ISSN: 2675-7222

PERCEPÇÃO DE PACIENTES COM FIBROMIALGIA SOBRE A AÇÃO DA FISIOTERAPIA NA REDUÇÃO DOS SINTOMAS

PERCEPTION OF PATIENTS WITH FIBROMYALGIA REGARDING THE EFFECT OF PHYSIOTHERAPY ON REDUCING SYMPTOMS

https://doi.org/10.63330/sasciencesv6n2-314

Submetido em: 06/11/2026 e Publicado em: 12/11/2026

SAS: e26543

Layanne Mabel Violante Costa
Graduanda em Fisioterapia
Centro Universitário de Patos - UNIFIP
E-mail: layannecosta@fisio.fiponline.edu.br

Laysa Gabrielle Silva Medeiros
Mestrado em Saúde Coletiva (UNISANTOS – SP)
Docentes do Centro Universitário de Patos - UNIFIP
E-mail: laysamedeiros@fiponline.edu.br

Aline Guimarães Carvalho
Mestre
Centro Universitário de Patos UNIFIP
E-mail: alinecarvalho@fiponline.edu.br

Ana Mayara Pereira Vilar Trigueiro
Especialista
Faculdades Integradas de Patos - FIP
ORCID: https://orcid.org/0009-0000-0644-4612

Rubia Karine Diniz Dutra
Mestre
Fundação Rubens Dutra Segundo
E-mail: rubiadutra@gmail.com

Matheus Primo Trajano
Ensino médio completo
Colégio Estadual Santo Antônio
E-mail: Matheustrajano5377@gmail.com

Bianca Araújo da Silva
Biomedicina
Centro Universitário Leonardo da Vinci (UNIASSELVI).
E-mail: Araujobianca7654@gmail.com

Isabela Costa Emídio
Técnica de Enfermagem
Escola Ômega
E-mail: belaemidio1996@outlook.com

Resumo

A fibromialgia é uma síndrome crônica caracterizada por dor musculoesquelética generalizada, fadiga, distúrbios do sono e alterações cognitivas e psicológicas. Embora afete predominantemente mulheres adultas, a condição pode ocorrer em diferentes faixas etárias. Como estratégia não farmacológica, a fisioterapia, especialmente por meio de exercícios aeróbicos, fortalecimento muscular e atividades aquáticas, pode contribuir para a redução da dor e da fadiga, além de melhorar a capacidade funcional e a qualidade de vida dos pacientes. O presente estudo teve como objetivo analisar a percepção de pacientes com fibromialgia sobre as contribuições da fisioterapia para a melhora dos sintomas, da capacidade funcional e da qualidade de vida. Trata-se de uma pesquisa de campo, exploratória e descritiva, com abordagem quanti-qualitativa, realizada com participantes do grupo de fibromialgia atendido na Clínica-Escola de Fisioterapia do UNIFIP, em Patos, Paraíba. Os dados foram coletados por meio de questionário estruturado, composto por perguntas abertas e fechadas, e analisados por estatística descritiva e análise qualitativa descritiva. Participaram do estudo 15 mulheres com fibromialgia, das quais 67% tinham entre 51 e 61 anos e 40% apresentavam tempo de diagnóstico entre um e três anos. Todos as participantes relataram satisfação com o tratamento fisioterapêutico. Quanto à capacidade funcional, 60% referiram estar "muito melhor", enquanto 86% relataram contribuição total da fisioterapia para a qualidade de vida. A fisioterapia foi considerada essencial por todas as participantes. Entre os recursos utilizados, destacaram-se a educação em saúde (100%), a hidroterapia (86%), a eletroterapia (80%) e a massoterapia (46%). Os sintomas com maior frequência de melhora percebida foram rigidez muscular (86%), fadiga (80%) e dor generalizada (60%). Os relatos qualitativos também apontaram percepções positivas relacionadas aos sintomas, à funcionalidade e ao bem-estar emocional. Conclui-se que os participantes perceberam contribuições positivas da fisioterapia para o manejo dos sintomas, a capacidade funcional e a qualidade de vida, ressaltando a importância dessa abordagem no cuidado às pessoas com fibromialgia.

Palavras-chave: Fibromialgia; Percepção; Qualidade de vida; Sintomas.

Abstract

Fibromyalgia is a chronic syndrome characterized by widespread musculoskeletal pain, fatigue, sleep disturbances, and cognitive and psychological changes. Although it predominantly affects adult women, the condition can occur across different age groups. As a non-pharmacological strategy, physical therapy,

particularly through aerobic exercise, muscle strengthening, and aquatic activities, may contribute to reducing pain and fatigue, as well as improving patients' functional capacity and quality of life. This study aimed to analyze the perceptions of patients with fibromyalgia regarding the contributions of physical therapy to improvements in symptoms, functional capacity, and quality of life. This was na exploratory and descriptive field study with a quantitative and qualitative approach, conducted with participants from a fibromyalgia group receiving care at the Physical Therapy School Clinic of UNIFIP, in Patos, Paraíba, Brazil. Data were collected using a structured questionnaire consisting of open-ended and closed-ended questions and analyzed using descriptive statistics and descriptive qualitative analysis. The study included 15 women with fibromyalgia, of whom 67% were aged between 51 and 61 years, and 40% had been diagnosed between one and three years earlier. All participants reported satisfaction with physical therapy. Regarding functional capacity, 60% reported feeling "much better," while 86% indicated that physical therapy had contributed completely to their quality of life. All participants considered physical therapy essential. The most frequently used interventions were health education (100%), hydrotherapy (86%), electrotherapy (80%), and massage therapy (46%). The symptoms most frequently reported as improved were muscle stiffness (86%), fatigue (80%), and widespread pain (60%). Qualitative accounts also revealed positive perceptions regarding symptoms, functionality, and emotional well-being. It is concluded that participants perceived positive contributions of physical therapy to symptom management, functional capacity, and quality of life, highlighting the importance of this approach in the care of people with fibromyalgia.

Keywords: Fibromyalgia; Perception; Quality of life; Symptoms.

1 INTRODUÇÃO

A Fibromialgia (FM) é uma síndrome crônica caracterizada por dor musculoesquelética generalizada, fadiga, distúrbios do sono, alterações cognitivas e manifestações emocionais, que podem repercutir significativamente na qualidade de vida e na funcionalidade dos indivíduos acometidos. Considerada uma condição de etiologia multifatorial, sua fisiopatologia envolve alterações nos mecanismos de processamento da dor, incluindo a sensibilização central e possíveis disfunções neuroendócrinas (Dumont et al., 2024).

A FM acomete predominantemente mulheres e constitui um importante problema de saúde pública, em razão de sua elevada prevalência e das repercussões funcionais decorrentes da condição, que podem interferir nas atividades cotidianas e na qualidade de vida dos pacientes (Arnold et al., 2019).

Além das manifestações físicas, a fibromialgia apresenta frequentemente associação com sintomas psicológicos, especialmente ansiedade, depressão e estresse. Esses fatores podem contribuir para a

intensificação da percepção dolorosa e para o agravamento das limitações funcionais, ampliando as repercussões da doença sobre a vida dos indivíduos (Souza; Carvalho; Santos, 2023; Oliveira; Pereira, 2023).

A presença contínua da dor interfere nas atividades de vida diária, nas relações sociais, familiares e ocupacionais, reduzindo a autonomia e o bem-estar dos indivíduos acometidos. Nesse contexto, a compreensão da síndrome requer uma abordagem biopsicossocial, considerando a interação entre fatores biológicos, emocionais e ambientais envolvidos em seu desenvolvimento e manutenção (Häuser et al., 2021; Siracusa et al., 2021).

A literatura enfatiza que a combinação de intervenções produz resultados superiores ao uso de modalidades isoladas Programas multimodais que integram exercícios físicos com educação em saúde e intervenções cognitivas demonstram eficácia expressiva na redução da dor, fadiga e distúrbios do sono, além de promover autonomia (Li et al., 2025).

Entre as intervenções terapêuticas disponíveis, a Fisioterapia ocupa papel relevante no manejo da fibromialgia, contribuindo para a redução da dor, a melhora da funcionalidade e o aumento da capacidade física. Exercícios terapêuticos, treinamento aeróbico, hidroterapia e terapia manual têm demonstrado resultados favoráveis no controle dos sintomas e na promoção da funcionalidade desses pacientes (Macfarlane et al., 2017; Franco et al., 2023).

Além dos efeitos físicos, a Fisioterapia também pode influenciar positivamente aspectos emocionais e psicossociais relacionados à doença. A participação em programas de exercícios supervisionados está associada à melhora do humor, da qualidade do sono, da autoestima e da percepção de controle sobre a própria saúde (Li et al., 2025; Bidonde et al., 2023; Häuser et al., 2021).

Evidências recentes indicam que intervenções estruturadas e supervisionadas, que combinam exercícios aeróbicos, resistidos e aquáticos com educação em dor e terapia manual, podem promover benefícios abrangentes nos aspectos físicos, emocionais e sociais relacionados à fibromialgia. Entretanto, a heterogeneidade dos protocolos utilizados e a necessidade de estratégias que favoreçam a adesão e a manutenção dos resultados evidenciam a importância do desenvolvimento de intervenções padronizadas e de longo prazo (Li et al., 2025)

Dessa forma, o estudo teve como objetivo analisar a percepção de pacientes com fibromialgia sobre o tratamento fisioterapêutico, considerando a satisfação com o atendimento, o conhecimento sobre a atuação da fisioterapia e as mudanças percebidas nos sintomas, na capacidade funcional e na qualidade de vida.

2 METODOLOGIA

Trata-se de uma pesquisa de campo de natureza exploratória e descritiva, com abordagem quanti-qualitativa, cuja realização ocorreu com um grupo de fibromialgia atendidos na Clínica Escola de Fisioterapia, localizada na cidade de Patos/PB.

A população do estudo foi composta por pacientes com diagnóstico de fibromialgia atendidos no grupo de fisioterapia de uma Clínica-Escola de Fisioterapia, localizada no município de Patos, Paraíba. A amostra foi constituída por 15 participantes, selecionados por meio de amostragem não probabilística por conveniência, conforme os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos para a pesquisa.

Foram incluídos pacientes com diagnóstico clínico de fibromialgia, de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 18 anos, que estivessem em acompanhamento fisioterapêutico na referida instituição e concordassem em participar da pesquisa. Foram excluídos os indivíduos que apresentaram dificuldades cognitivas que impossibilitaram a compreensão e o preenchimento do instrumento de coleta de dados, bem como aqueles que não concordassem em participar ou que desistissem da pesquisa durante sua realização.

A coleta de dados foi realizada por meio de um questionário estruturado, elaborado pelos pesquisadores, contendo perguntas fechadas e abertas. O instrumento foi composto por questões referentes às características sociodemográficas dos participantes, ao conhecimento prévio sobre a atuação da fisioterapia no tratamento da fibromialgia, ao grau de satisfação com o tratamento fisioterapêutico e à percepção dos pacientes acerca da eficácia dos recursos fisioterapêuticos utilizados na redução dos sintomas.

Os participantes foram abordados de forma individual, em local reservado na Clínica Escola de Fisioterapia do UNIFIP, antes ou após as sessões do grupo de fisioterapia. Após esclarecimentos sobre os objetivos da pesquisa, os participantes que concordaram em participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Como análise opinativa, os dados da amostra foram analisados, tabulados e graficados utilizando o software Microsoft Excel. As respostas à única questão aberta foram analisadas qualitativamente, mediante leitura e síntese dos conteúdos recorrentes, sendo os resultados apresentados de forma narrativa e ilustrados por trechos representativos.

A realização deste estudo considerou a Resolução nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde que rege sobre a ética da pesquisa envolvendo seres humanos direta ou indiretamente, assegurando a garantia de que a privacidade do sujeito da pesquisa será preservada. A pesquisa foi submetida ao Comitê de Ética em Pesquisa do Centro Universitário de Patos e aprovada sob o Parecer nº 8.447.481.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do estudo 15 mulheres com diagnóstico de Fibromialgia, correspondendo a 100% da amostra. Quanto à faixa etária, observou-se predominância de participantes entre 51 e 61 anos (67%). Em relação às características sociodemográficas, prevaleceram as mulheres casadas (60%) e com ensino médio completo (53%). O perfil sociodemográfico das participantes está apresentado na Tabela 1.

Tabela 1 – Perfil Sociodemográfico das participantes com fibromialgia (n=15).

Variáveis	N (%)
Sexo	
Masculino	0 (0%)
Feminino	15(100%)
Idade	
43-50	5 (33%)
51-61	10 (67%)
Estado Civil	
Casado	9 (60%)
Solteiro	2 (13%)
Divorciado	3 (20%)
Viúvo	1 (7%)
Mais alto nível de escolaridade	
Pós-graduação (Stricto sensu, nível mestrado)	0 (0%)
Pós-graduação (Stricto sensu, nível doutor)	0 (0%)
Pós – graduação	1 (7%)
Ensino médio completo	8 (53%)
Ensino médio incompleto	1 (7%)
Ensino fundamental completo	2 (13%)
Ensino fundamental incompleto	2 (13%)
Ensino superior incompleto	1 (7%)

Fonte: Dados da pesquisa (2026)

A predominância feminina também foi identificada nos estudos de Oliveira *et al*. (2024) ao realizarem um estudo com pacientes com fibromialgia, 96,72% da amostra era composta por mulheres, com idade média de 50,38 anos, demonstrando uma distribuição etária semelhante à encontrada neste estudo. Esse padrão pode estar relacionado às características epidemiológicas descritas para a síndrome, embora a predominância feminina não deva ser interpretada isoladamente, uma vez que fatores biológicos, psicossociais e socioculturais podem participar da experiência e da procura por atendimento em saúde.

A concentração de participantes entre 51 e 61 anos merece atenção, pois essa etapa da vida pode coincidir com mudanças relacionadas ao envelhecimento, alterações hormonais, modificações nas atividades ocupacionais e familiares e maior ocorrência de outras condições crônicas. Nos estudos de Cardoso *et al*. (2011) ao avaliarem mulheres com fibromialgia, a média de idade das participantes com a síndrome foi de 53,5 anos, reforçando a presença expressiva da doença entre mulheres nessa faixa etária.

Quanto ao estado civil, observou-se predominância de mulheres casadas (60%). Esse resultado também encontra correspondência nos estudos de Oliveira, Monteiro e Lisboa (2025), uma pesquisa

realizada no Nordeste brasileiro com dez mulheres diagnosticadas com fibromialgia identificou predominância de participantes casadas, sendo nove das dez mulheres nessa condição.

Em relação à escolaridade, verificou-se que 53% das participantes possuíam ensino médio completo. Esse resultado apresenta algumas diferenças em relação à pesquisa de Oliveira *et al*. (2024), onde constataram que apenas 34,43% dos participantes da pesquisa apresentavam ensino médio completo, enquanto uma parcela expressiva possuía ensino fundamental incompleto.

Além disso, a escolaridade constitui uma variável importante no planejamento das ações de educação em saúde. Maior escolaridade pode favorecer o acesso e a compreensão de informações relacionadas à doença e ao tratamento, mas não garante, isoladamente, melhores condições de saúde ou maior adesão às estratégias terapêuticas. Nesse sentido, a abordagem da fibromialgia deve considerar as características individuais e sociais das pacientes, utilizando linguagem acessível e estratégias educativas adequadas ao nível de compreensão de cada pessoa.

Dessa forma, a fibromialgia de acordo com Graminha *et al*. (2021) pode produzir repercussões importantes sobre a qualidade de vida e a funcionalidade, reforçando a necessidade de uma assistência que considere não apenas os sintomas físicos, mas também os aspectos sociais e psicossociais envolvidos.

A Tabela 2 apresenta as características relacionadas ao diagnóstico de fibromialgia (FM) e ao tratamento fisioterapêutico das participantes. Quanto ao tempo de diagnóstico, houve predominância daquelas que conviviam com a condição entre 1 e 3 anos (40%). Todas as participantes (100%) realizavam tratamento fisioterapêutico. Em relação ao conhecimento sobre a atuação da fisioterapia na FM, antes do tratamento, a maioria relatou não possuir conhecimento prévio (67%). Após o tratamento, todas as participantes (100%) referiram que seu conhecimento sobre os benefícios da fisioterapia para a fibromialgia havia aumentado muito.

Em relação à satisfação com o tratamento fisioterapêutico, 67% das participantes relataram estar “muito satisfeitas”. Quanto à capacidade funcional para a realização das atividades diárias, 60% das participantes referiram estar “muito melhor” após o tratamento. Além disso, 86% relataram que a fisioterapia contribuiu completamente para a melhora funcional e da qualidade de vida. Todas as participantes (100%) consideraram a fisioterapia essencial no tratamento da fibromialgia.

Tabela 2 – Caracterização do diagnóstico e tratamento fisioterapêutico das participantes com fibromialgia (n=15).

Variáveis	n (%)
Tempo de diagnóstico de fibromialgia	
Menos de 1 ano	0 (0%)
1 a 3 anos	6 (40%)
4 a 6 anos	5 (33%)
Mais de 6 anos	4 (27%)
Realização de tratamento fisioterapêutico	
Sim	15 (100%)
Não	0 (0%)
Antes do tratamento, qual era seu nível de conhecimento sobre a fisioterapia para fibromialgia?	
( ) Nenhum	10 (67%)
( ) Pouco	3 (20%)
( ) Moderado	2 (13%)
( ) Muito	0 (0%)
( ) Completo	0 (0%)
Após o tratamento, como você percebe seu conhecimento sobre os benefícios da fisioterapia?	
( ) Nenhuma mudança	0 (0%)
( ) Aumentou pouco	0 (0%)
( ) Aumentou moderadamente	0 (0%)
( ) Aumentou muito	15 (100%)
Satisfação com o tratamento fisioterapêutico	
Muito satisfeito(a)	10 (67%)
Satisfeito(a)	5 (33%)
Indiferente	0 (0%)
Insatisfeito(a)	0 (0%)
Muito insatisfeito(a)	0 (0%)
Contribuição na capacidade funcional para atividades diárias	
( ) Muito melhor	9 (60%)
( ) Melhor	6 (40%)
( ) Igual	0 (0%)
( ) Pior	0 (0%)
Contribuição para melhora funcional e qualidade de vida	
Sim, completamente	13 (86%)
Parcialmente	1 (7%)
Pouco	1 (7%)
Não	0 (0%)
Considera a fisioterapia essencial no tratamento da fibromialgia?	
( ) Sim	15 (100%)
( ) Parcialmente	0 (0%)
( ) Não	0 (0%)

Fonte: Dados da pesquisa (2026)

A fibromialgia pode acompanhar as pacientes por períodos prolongados, exigindo estratégias de cuidado contínuas e individualizadas. Nesse contexto, a fisioterapia assume papel relevante no controle dos sintomas e na manutenção da funcionalidade.

A realização de tratamento fisioterapêutico por 100% das participantes demonstra a inserção da fisioterapia no acompanhamento da população estudada. Esse resultado é pertinente, considerando que intervenções fisioterapêuticas baseadas em exercícios, alongamentos e atividades aeróbicas podem contribuir para a melhora da qualidade de vida de pessoas com fibromialgia. Hecker *et al*. (2011)

observaram melhora significativa em diferentes aspectos da qualidade de vida após intervenções de cinesioterapia e hidrocinesioterapia em mulheres com fibromialgia.

Antes do tratamento, 67% das participantes relataram não possuir conhecimento sobre a atuação da fisioterapia na fibromialgia. Após o acompanhamento, entretanto, 100% afirmaram que seu conhecimento sobre os benefícios da fisioterapia havia “aumentado muito”. Esse resultado evidencia a importância da educação em saúde durante o atendimento fisioterapêutico, favorecendo a compreensão da doença, do tratamento e da participação ativa da paciente no processo de reabilitação. A educação associada ao exercício é especialmente relevante em condições crônicas, nas quais a continuidade das estratégias terapêuticas pode contribuir para o controle dos sintomas (Arana-Rodríguez *et. al,* 2025).

Quanto à capacidade funcional para as atividades diárias, 60% das participantes perceberam melhora após o tratamento. Esse achado é consistente com os estudos de Silva *et al*. (2012) e Antunes; Marques (2022) ao constatarem os benefícios da intervenção fisioterapêutica sobre a funcionalidade de mulheres com fibromialgia, identificaram melhora da capacidade funcional, além de redução de sintomas físicos e psicológicos relacionados à síndrome.

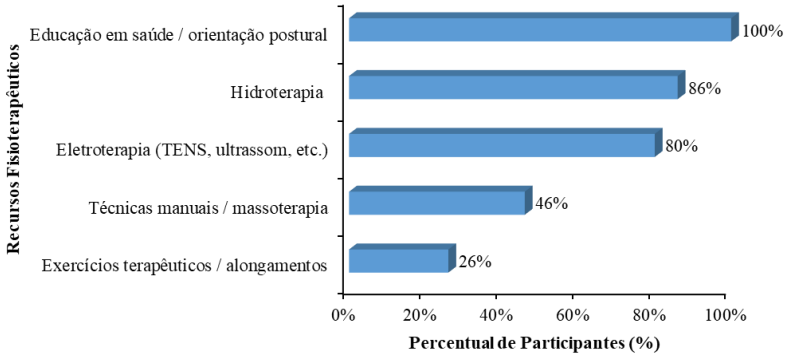
Além disso, 86% das participantes consideraram que a fisioterapia contribuiu completamente para a melhora da funcionalidade e da qualidade de vida. Esse resultado apresenta relação com estudos de Letieri *et al*. (2013) e Carrasco-Vega *et. al. (*2024), pois identificaram efeitos positivos de intervenções fisioterapêuticas sobre a qualidade de vida de mulheres com fibromialgia, ainda da percepção da dor e dos sintomas depressivos após um programa de hidrocinesioterapia.

Por fim, o fato de todas as participantes considerarem a fisioterapia essencial no tratamento da fibromialgia reforça a relevância atribuída por elas à intervenção fisioterapêutica. Entretanto, esse resultado representa a percepção da própria amostra e não deve ser interpretado isoladamente como comprovação de eficácia terapêutica.

Em relação à satisfação com o tratamento fisioterapêutico, a maioria relatou estar muito satisfeita, evidenciando uma percepção favorável da assistência recebida. Entretanto, a satisfação deve ser compreendida como uma experiência subjetiva, que pode ser influenciada por fatores como as expectativas individuais, a interação entre profissional e paciente e a percepção dos cuidados oferecidos. Nessa perspectiva, Moreira et al. (2016) destacam a importância da relação profissional-paciente e da percepção da qualidade da assistência na satisfação dos usuários dos serviços de saúde.

O Gráfico 1 apresenta os recursos fisioterapêuticos utilizados pelas participantes durante o tratamento da fibromialgia. A educação em saúde/orientação postural apresentou a maior frequência (100%) de utilização, seguida pela hidroterapia (80%), eletroterapia e técnicas manuais, como a massoterapia (70% cada). Por se tratar de uma questão de múltipla resposta, os percentuais não totalizam 100%, uma vez que as participantes poderiam indicar mais de um recurso utilizado.

Gráfico 1 – Frequência de utilização dos recursos fisioterapêuticos no tratamento da fibromialgia.



Fonte: Dados da Pesquisa (2026)

Os resultados demonstraram que a educação em saúde e a orientação postural foram os recursos fisioterapêuticos mais utilizados, presentes em 100% das participantes. Esse achado reforça a importância de estratégias educativas no acompanhamento da fibromialgia, uma vez que o tratamento deve considerar as características individuais, a funcionalidade e a participação ativa da paciente. De acordo com Carrasco-Vega *et al*. (2024) destacam que a fisioterapia deve utilizar estratégias individualizadas, considerando a diversidade dos sintomas e das respostas aos tratamentos.

A hidroterapia foi utilizada por 80% das participantes, sendo o segundo recurso mais frequente. Esse resultado é relevante diante das evidências recentes sobre o exercício aquático na fibromialgia. Revisão sistemática de Rodríguez-Huguet *et al*. (2024) identificaram resultados positivos do exercício aquático sobre dor e qualidade de vida, embora os autores ressaltam que seus benefícios podem ser semelhantes aos observados com outras modalidades de exercício, reforçando a necessidade de adequação do tratamento às necessidades individuais.

A eletroterapia foi relatada por 70% das participantes. Embora esse recurso permaneça presente na prática fisioterapêutica, estudos de Fernandes *et al*. (2024) sobre reabilitação indicam maior atenção às intervenções ativas, especialmente aquelas que envolvem exercícios e treinamento funcional. Demonstrando que um programa de exercícios funcionais contribuiu para a redução da dor e para a melhora da qualidade de vida de mulheres com fibromialgia, reforçando a relevância de estratégias ativas no tratamento.

As técnicas manuais, incluindo a massoterapia, também foram utilizadas por 70% das participantes. A presença desse recurso demonstra a utilização de diferentes estratégias no atendimento fisioterapêutico.

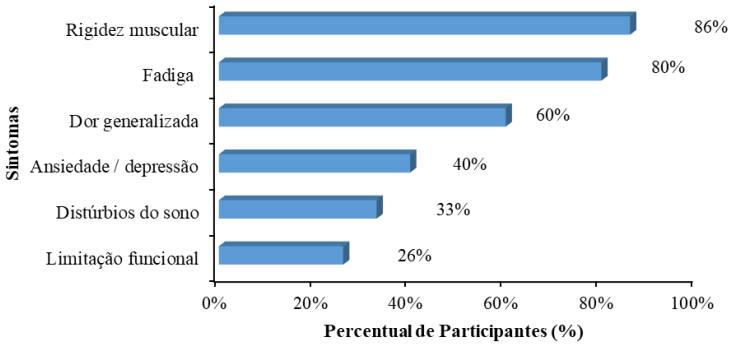
De forma geral, a utilização de diferentes recursos pelas participantes evidencia uma abordagem terapêutica diversificada. Esse achado é compatível com a literatura recente, que não aponta uma única modalidade como adequada para todas as pessoas com fibromialgia. Assim, os resultados encontrados nesta

pesquisa reforçam a importância de uma intervenção individualizada e baseada nas necessidades apresentadas por cada paciente.

Cabe destacar que os percentuais apresentados no Gráfico 1 não totalizam 100%, pois a questão permitia múltiplas respostas. Dessa forma, os valores representam a frequência de utilização de cada recurso e não a distribuição exclusiva das modalidades terapêuticas. Além disso, considerando que a amostra foi composta por apenas 10 participantes, os resultados devem ser interpretados como características do grupo investigado, não sendo possível generalizá-los para toda a população com fibromialgia.

O Gráfico 2 apresenta a distribuição dos sintomas cuja melhora foi percebida pelas participantes após o tratamento fisioterapêutico. A maior frequência foi observada para a rigidez muscular (86%), seguida pela fadiga (80%) e pela dor generalizada (60%). Por se tratar de uma questão de múltipla resposta, os percentuais não totalizam 100%, pois cada participante poderia indicar mais de um sintoma.

Gráfico 2 – Frequência dos sintomas com melhora percebida após o tratamento fisioterapêutico.



Fonte: Dados da Pesquisa (2026)

Os dados apresentados no Gráfico 2 são relevantes, considerando que a fibromialgia apresenta manifestações que ultrapassam a dor, podendo envolver fadiga, alterações do sono, rigidez e sintomas psicológicos, os quais podem interferir na funcionalidade e na qualidade de vida (Pernambuco *et al*., 2017).

A maior frequência de melhora da rigidez muscular pode estar relacionada à realização de exercícios terapêuticos e outras estratégias fisioterapêuticas voltadas à mobilidade e ao condicionamento físico. Nessa vertente na concepção de Fernandes *et al*. (2024) os programas de exercícios funcionais podem reduzir a dor e melhorar a qualidade de vida de mulheres com fibromialgia. Assim, a percepção de melhora apresentada pelas participantes pode estar relacionada à atuação fisioterapêutica sobre aspectos musculoesqueléticos e funcionais.

A melhora da fadiga, relatada por 80% das participantes, também merece destaque, pois esse sintoma pode apresentar impacto importante na realização das atividades cotidianas. Nas pesquisas de Pernambuco *et al*. (2017) identificaram níveis elevados de fadiga em mulheres com fibromialgia,

juntamente com alterações do sono, ansiedade e depressão, demonstrando a importância de considerar esses sintomas durante a avaliação e o acompanhamento fisioterapêutico. Além disso, evidências recentes indicam que intervenções baseadas em exercícios podem produzir benefícios sobre diferentes manifestações da fibromialgia, embora a resposta possa variar de acordo com a modalidade e as características individuais das pacientes.

De modo geral, a melhora percebida em diferentes sintomas demonstra que a fisioterapia pode contribuir para uma abordagem mais ampla da fibromialgia, não se restringindo ao controle da dor.

Para complementar os achados obtidos nas questões estruturadas e aprofundar a compreensão das repercussões percebidas pelas participantes, foi incluída uma questão aberta, na qual foram convidadas a descrever brevemente como a fisioterapia repercutiu sobre seus sintomas, sua vida cotidiana e sua qualidade de vida. A análise das respostas revelou percepções predominantemente positivas em relação ao tratamento, especialmente quanto à redução dos sintomas, à melhora da funcionalidade e ao bem-estar. Também foram identificadas repercussões no âmbito emocional, destacando-se relatos de redução da ansiedade e melhora do bem-estar. Esses achados são ilustrados pelos relatos apresentados a seguir:

> Participante 01 – “Antes sentia muitas dores e fadiga, mas depois da fisioterapia trouxe alívio dos sintomas e me ajudou nas atividades diárias com mais conforto.”
>
> Participante 02 – “A fisioterapia ajudou a ter mais qualidade de vida, hoje tem menos rigidez no corpo.”
>
> Participante 03 – “Melhora da fadiga muscular, das dores e, começa a ter uma qualidade de vida melhor.”
>
> Participante 04 – “Melhorando as dores musculares, na qualidade de vida e também ajudou com seu psicológico.”
>
> Participante 05 – “Diminuição das dores, cansaço, ansiedade e da fadiga.”
>
> Participante 06 – “Com os exercícios de fisioterapia sinto melhora nas dores de fibromialgia e mais mobilidade e bem estar no dia a dia.”
>
> Participante 07 – “Melhorou na qualidade de vida, reduzindo as dores e ajudando na qualidade de vida.”
>
> Participante 08 – “mesmo com as fisioterapias ainda sente dores e dificuldade na sua atividade diária.”
>
> Participante 09 – “Depois da fisioterapia minhas dores diminuíram bastante, consegui dormir melhor e fazer as atividades de vida diária sem cansaço.”
>
> Participante 10 – “Melhorou as dores para assim conseguir realizar suas atividades diárias e ajudou na ansiedade.”
>
> Participante 11 – “Melhorou minhas dores, meu sono e minha qualidade de vida.”
>
> Participante 12 – “Passei a sentir menos dor e mais disposição para realizar minhas atividades.”

Participante 13 – “Melhorou minhas dores e minha disposição, ajudando nas atividades do dia a dia na minha qualidade de vida.”

Participante 14 – “Depois da fisioterapia minha condição de vida melhorou bastante, consigo fazer minhas atividades diária melhora.”

Participante 15 – “A fisioterapia ajudou a diminuir minhas dores e melhorou meus movimentos.”

De modo geral, os relatos das participantes evidenciaram percepção positiva quanto à contribuição da fisioterapia para a redução dos sintomas, melhora da funcionalidade, realização das atividades cotidianas e qualidade de vida. A percepção de melhora também nos aspectos emocionais, como ansiedade e bem-estar, reforça o caráter multidimensional da fibromialgia e a importância de uma abordagem fisioterapêutica que contemple aspectos físicos e psicossociais. Esses achados são compatíveis com estudos de Sousa *et al*. (2024) e Carrasco-Vega *et. al. (*2024), que demonstram benefícios de intervenções fisioterapêuticas e exercícios na dor, funcionalidade e qualidade de vida de mulheres com fibromialgia.

4 CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo demonstram que as participantes apresentaram uma percepção favorável em relação ao tratamento fisioterapêutico para a fibromialgia, relatando satisfação com a assistência recebida e contribuições percebidas para a capacidade funcional e a qualidade de vida. Entre os sintomas com melhora percebida, destacaram-se a rigidez muscular, a fadiga e a dor generalizada. Além disso, as participantes relataram mudanças positivas na realização das atividades diárias e reconheceram a importância da fisioterapia no acompanhamento da condição.

Entre os recursos fisioterapêuticos utilizados, destacaram-se a educação em saúde, a hidroterapia, a eletroterapia e a massoterapia. As participantes também reconheceram benefícios associados às estratégias terapêuticas empregadas, especialmente em relação aos sintomas e ao bem-estar. Esses achados ressaltam a importância de considerar a percepção das pacientes no planejamento da assistência fisioterapêutica, valorizando abordagens individualizadas que contemplem as necessidades físicas, funcionais e psicossociais das pessoas com fibromialgia.

REFERÊNCIAS

ANTUNES, M., E A. MARQUES. “O papel da fisioterapia na fibromialgia: perspectivas atuais e futuras.” **Fronteiras em Fisiologia**, vol. 13, 2022,https://doi.org/10.3389/fphys.2022.968292.

ARNOLD, L. M. et al. AAPT Diagnostic Criteria for Fibromyalgia. **The Journal of Pain**, v. 20, n. 6, p. 611-628, 2019. DOI: 10.1016/j.jpain.2018.10.008.

ARANA-RODRÍGUEZ, ANDRÉS, et al. “A eficácia de adicionar um programa de educação em saúde ao tratamento da fibromialgia: uma revisão sistemática de ensaios controlados randomizados e meta-

análise.” **Enfermagem de gestão da dor : revista oficial da Sociedade Americana de Enfermeiros de Manejo da Dor**, 2025, https://doi.org/10.1016/j.pmn.2025.08.010.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2011.

BIDONDE, J. et al. Effectiveness of non-pharmacological interventions for fibromyalgia and quality of review methods: na overview of Cochrane Reviews. **Seminars in Arthritis and Rheumatism**, v. 63, p. 152248, 2023. DOI: 10.1016/j.semarthrit.2023.152248.

CARDOSO, F. de S. et al. Avaliação da qualidade de vida, força muscular e capacidade funcional em mulheres com fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 51, n. 4, p. 338-350, 2011.

CARRASCO-VEJA, E. et al. Eficácia do tratamento fisioterapêutico a médio e longo prazo em adultos com fibromialgia: uma revisão sistemática. **Reumatologia Clínica Experimental**, v. 42, n. 6, p. 1248-1261, 2024. DOI: 10.55563/clinexprheumatol/ctfuqe.

DUMONT, M. F. MANEJO DA FIBROMIALGIA: Uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 9, p. 31-40, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n9p31-40.

FERNANDES, G. et al. A functional exercise program improves pain and health related quality of life in patients with fibromyalgia: a randomized controlled trial. **Advances in Rheumatology**, v. 64, n. 1, 2024. DOI: 10.1186/s42358-024-00422-7.

FRANCO, K. F. M. et al. Is Pilates more effective and cost-effective than aerobic exercise in the treatment of patients with fibromyalgia syndrome? A randomized controlled trial with economic evaluation. **European Journal of Pain**, v. 27, n. 1, p. 54-71, 2023. DOI: 10.1002/ejp.2039.

GRAMINHA, C. V. et al. Fatores relacionados a qualidade de vida autorrelatada em mulheres com fibromialgia de acordo com a Classificação Internacional de Funcionalidade. **Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor**, v. 4, n. 1, p. 43-50, 2021. DOI 10.5935/2595-0118.20210006.

HÄUSER, W. et al. Fibromyalgia. **Nature Reviews Disease Primers**, v. 1, p. 15022, 2015. DOI: 10.1038/nrdp.2015.22.

HECKER, C. D. et al. Análise dos efeitos da cinesioterapia e da hidrocinesioterapia sobre a qualidade de vida de pacientes com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado. **Fisioterapia em Movimento**, v. 24, n. 1, p. 57-64, 2011. DOI: 10.1590/S0103-51502011000100007.

LETIERI, R. V. et al. Dor, qualidade de vida, autopercepção de saúde e depressão de pacientes com fibromialgia, tratados com hidrocinesioterapia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 53, n. 6, p. 494-500, 2013. DOI: https://doi.org/10.1016/j.rbr.2013.04.004.

LI, X. et al. Guidelines on treating fibromyalgia with nonpharmacological therapies in China. **Journal of Evidence-Based Medicine**, v. 18, n. 2, e70044, 2025. DOI: https://doi.org/10.1111/jebm.70044.

MACFARLANE, G. J. et al. EULAR revised recommendations for the management of fibromyalgia. **Annals of the Rheumatic Diseases**, v. 76, n. 2, p. 318–328, 2017. DOI: 10.1136/annrheumdis-2016-209724.

MOREIRA, C. F. et al. Satisfação de pacientes que recebem cuidados fisioterapêuticos para condições musculoesqueléticas: um estudo transversal. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 23, n. 1, p. 105-110, 2016. DOI: 10.1590/1809-2950/14956323012016.

OLIVEIRA, A.; PEREIRA, L. Fibromialgia e qualidade de vida: implicações físicas, emocionais e sociais. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 63, p. 101–110, 2023.

OLIVEIRA, L.; MONTEIRO, É. A. B.; LISBOA, W. Percepção de pacientes com fibromialgia sobre diagnóstico, convívio e impacto psicológico da doenças. **Brazilian Journal Of Pain**, v. 8, e20250031, 2025. DOI: https://doi.org/10.63231/2595-0118.20250031

OLIVEIRA, A. J. C. N. et al. A percepção dos pacientes sobre eventos estressores no desenvolvimento da fibromyalgia. **Brazilian Journal of Pain**, v.7, e20240051, 2024. DOI: https://doi.org/10.5935/2595-0118.20240051-pt

PERNAMBUCO, A. P. et al. Perfil clínico de pacientes com síndrome da fibromialgia. **Fisioterapia em Movimento**, v. 30, n. 2, p. 287-296, 2017. DOI: https://doi.org/10.1590/1980-5918.030.002.AO09.

RODRÍGUEZ-HUGUET, M. et al. Aquatic Exercise in Physical Therapy Treatment for Fibromyalgia: Systematic Review. **Healthcare**, v. 12, n. 6, p. 701, 2024. DOI: 10.3390/healthcare12060701.

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, n. 6, p. 851-857, 2012.

SIRACUSA, R. et al. Fibromyalgia: pathogenesis, mechanisms, diagnosis and treatment options update. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 22, n. 8, p. 3891, 2021. DOI: 10.3390/ijms22083891.

SOUZA, F.; CARVALHO, P.; SANTOS, L. Aspectos biopsicossociais da fibromialgia: revisão integrativa. **Revista Mineira de Medicina**, v. 39, n. 2, p. 211–223, 2023.

SOUSA, A. P. et al. Pain neuroscience education improves quality of life when added to aquatic exercise therapy for women with fibromyalgia: randomized controlled clinical trial. **Disability and Rehabilitation**, v. 46, n. 8, p. 1559-1569, 2024. DOI: 10.1080/09638288.2023.2201510.