências pessoais, aspectos emocionais e cognitivos, a relação entre mente e corpo e a capacidade de lidar com o estresse. Por essa razão, o tratamento deve ser holístico, ou seja, abrangente e baseado em intervenções multidisciplinares e integradas. Para que o enfermeiro possa prestar um cuidado de qualidade para a pessoa com fibromialgia, é necessário estar atualizado em relação ao tratamento adequado. Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo analisar as publicações nas bases de dados sobre o tratamento da pessoa com fibromialgia.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, descritiva e com abordagem qualitativa, tendo como questão norteadora: “Quais evidências científicas estão disponíveis nas bases de dados acerca do tratamento da pessoa com fibromialgia?” De acordo com Mendes, Silveira e Galvão (2019), a revisão integrativa (RI) é um método objetivo que busca preencher lacunas entre pesquisas anteriores com o fornecimento de novos estudos, em que responde a novas questões desenvolvidas.

O levantamento bibliográfico foi realizado no período de janeiro de 2025, através das bases de dados: Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scopus, Web of Science, Science Direct e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE/PubMed). Os descritores utilizados foram organizados de acordo com os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e suas combinações a partir do operador booleano “AND”, sendo eles: “Fibromialgia AND Assistência Integral à Saúde AND Pessoal de Saúde”; nos idiomas Português, Espanhol e Inglês.

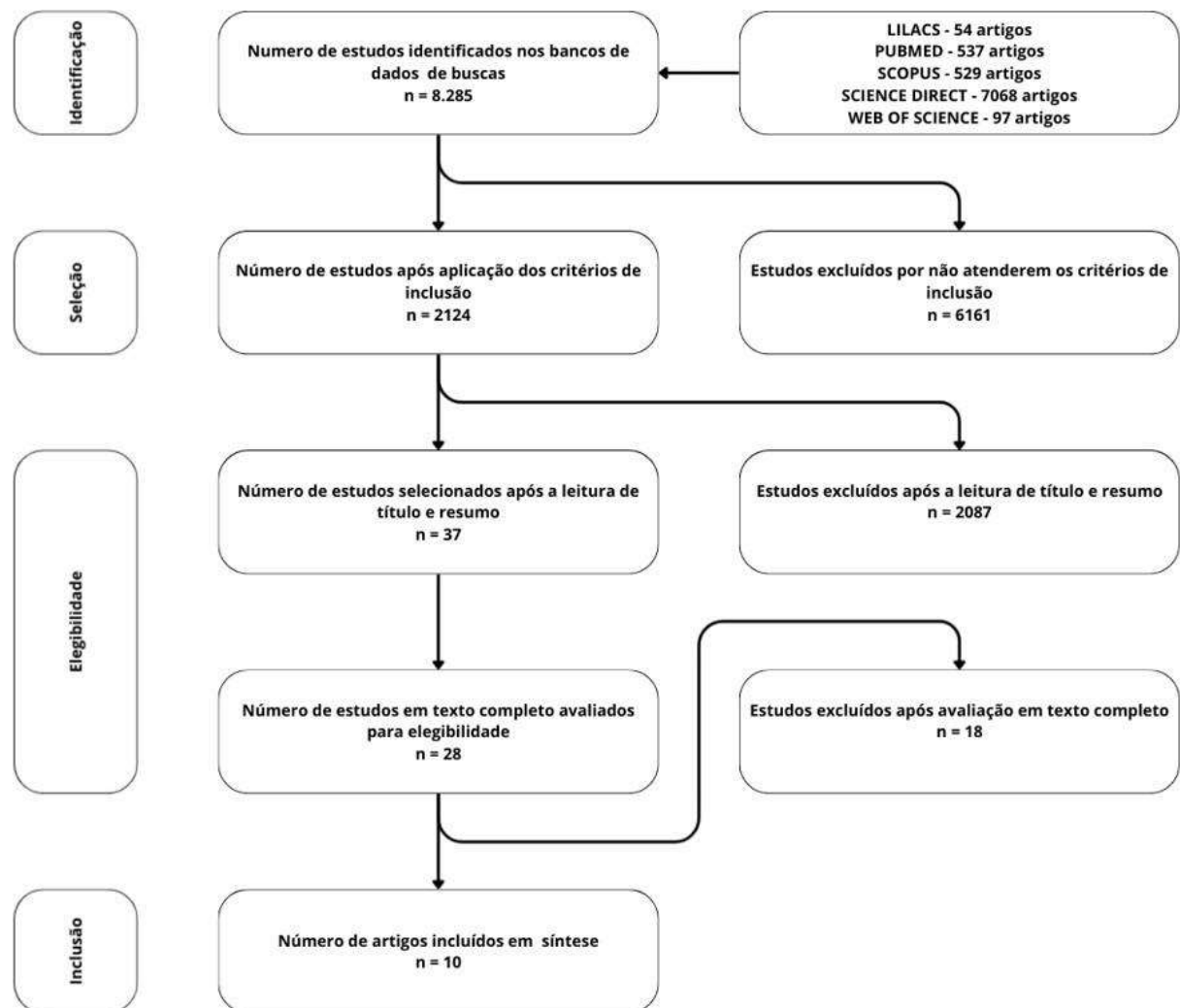
As produções científicas foram selecionadas de acordo com os critérios de inclusão: disponibilidade na íntegra, escritas nos idiomas português, inglês ou espanhol, publicadas no período de 2020 a 2025 e artigos que abordassem a temática proposta de escolha do estudo.

Por fim, o instrumento para coleta de dados foi elaborado a partir de informações pertinentes aos artigos selecionados para esta pesquisa. Os resultados obtidos foram organizados e classificados com base no nível de evidência científica de acordo com o método de Fineout-Overholt et al., 2010, em que os níveis de evidência são descritos em 7 (sete) níveis seguindo uma hierarquização: Estudos de revisão sistemática ou meta-análise (nível 1), ensaio clínico randomizado controlado-ECR (nível 2), ensaio clínico não randomizado (nível 3), estudo de coorte ou caso-controle (nível 4), revisão sistemática de estudos qualitativos ou descritivos (nível 5), estudos qualitativos ou descritivos (nível 6) e opinião ou consenso de especialistas (nível 7). Nessa sequência, nível 1 (um) considera-se o de maior evidência científica e nível 7 (sete) menor de evidência.

3. RESULTADOS

Durante as buscas realizadas nas bases mencionadas, o número de artigos encontrados inicialmente foi alto, 8285, no entanto, a maioria desses artigos não abordava a temática escolhida para esta revisão integrativa. Após a aplicação dos critérios de inclusão, esse número foi significativamente reduzido, como mostra o Fluxograma 1.

Figura 1 - Fluxograma da revisão integrativa.



Fonte: Própria (2025)

A partir do Fluxograma 1, observa-se que do montante de artigos encontrados inicialmente, apenas 10 foram selecionados para a amostra final desse estudo. Dos artigos excluídos, cerca de 74% foram por não atender aos critérios de inclusão,

aproximadamente 25% foram excluídos após a leitura de título/resumo e 16 artigos foram excluídos após a leitura de texto completo, representando menos de 1% da amostra inicial. A amostra final analisada é representada pelo Quadro 1.

Quadro 1 - Síntese dos artigos referentes ao cuidado do paciente com Fibromialgia.

Identificação/Título do Artigo Ano e idioma de publicação	Objetivos	Base de Dados e Periódicos	Tipo de Estudo Local de Pesquisa	Nível de Evidência
A01 Effects of traditional Chinese exercises in fibromyalgia syndrome: A meta-analysis of randomized controlled trials 2024 - Inglês	Explorar a eficácia e a segurança de cinco exercícios tradicionais chineses (TCEs) em pacientes com <u>síndrome da fibromialgia</u> (SFM).	Web of Science, Science Direct	Revisão sistemática executada de acordo com as diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), em busca de ensaios clínicos randomizados (ECRs) relacionados a TCEs.	(Fineout-Overholt et al., 2010)
A02 Effectiveness of aquatic training based on aerobic and strengthening exercises in patients with fibromyalgia: systematic review with meta-analysis 2024 -Inglês	Comparar a eficácia da terapia aquática com um grupo controle ou um grupo de exercícios em terra.	Web of Science, Science Direct	Uma revisão sistemática com meta-análise foi conduzida pela estratégia Population, Intervention, Comparison, Outcome and Study design (PICOS), por meio de busca nas bases de dados PubMed, Scopus, Biblioteca Cochrane e Web of Science.	(Fineout-Overholt et al., 2010)

A03 Effectiveness of High-Intensity Interval Training vs Moderate-Intensity Continuous Training in Patients With Fibromyalgia: A Pilot Randomized Controlled Trial 2020 - Inglês	Avaliar a eficácia do treinamento intervalado de alta intensidade em relação ao treinamento contínuo de intensidade moderada em pacientes com fibromialgia.	Web of Science, Science Direct	O estudo foi desenhado como um ensaio clínico randomizado, prospectivo, simples-cego e controlado, unicêntrico.	II (Fineout-Overholt et al., 2010)
A04 Acupuncture for Fibromyalgia: An Open-Label Pragmatic Study on Effects on Disease Severity, Neuropathic Pain Features, and Pain Catastrophizing 2020 - Inglês	Explorar o papel da acupuntura, em termos de eficácia nas principais medidas de gravidade da doença e características da dor, em pacientes com doença não responsiva.	Web of Science, Wiley (Online Library)	Estudo de coorte com o objetivo de avaliar os efeitos da acupuntura em indivíduos com fibromialgia.	IV (Fineout-Overholt et al., 2010)
A05 Effectiveness of a group intervention using pain neuroscience education and exercise in women with fibromyalgia: a pragmatic controlled study in primary care 2022-Inglês	Analisar a eficácia de uma intervenção em grupo usando educação em neurociência da dor e exercícios em mulheres com fibromialgia.	PubMed, BMC	Ensaio clínico controlado não randomizado realizado em cinco centros de saúde urbanos em Burgos, Espanha, alocados à Unidade de Fisioterapia Burgos Centro.	III (Fineout-Overholt et al., 2010)

A06 Effectiveness of a structured group intervention based on pain neuroscience education for patients with fibromyalgia in primary care: A multicentre randomized open-label controlled trial 2021 -Inglês	Avaliar a eficácia de uma intervenção de grupo estruturada baseada na educação em neurociência da dor para pacientes com fibromialgia na atenção primária.	PubMed, Wiley (Online Library)	Um ensaio clínico multicêntrico, randomizado, aberto e controlado no contexto da atenção primária no País Basco, na Espanha.	II (Fineout-Overholt et al., 2010)
A07 [Effectiveness of pain neuroscience education in patients with fibromyalgia: Structured group intervention in Primary Care] 2021 - Inglês	Avaliar a eficácia de uma intervenção em grupo na Atenção Primária em pacientes com fibromialgia (FM) com base na educação em neurociência da dor (END).	PubMed, Science Direct	Estudo transversal em um centro de saúde urbano de Bilbao.	IV (Fineout-Overholt et al., 2010)
A08 Transcranial Direct Current Stimulation Associated With Functional Exercise Program for Treating Fibromyalgia: A Randomized Controlled Trial 2022 - Inglês	Investigar os efeitos da estimulação transcraniana por corrente contínua (ETCC) associada ao exercício funcional na dor, no desempenho funcional, nos sintomas psicológicos e na qualidade de vida de pacientes com fibromialgia (FM).	Web of Science, Science Direct	Ensaio clínico randomizado. Os participantes foram randomizados em blocos em dois grupos: tDCS associada a exercícios funcionais (n=17) e tDCS simulada associada a exercícios funcionais (n=14).	II (Fineout-Overholt et al., 2010)

A09 Impact of Bifrontal Home-Based Transcranial Direct Current Stimulation in Pain Catastrophizing and Disability due to Pain in Fibromyalgia: A Randomized, Double-Blind Sham-Controlled Study 2022 - Inglês	Avaliar o impacto da estimulação transcraniana bifrontal por corrente contínua na catastrofização da dor e na incapacidade devido à dor na fibromialgia.	Web of Science, Science Direct	Este ensaio randomizado, duplo-cego, testou a hipótese de que 20 sessões de estimulação transcraniana por corrente contínua (ETCC)	II (Fineout-Overholt et al., 2010)
A10 The effect of home-based transcranial direct current stimulation in cognitive performance in fibromyalgia: A randomized, double-blind sham-controlled trial 2023 - Inglês	Avaliar a eficácia e a segurança da ETCC domiciliar no tratamento do comprometimento cognitivo. Além disso, explorar se a gravidade da disfunção do Sistema de Modulação da Dor Descendente (SDP) prediz o efeito da ETCC e se seu efeito está relacionado a alterações na neuroplasticidade, medida pelo fator neurotrófico derivado do cérebro (BDNF).	Web of Science, Frontiers	Ensaio clínico randomizado, duplo-cego, paralelo, controlado por placebo, de centro único, incluiu 36 mulheres com FM, com idades entre 30 e 65 anos. A pesquisa foi realizada em Porto Alegre, RS.	II (Fineout-Overholt et al., 2010)

Fonte: Própria (2025)

Os artigos representados pelo Quadro 1 foram analisados criteriosamente a fim de averiguar se os resultados apresentados são relevantes para este estudo e, a partir de suas leituras, foi possível separá-los em quatro categorias, as quais são:

3.1 O exercício físico

O Artigo 1 avaliou a eficácia dos exercícios tradicionais chineses e constatou efeitos benéficos na redução da dor, na melhoria da qualidade do sono e no alívio da depressão em pacientes com fibromialgia. Dentre os exercícios avaliados pela meta-análise, o Baduanjin, uma prática corporal chinesa, composta por oito movimentos sequenciais, realizados de forma lenta, fluida e harmonizada com a respiração e a atenção consciente, cujo propósito é promover o equilíbrio entre corpo, mente e energia vital, destacou-se como tendo efeitos terapêuticos significativos. No geral, o estudo sugere que os exercícios são seguros e eficazes para melhorar certos sintomas em pacientes com fibromialgia, mas seu impacto na qualidade de vida é menos claro.

O Artigo 2, que também é uma meta-análise, teve como objetivo avaliar a eficácia do treinamento aquático na melhora dos sintomas em mulheres com fibromialgia, com foco em exercícios aeróbicos e de fortalecimento. As principais descobertas incluem benefícios da terapia aquática em comparação com nenhuma intervenção na redução da dor, fadiga, impacto da fibromialgia, depressão e melhoria da função física e saúde mental em curto prazo. Enquanto a médio prazo, a terapia aquática mostrou melhorias no impacto da fibromialgia, na função física e na saúde mental.

O Artigo 3, diferente dos anteriores, trata-se de ensaio clínico randomizado e comparou a eficácia do treinamento intervalado de alta intensidade (HIT) e do treinamento contínuo de intensidade moderada (MICT) combinados com exercícios de fortalecimento e alongamento em pacientes com fibromialgia. Seus resultados evidenciam que tanto as intervenções HIT quanto MICT trouxeram melhorias significativas nos sintomas da fibromialgia, dor, capacidade funcional e qualidade de vida em comparação ao grupo de controle. O estudo apoia o uso de exercícios aeróbicos estruturados combinados com exercícios de fortalecimento e alongamento como uma abordagem benéfica para o controle dos sintomas da fibromialgia.

3.2 Acupuntura

O Artigo 4 consiste em um estudo de coorte com o objetivo de avaliar a eficácia da acupuntura no tratamento de indivíduos com fibromialgia. O trabalho encontrou melhorias significativas em todos os parâmetros avaliados, incluindo gravidade da doença medida pelo Questionário de Impacto da Fibromialgia Revisado (FIQ-R), características da dor neuropática, sintomas somáticos e catastrofização da dor. Um número significativo de pacientes apresentou melhora nas pontuações do FIQ-R, com 85,4% apresentando melhora geral e 40,6% experimentando melhora clinicamente significativa.

3.3 Educação em neurociência

O Artigo 5, que se tratou de um ensaio clínico controlado não randomizado e tinha como objetivo analisar a eficácia de intervenção em grupo de mulheres de um programa de educação em neurociência da dor, encontrou melhorias significativas no grupo de intervenção (GI) em comparação ao grupo de controle (GC) em termos de gravidade dos sintomas, capacidade funcional e impacto da dor, conforme indicado pelas reduções nas pontuações em vários testes.

Observou-se que 20% mais mulheres no GI apresentaram comprometimento funcional leve (pontuação FIQ < 39) em comparação ao GC, indicando uma melhora significativa no estado funcional. Quase metade das mulheres no GI não atendia mais aos critérios para fibromialgia após a intervenção, sugerindo uma redução substancial na gravidade da doença. O estudo conclui que a intervenção é viável e eficaz em um ambiente de atenção primária, o que é um ponto importante para a aplicação prática.

Corroborando com o anterior, o Artigo 6, um ensaio clínico controlado randomizado com o objetivo de avaliar a eficácia de uma intervenção de grupo estruturada baseada na educação em neurociência da dor, constatou melhorias significativas nas pontuações do Questionário de Impacto da Fibromialgia (FIQ) em pacientes que receberam educação em neurociência da dor (END), em comparação com aqueles que receberam tratamento convencional.

Uma porcentagem substancial de pacientes no GI apresentou reduções significativas nas pontuações do FIQ, com 69,1% alcançando uma redução $\geq 20\%$ e 39,7% alcançando uma redução $\geq 50\%$, em comparação com porcentagens muito menores no GC. A intervenção foi eficaz na redução do impacto da fibromialgia em

vários sintomas, como dor, ansiedade e pensamentos catastróficos, conforme evidenciado por melhorias em diversas escalas de avaliação. O estudo destaca a eficácia da END na melhoria dos resultados para pacientes com fibromialgia, com diferenças significativas observadas em diversas medidas importantes em comparação ao tratamento usual.

Em concordância, o Artigo 7, um estudo transversal com o objetivo de avaliar a eficácia de uma intervenção em grupo na Atenção Primária em pacientes com fibromialgia (FM) com base na educação em neurociência da dor, constatou melhorias estatisticamente significativas em todas as três categorias estudadas (WPI, SS e FIQ) desde a primeira visita, que se mantiveram até a visita final, 12 meses depois, indicando um efeito positivo sustentado da intervenção.

Um número significativo de pacientes (53%) obteve um impacto funcional não grave ($FIQ < 39$), indicando uma redução substancial no impacto funcional da fibromialgia. Uma proporção notável de pacientes (66%) não atendia mais aos critérios de diagnóstico para fibromialgia ao final do estudo, sugerindo uma redução significativa nos sintomas. Descobriu-se que a intervenção diminuiu o impacto da fibromialgia na funcionalidade e no humor, conforme medido pelo FIQ, sendo um indicador recomendado na pesquisa sobre fibromialgia.

Houve uma redução significativa nas áreas de dor e na gravidade dos sintomas, reforçando ainda mais a eficácia da intervenção. O estudo demonstrou que uma intervenção baseada em grupo usando END é viável na atenção primária com alta retenção de participantes, indicando aplicabilidade prática.

3.4 Estimulação transcraniana

O Artigo 8, um ensaio clínico randomizado com o objetivo de investigar se a estimulação transcraniana por corrente contínua (tDCS) associada a exercícios funcionais melhoraria a dor, o desempenho funcional, os sintomas psicológicos e a qualidade de vida em pacientes com fibromialgia (FM) em comparação à tDCS simulada com exercícios funcionais.

O estudo mostrou que ambos os grupos apresentaram melhorias significativas na intensidade da dor, no desempenho funcional, nos sintomas psicológicos e na qualidade de vida, mas não houve diferenças significativas entre os grupos GI e GC. Os resultados indicam que a intervenção proposta não proporcionou benefícios

adicionais além daqueles alcançados apenas pelos exercícios funcionais. A conclusão do estudo enfatiza que a tDCS associada a exercícios funcionais não potencializou os efeitos do exercício físico sobre esses desfechos.

Em contrapartida, o Artigo 9, um ensaio clínico randomizado duplo-cego, encontrou reduções significativas na catastrofização da dor e na incapacidade devido à dor no GI em comparação ao GC, indicando um efeito positivo do tratamento nesses resultados primários.

O grupo GI apresentou melhorias nos sintomas depressivos e na qualidade do sono, sendo resultados secundários, sugerindo um impacto mais amplo do tratamento na saúde mental e no sono. O estudo também descobriu que o tratamento aumentou a tolerância à dor causada pelo calor, o que é outro resultado secundário, indicando um efeito na percepção da dor.

O Artigo 10 descobriu que a estimulação transcraniana contínua por corrente anódica (a-tDCS) domiciliar sobre o córtex pré-frontal dorsolateral esquerdo melhorou funções cognitivas como atenção executiva, atenção dividida, memória de trabalho e flexibilidade cognitiva em comparação ao GC.

A a-tDCS também melhorou resultados secundários como memória de trabalho, fluência verbal e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia. Os efeitos da tDCS-a nos testes cognitivos foram correlacionados com alterações nos níveis do fator neurotrófico derivado do cérebro (BDNF) e com a gravidade da disfunção do sistema modulador da dor descendente (DPMS) no início do estudo. O estudo destacou que a a-tDCS foi bem tolerada, sugerindo seu potencial como um tratamento alternativo para disfunção cognitiva na fibromialgia.

4. DISCUSSÃO

No contexto atual, não existe consenso em relação à etiologia da fibromialgia, dessa maneira o tratamento é multidisciplinar e tem um caráter paliativo com foco na melhoria da qualidade de vida daqueles que são acometidos pela doença. Nesse sentido, após análise dos resultados da pesquisa, foi possível identificar algumas opções de terapia que, segundo os artigos analisados, apresentam alguma melhora na qualidade de vida da pessoa com fibromialgia.

Dentre as possibilidades para o cuidado da fibromialgia está o exercício físico. O exercício físico é benéfico para pessoas com fibromialgia, ao reduzir a dor, melhorar da capacidade funcional e a qualidade de vida, além de diminuir a fadiga e a rigidez. Evidências sugerem que o exercício também promove benefícios moleculares ao modular marcadores inflamatórios e neurotransmissores, ajudando a reduzir a sensibilização central e a melhorar a função cognitiva, reduzindo sintomas depressivos e ansiosos, além de promover melhora na qualidade do sono. No entanto, é necessário elaborar programas de exercícios individualizados e progressivos para maximizar os benefícios e minimizar os riscos (Toledo, Plaza, González, 2025).

Nesse contexto, os achados do artigo 1 corroboram essa evidência. Os exercícios tradicionais chineses trouxeram redução da dor, melhora da qualidade do sono e alívio da depressão, mas não apresentaram melhora na qualidade de vida. Já o Artigo 2, que avaliou exercícios aquáticos, apresentou benefícios como redução da dor, fadiga, diminuição do impacto da fibromialgia, melhora na depressão/saúde mental e melhora da função física. Entretanto, a terapia aquática, quando comparada aos exercícios em terra, não se mostrou superior em termos de intensidade da dor e impacto na fibromialgia.

Quando comparados diferentes tipos de exercícios: aeróbico, resistência e alongamento; observa-se que os aeróbicos apresentam redução na percepção da dor, na depressão e melhora a qualidade de vida; os exercícios de resistência são responsáveis por diminuir a percepção da dor e melhorar a qualidade de vida, principalmente no aspecto físico; e os alongamentos reduzem a percepção da dor e melhoram a qualidade de vida, embora seu efeito sobre a depressão não seja significativo (Couto et al., 2022).

Contudo, o Artigo 3 destacou que tanto HIT quanto MICT trouxeram melhorias significativas nos sintomas da fibromialgia. Benefícios como redução da dor, melhora

da capacidade funcional e da qualidade de vida. No entanto, não houve diferença significativa na eficácia entre HIT e MICT.

Outra possibilidade de tratamento para fibromialgia é a acupuntura, embora apresente resultados heterogêneos, com alguns estudos evidenciando resultados positivos, enquanto outros não diferem significativamente dos tratamentos simulados. Dentre os artigos que recomendam a acupuntura, constataram-se melhorias na dor, na qualidade do sono e na qualidade de vida (Berger et al., 2021).

Nessa temática, o Artigo 4 encontrou melhorias significativas no uso da acupuntura para tratamento da fibromialgia. Dentre os parâmetros avaliados, destaca-se o FIQ-R, com um número relevante de pacientes apresentando melhoras nas suas pontuações, com 85,4% apresentando melhora geral e 40,6% experimentando melhora clinicamente significativa.

Corroborando com o Artigo 4, outro estudo conclui que a acupuntura é eficaz para o alívio da dor e melhora de sintomas como ansiedade e depressão, mas ressalta a necessidade de um melhor desenho de ensaios clínicos para verificar a eficácia. Direções futuras de pesquisas incluem explorar o mecanismo analgésico central da acupuntura para fibromialgia, indicando uma mudança em direção à compreensão dos mecanismos subjacentes (Li et al., 2022).

Além do exercício, outra possibilidade de tratamento é a Educação em Neurociência da Dor (END). Uma metanálise que avaliou o impacto da END na intensidade da dor, no impacto da fibromialgia, na ansiedade e na catastrofização da dor, encontrou melhorias significativas na intensidade da dor pós-intervenção e no impacto da fibromialgia no acompanhamento, mas nenhum efeito relevante na ansiedade e na catastrofização da dor (Martí et al., 2022).

Em concordância, os três artigos encontrados nesta revisão integrativa apresentaram resultados semelhantes em relação aos desdobramentos da END. O Artigo 5 constatou melhorias na gravidade dos sintomas, capacidade funcional e impacto da dor, com quase metade das mulheres que passaram pela intervenção deixando de se enquadrar nos critérios para Fibromialgia.

Bem como o Artigo 6, que identificou evolução na dor, ansiedade e pensamentos catastróficos como benefícios. Por fim, o Artigo 7 concluiu que a END diminuiu o impacto da fibromialgia na funcionalidade, no humor, na dor e na gravidade

dos sintomas, com mais da metade dos pacientes deixando de atender aos critérios de fibromialgia.

A combinação da Educação em Neurociência da Dor (PNE) com exercícios físicos trouxe melhorias significativas no grupo de intervenção (GI) em comparação ao grupo de controle (GC) em termos de gravidade dos sintomas, capacidade funcional e impacto da dor. Uma descoberta notável foi que 20% mais mulheres no GI apresentaram comprometimento funcional leve (pontuação FIQ < 39) em comparação ao GC, indicando uma melhora significativa no estado funcional. Quase metade das mulheres no GI não atendia mais aos critérios para fibromialgia após a intervenção, sugerindo uma redução substancial na gravidade da doença (Areso-Bóveda et al., 2022).

Com relação à estimulação transcraniana (tDCS), que também foi identificada como possibilidade de tratamento para fibromialgia, o Artigo 8 não identificou diferença relevante na intensidade da dor, no desempenho funcional, nos sintomas psicológicos e na qualidade de vida, quando comparados GC e GI.

Ao contrário dos Artigos 9 e 10, que encontraram benefícios na tDCS. O Artigo 9 evidenciou reduções significativas na catastrofização da dor, na incapacidade devido à dor, melhorias nos sintomas depressivos e na qualidade do sono. Enquanto o Artigo 10 apresentou melhora nas funções cognitivas como atenção executiva, atenção dividida, memória de trabalho e flexibilidade cognitiva.

Quando comparada à tDCS, a estimulação magnética transcraniana (EMT) é eficaz nos sintomas da fibromialgia. Tanto a tDCS quanto a EMT mostram melhorias no limiar de dor à pressão, na catastrofização e na qualidade de vida quando aplicadas ao córtex motor, e na fadiga quando aplicadas ao córtex pré-frontal dorsolateral. Com relação à redução da dor tanto a curto quanto a médio prazo, a tDCS aplicada ao córtex motor foi eficaz. Os efeitos em relação à ansiedade e à depressão foram mistos ou inconclusivos (Conde-Antón et al., 2020).

Dentre os artigos encontrados nessa revisão, todos abordaram métodos de tratamento não farmacológicos. Nesse sentido, alguns especialistas concordam que os principais tratamentos recomendados para todos os sintomas incluem exercícios, educação, higiene do sono e terapia cognitivo-comportamental. Exercícios mente-corpo funcionam especificamente para dor, fadiga e sono, enquanto atenção plena serve para depressão e como tratamento adjuvante para outros sintomas (Kundakici

et al., 2022). Enquanto outro artigo traz como recomendações não farmacológicas: exercícios aeróbicos e fortalecimento muscular, com forte evidência na redução de dor, fadiga e melhora na qualidade do sono; terapia cognitivo-comportamental, terapia multicomponente, acupuntura, hidroterapia, yoga, tai chi, mindfulness (ambas com eficácia moderada a demonstrada); redução do estresse e técnicas de relaxamento (Robles et al., 2022).

Mas também existe a abordagem farmacológica para o tratamento da fibromialgia. Dentre os medicamentos recomendados estão os antidepressivos tricíclicos (como amitriptilina), que auxiliam na dor, sono e fadiga; anticonvulsivantes (pregabalina e gabapentina), que atuam na redução da excitabilidade neuronal e aliviam a dor; inibidores de recaptção de serotonina e noradrenalina (duloxetina, milnacipran), que reduzem o sintoma de dor com efeitos colaterais diversos; relaxantes musculares (como ciclobenzaprina), usados para melhorar o sono e relaxar a musculatura; Opioides (como tramadol), utilizados com cautela, devido à limitada evidência e potencial de dependência; hipnóticos e fármacos antipsicóticos (como quetiapina), usados em curto prazo para problemas de sono e sintomas emocionais, respectivamente (Robles et al, 2022; Wasti et al, 2023).

Ao comparar as quatro categorias de intervenção identificadas nesta revisão, observa-se que o exercício físico e a Educação em Neurociência da Dor (END) concentram os estudos de maior nível de evidência, com predominância de revisões sistemáticas com meta-análise e ensaios clínicos randomizados, classificados nos níveis I e II.

Além disso, os resultados dessas duas intervenções foram consistentemente positivos entre os artigos analisados, com melhorias expressivas na dor, na funcionalidade e na qualidade de vida. A acupuntura, embora tenha apresentado resultados expressivos, está representada nesta revisão por um único estudo de coorte, de nível IV, o que limita a força de sua recomendação. Já a estimulação transcraniana por corrente contínua (tDCS) apresentou resultados heterogêneos, com um dos três estudos não identificando benefício adicional em relação ao grupo controle, sugerindo que sua indicação deva ser criteriosamente avaliada.

Diante desse panorama, o exercício físico combinado com a END emerge como a estratégia com maior respaldo científico para o cuidado da pessoa com fibromialgia, corroborando o consenso internacional multidisciplinar de que

intervenções físicas e educacionais devem ser priorizadas no manejo da síndrome, podendo ser complementadas por acupuntura, higiene do sono e terapia cognitivo-comportamental como tratamentos adjuvantes (Kundakci et al., 2022).

O enfermeiro ocupa uma posição estratégica no cuidado da pessoa com fibromialgia, especialmente por ser um dos primeiros profissionais a estabelecer contato com o paciente na atenção primária à saúde. Nesse contexto, as condições crônicas que envolvem dor, como a fibromialgia, foram apontadas como uma das prioridades centrais para a prática de enfermagem, sendo o enfermeiro reconhecido como provedor de primeira linha no manejo da dor crônica, com papel fundamental na educação do paciente, na articulação interprofissional e na promoção do autocuidado (Calvo-Lobo, 2023).

Entre as competências do enfermeiro no cuidado à pessoa com fibromialgia, destacam-se: a realização de avaliações sistematizadas da dor e dos sintomas associados; a condução de programas de educação em saúde voltados à compreensão da doença e ao autocuidado; a orientação sobre higiene do sono, técnicas de relaxamento e adesão ao exercício físico regular; e o suporte emocional frente às comorbidades psicológicas frequentes nessa população. Estudos recentes demonstram que programas liderados por enfermeiros, com foco em educação individualizada para pessoas com fibromialgia, resultam em melhoras significativas na qualidade do sono e na experiência da dor (Abd El Kader et al., 2025).

Ademais, o enfermeiro atua como articulador do cuidado multidisciplinar, promovendo a integração entre médicos, fisioterapeutas, psicólogos e demais profissionais, papel central para a abordagem holística e efetiva que a fibromialgia exige (Ryan, 2024).

Embora todas as intervenções identificadas nesta revisão sejam de natureza não farmacológica, é fundamental compreendê-las como componentes complementares e não substitutos do tratamento medicamentoso. A literatura atual aponta que as abordagens farmacológicas isoladas apresentam eficácia limitada na fibromialgia, com apenas uma minoria de pacientes experimentando benefícios sustentados com o uso exclusivo de medicamentos, frequentemente interrompidos por falta de eficácia ou pelos efeitos adversos (Perrot, 2025).

Nesse sentido, as diretrizes internacionais vigentes recomendam uma abordagem combinada, em que as intervenções não farmacológicas, como exercícios

físicos, educação em neurociência da dor, acupuntura e estimulação transcraniana, sejam integradas ao tratamento farmacológico de forma sinérgica, personalizada e centrada no paciente (Kundakci et al., 2022).

Essa combinação deve considerar o perfil clínico individual, as comorbidades presentes e a relação custo-benefício de cada intervenção, reforçando que o manejo efetivo da fibromialgia exige não apenas a prescrição de fármacos ou a indicação isolada de terapias, mas a construção de um plano terapêutico integrado, revisado periodicamente e conduzido por uma equipe multidisciplinar (Giorgi et al., 2024).

5. CONCLUSÃO

Conclui-se que o cuidado à pessoa com fibromialgia deve ser multidimensional, baseado em evidências e centrado na promoção da funcionalidade e qualidade de vida, sendo necessária a ampliação de estudos com maior rigor metodológico e acompanhamento em longo prazo.

Como não existem exames específicos para diagnosticar e avaliar a Fibromialgia, os instrumentos de avaliação das intervenções encontradas na revisão dependem da aplicação de questionários e consequentemente das limitações relacionadas a esse método de avaliação. Apesar disso, identificou-se que o tratamento da fibromialgia requer uma abordagem multidisciplinar. Nesse sentido, o tratamento que aparenta trazer mais efeitos está na combinação de intervenções psicológicas, exercícios físicos e fármacos, com planos personalizados e individualizados com metas funcionais e revisão periódica, considerando a relação custo-benefício para o paciente.

REFERÊNCIAS

Abd El Kader, Aziza Ibrahim et al. Effect of a Nurse-Led Teaching Program on Sleep Disturbances and Pain Experiences Among Patients With Fibromyalgia. **SAGE Open Nursing**, v. 11, p. 23779608251350912, jun. 2025. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/23779608251350912>. Acesso em: 17 fev. 2026.

ARESO-BÓVEDA, P. B. et al. Effectiveness of a group intervention using pain neuroscience education and exercise in women with fibromyalgia: a pragmatic controlled study in primary care. **BMC Musculoskeletal Disorders**, v. 23, n. 1, 4 abr. 2022. DOI: [10.1186/s12891-022-05284-y](https://doi.org/10.1186/s12891-022-05284-y).

ATAN, T.; KARAVELIOĞLU, Y. Effectiveness of high-intensity interval training versus moderate-intensity continuous training in patients with fibromyalgia: A pilot randomized controlled trial. **Archives of Physical Medicine and Rehabilitation**, jun. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2020.05.022>.

BARRENGOIA-CUADRA, M. J. et al. Efecto de la educación en neurociencia del dolor en pacientes con fibromialgia: intervención grupal estructurada en atención primaria. **Atención Primaria**, v. 53, n. 1, p. 19-26, 1 jan. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2019.10.007>.

BERGER, A. A. et al. Efficacy of acupuncture in the treatment of fibromyalgia. **Orthopedic Reviews**, v. 13, n. 2, 22 jun. 2021. DOI: [10.52965/001c.25085](https://doi.org/10.52965/001c.25085).

Calvo-Lobo, César. Nursing guidelines and multidisciplinary approach of chronic pain. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 31, e4017, nov. 2023. Disponível em: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10631290/>. Acesso em: 17 fev. 2026.

CONDE-ANTÓN, Á. et al. Efectos de la estimulación transcraneal por corriente directa y de la estimulación magnética transcraneal en pacientes con fibromialgia. Revisión sistemática. **Neurología**, out. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.nrl.2020.07.024>.

CORNELIO, P. et al. The effect of home-based transcranial direct current stimulation in cognitive performance in fibromyalgia: A randomized, double-blind sham-controlled trial. v. 16, 24 nov. 2022. DOI: <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.992742>.

CORREYERO-LEÓN, M. et al. Effectiveness of aquatic training based on aerobic and strengthening exercises in patients with fibromyalgia: systematic review with meta-analysis. **EXPLORE**, 6 jul. 2023. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.explore.2023.07.003>.

COUTO, N. et al. Effect of different types of exercise in adult subjects with fibromyalgia: a systematic review and meta-analysis of randomised clinical trials. **Scientific Reports**, v. 12, n. 1, p. 10391, 20 jun. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-022-14213-x>

DI CARLO, M.; BECI, G.; SALAFFI, F. Acupuncture for Fibromyalgia: An Open-Label Pragmatic Study on Effects on Disease Severity, Neuropathic Pain Features, and Pain Catastrophizing. **Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine**, v. 2020, p. 1-8, 25 fev. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1155/2020/9869250>.

FINEOUT-OVERHOLT, E. et al. Evidence-Based Practice Step by Step: Critical Appraisal of the Evidence: Part I. **American Journal of Nursing**, v. 110, n. 7, p. 47-52, jul. 2010. DOI: 10.1097/01.NAJ.0000383935.22721.9c.

Giorgi, Valeria; Sarzi-Puttini, Piercarlo; Pellegrino, Greta et al. Pharmacological Treatment of Fibromyalgia Syndrome: A Practice-Based Review. **Current Pain and Headache Reports**, v. 28, p. 1349-1363, 2024. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11916-024-01277-9>. Acesso em: 17 fev. 2026.

HAMILTON, A. D. **Fibromyalgia Syndrome: A Pathoneurological Basis of Disease**. Disponível em: <<https://digitalcommons.liberty.edu/honors/333/>>. Acesso em: 30 jul. 2025.

KUNDAKCI, B. et al. International, multidisciplinary Delphi consensus recommendations on non-pharmacological interventions for fibromyalgia. **Seminars in Arthritis and Rheumatism**, v. 57, p. 152101, dez. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.semarthrit.2022.152101>.

LI, P. et al. Knowledge Mapping of Acupuncture for Fibromyalgia from 1990 to 2022: A Bibliometric Analysis. **Journal of Pain Research**, v. 15, p. 2405-2426, 2022. DOI: <https://doi.org/10.2147/JPR.S379699>.

MARQUES, AP et al. Prevalência de fibromialgia: atualização da revisão de literatura. **Revista Brasileira de Reumatologia**, ver 57, n.º 4, p. 356-363, jul. 2017. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rbre.2017.01.005>

Martí, L. S. et al. Effectiveness of Pain Neuroscience Education in Patients with Fibromyalgia: A Systematic Review and Meta-Analysis, *Pain Medicine*, Volume 23, 11, Nov 2022, Pages 1837-1850, <https://doi.org/10.1093/pm/pnac077>.

MATIAS, M. G. L. et al. Transcranial Direct Current Stimulation Associated With Functional Exercise Program for Treating Fibromyalgia: A Randomized Controlled Trial. **Archives of Physical Medicine and Rehabilitation**, v. 103, n. 2, p. 245-254, 1 set. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2021.06.029>.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto & Contexto-Enfermagem**, v. 28, p. e20170204, 2019.

Perrot, Serge. Fibromyalgia: do I tackle you with pharmacological treatments? **PAIN Reports**, v. 10, n. 1, p. e1222, fev. 2025. Disponível em:

https://journals.lww.com/painrpts/fulltext/2025/02000/fibromyalgia_do_i_tackle_you_with_pharmacological.17.aspx. Acesso em: 17 fev. 2026.

PROKOP-PRZYBYŁ, E.; KECZMER, P.; SAMBORSKI, W. Fibromyalgia – new horizons. **Rheumatology Forum**, v. 8, n. 1, p. 27-30, 2022. DOI: 10.5603/RF.2022.0004

ROBLES, V. R. et al. Fibromialgia en Chile: revisión de la literatura y propuesta para una futura política pública en atención primaria de salud: Fibromyalgia in Chile: literature review and proposal for a future public policy the primary healthcare system. **ARS MEDICA Revista de Ciencias Médicas**, v. 47, n. 4, p. 69-80, 26 dez. 2022. DOI: <https://doi.org/10.11565/arsmed.v47i4.1863>.

Ryan, Sarah. Fibromyalgia: causes, symptoms, diagnosis and management. **Nursing Times** [online], v. 120, n. 5, abr. 2024. Disponível em: <https://www.nursingtimes.net/musculoskeletal-and-orthopaedics/fibromyalgia-causes-symptoms-diagnosis-and-management-22-04-2024/>. Acesso em: 17 fev. 2026.

SARZI-PUTTINI, P. et al. Fibromyalgia: an update on clinical characteristics, aetiopathogenesis and treatment. **Nature Reviews Rheumatology**, v. 16, n. 11, p. 645-660, 1 nov. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41584-020-00506-w>

SILVA, Danielle Souza Fialho da. O alarme que precisa ser regulado: os debates médicos sobre a fibromialgia na sociedade brasileira de reumatologia entre as décadas de 1990 e 2010. 2014. 113 f. Dissertação (Mestrado em História das Ciências e da Saúde) - Fundação Oswaldo Cruz. Casa de Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, RJ, 2014. <https://arca.fiocruz.br/items/97aecaad-de59-477d-824f-1e8216fe4648>

SOUZA, J. B. DE; 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**, v. 1, n. 4, 2018. DOI: <https://doi.org/10.5935/2595-0118.20180065>

ST. JOHN, A. W. et al. Fibromyalgia. **The Nurse Practitioner**, v. 47, n. 4, p. 20-30, abr. 2022. DOI: [10.1097/01.NPR.0000822536.18719.50](https://doi.org/10.1097/01.NPR.0000822536.18719.50)

TOLEDO, N. G.; PLAZA, R. S.; GONZÁLEZ, M. L. Efectividad y beneficios del ejercicio físico en pacientes con fibromialgia: una revisión bibliográfica. **Rehabilitación Integral**, v. 18, n. 1, p. 9-18, 16 jan. 2025. DOI: <https://doi.org/10.51230/ri.v18i1.97>

WASTI, A. Z. et al. Fibromyalgia interventions, obstacles and prospects: narrative review. **Acta Myologica**, v. 42, n. 2-3, p. 71-81, 13 out. 2023. DOI: <https://doi.org/10.36185/2532-1900-334>.

WOLFE, F.; HÄUSER, W. Fibromyalgia diagnosis and diagnostic criteria. **Annals of Medicine**, v. 43, n. 7, p. 495-502, 19 jul. 2011. DOI: <https://doi.org/10.3109/07853890.2011.595734>

WOLNEI CAUMO et al. Impact of Bifrontal Home-Based Transcranial Direct Current Stimulation in Pain Catastrophizing and Disability due to Pain in Fibromyalgia: A Randomized, Double-Blind Sham-Controlled Study. **The Journal of Pain**, v. 23, n. 4, p. 641-656, 13 nov. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2021.11.002>.

ZHANG, H. et al. Effects of traditional Chinese exercises in fibromyalgia syndrome: A meta-analysis of randomized controlled trials. **Complementary Therapies in Medicine**, v. 80, p. 103019-103019, 9 jan. 2024. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2024.103019> .