



CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO
BACHARELADO EM PSICOLOGIA

TÁCILA ÉVELEN DE AMORIM PEREIRA

**ASPECTOS PSICOLÓGICOS EM MULHERES PORTADORAS DE
FIBROMIALGIA: AUTOCUIDADO E INTERVENÇÕES**

Icó – CE
2024

TÁCILA ÉVELEN DE AMORIM PEREIRA

**ASPECTOS PSICOLÓGICOS EM MULHERES PORTADORAS DE
FIBROMIALGIA: AUTOCUIDADO E INTERVENÇÕES**

Projeto de Pesquisa submetido à disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado, como requisito para a aprovação e nota.

Orientador: Prof^a. Esp. Leticia Augusto Oliveira da Silva

TÁCILA ÉVELEN DE AMORIM PEREIRA

**ASPECTOS PSICOLÓGICOS EM MULHERES PORTADORAS DE
FIBROMIALGIA: AUTOCAUIDADO E INTERVENÇÕES**

Projeto de Pesquisa aprovado em _/_/_____, como requisito para a aprovação na disciplina de TCC II, do Curso de Bacharelado em Psicologia do Centro Universitário Vale do Salgado.

BANCA EXAMINADORA:

Prof^ª. Ma. Leticia Augusto Oliveira da Silva
Orientadora

Prof. Me. Lielton Maia Silva
Avaliador

Prof^ª. Esp. Najara Oliveira Silva
Avaliadora

LISTA DE SIGLAS/ABREVIACOES

BVS	Biblioteca Virtual em Saúde
SCIELO	Biblioteca Eletrônica Científica Online
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
MINDFULNESS	Atenção Plena
TENDER POINTS	Pontos Dolorosos
TAG	Transtorno de Ansiedade Generalizada

PEREIRA, TÁCILA ÉVELLEN DE AMORIM. **ASPECTOS PSICOLÓGICOS EM MULHERES PORTADORAS DE FIBROMIALGIA: AUTOCUIDADO E INTERVENÇÕES**. Artigo de graduação (Psicologia). Centro Universitário Vale do Salgado (UniVS), Icó, Ceará, 2024, 30p.

RESUMO

A fibromialgia é uma doença crônica que afeta principalmente mulheres, causando dores musculares intensas e uma série de sintomas físicos e psicológicos. A pesquisa visa proporcionar insights valiosos e identificar lacunas no conhecimento para propor novas abordagens, através de uma revisão narrativa, descrevendo sobre o tema do ponto de vista teórico. Tendo com objetivo apresentar os aspectos psicológicos em mulheres portadoras de fibromialgia, bem como as formas de autocuidado e intervenções. Tanto o diagnóstico quanto o tratamento são desafiadores devido à variabilidade dos sintomas entre os pacientes, portanto, as formas de terapias devem ser abrangentes, considerando aspectos emocionais e comportamentais, com opções como psicoterapia, fisioterapia, exercícios moderados e medicamentos para alívio dos sintomas, tais métodos apresentam melhoras significativas no tratamento da fibromialgia. No entanto, há ainda lacunas em nosso entendimento sobre a condição, desse modo, a conscientização sobre a fibromialgia é essencial para reduzir o estigma e garantir acesso adequado aos cuidados de saúde e apoio psicossocial, pois o enfrentamento de tais desafios exigem uma abordagem colaborativa e compassiva, visando melhores condições ao paciente e a redução do estigma associado a esta condição.

Palavras-chave: Fibromialgia, tratamento, mulheres

ABSTRACT

Fibromyalgia is a chronic disease that mainly affects women, causing intense muscle pain and a series of physical and psychological symptoms. The research aims to provide important insights and identify gaps in knowledge to propose new approaches, through a narrative review, describing the topic from a theoretical point of view. Aiming to present the psychological aspects in women with fibromyalgia, as well as forms of self-care and interventions. Both diagnosis and treatment are challenging due to the variability of symptoms between patients, therefore, forms of therapy must be comprehensive, considering emotional and behavioral aspects, with options such as psychotherapy, physiotherapy, moderate exercise and medications to interrupt symptoms, such as methods present significant improvements in the treatment of fibromyalgia. However, there are still gaps in our understanding of the condition, so raising awareness about fibromyalgia is essential to reduce stigma and ensure adequate access to healthcare and psychosocial support, as tackling such challenges requires a collaborative approach. and compassionate, resulting in better conditions for the patient and a reduction in the stigma associated with this condition.

Keywords: Fibromyalgia, treatment, women.

1 INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma doença crônica, que apresenta dores musculares intensas e constantes, sendo também associadas a uma série de comorbidades. A doença prevalece majoritariamente em mulheres, causando desordens físicas, psíquicas e apresentando sintomas como fadiga, distúrbios do sono, dores nos músculos, articulações, ossos, alterações cognitivas, entre outros, influenciando assim diretamente na saúde mental das mesmas (Alves; Marques, 2022).

A vulnerabilidade social contribui com o agravamento de sintomas para mulheres afetadas pela doença, pois o sofrimento físico é também decorrente de um sofrimento psíquico, cada uma experiência a dor de forma distinta, sendo dessa forma necessário compreender o indivíduo como um todo, para que haja uma intervenção eficaz (Monteiro; Oliveira; Oliveira, 2021).

A doença em questão pode se caracterizar como uma variante da doença depressiva, entretanto, ainda não há comprovação dessa afirmativa, atualmente, a doença se encaixa em um quadro de dor crônica, que apresenta uma série de comorbidades que interagem em conjunto, sendo assim, a psicologia se torna essencial para a investigação dos aspectos psicológicos como fatores estressores e gatilhos que possam vir provocar o surgimento da doença ou a intensificação dos sintomas (Provenza et al., 2004).

Embora a síndrome fibromiálgica seja uma doença crônica, seus sintomas podem ser aliviados através do tratamento adequado, o mesmo pode ser tanto farmacológico quanto não farmacológico, utilizando se também de uma série de atividades terapêuticas e físicas, que auxiliem no processo de redução de danos (Monteiro; Oliveira; Oliveira, 2021).

Alguns critérios são avaliados para a obtenção de diagnóstico, tais como o índice de dor generalizada, a escala de sintomas cognitivos e somáticos, com o intuito de avaliar a severidade da dor e pontos principais, uma vez que a fibromialgia não possui alteração laboratorial. A não aderência ao tratamento adequado apresenta o aumento de morbidades e até a mortalidade por doenças provenientes da fibromialgia, sendo necessário o esclarecimento de dúvidas a respeito da eficácia dos tratamentos, visando oferecer segurança e facilitar a adesão ao mesmo (Bittencourt et al., 2022).

O interesse da pesquisa surgiu através da vivência da autora com a síndrome, evidenciando assim a necessidade de novos conteúdos que venham sintetizar conhecimentos acerca dos aspectos emocionais, possíveis comorbidades e agravamento dos sintomas físicos em decorrência de sintomas emocionais, portanto, o presente trabalho ajudará a orientar sobre fatores que englobam a doença e formas de intervir, sendo assim indaga-se: quais aspectos dificultam a qualidade de vida das mulheres afetadas pela fibromialgia e os meios de

intervenção?

Desse modo, é possível identificar o prejuízo na qualidade de vida das mulheres com fibromialgia por vários fatores, primeiramente, a dor crônica e difusa, interfere diretamente nas atividades diárias e na capacidade de trabalhar, resultando em múltiplas trocas de medicamentos e longos períodos de licença médica. Isso causa não apenas uma sobrecarga física, mas também impactos emocionais e sociais, como o descrédito no ambiente de trabalho e discriminações sociais e familiares. Além disso, a doença pode levar à catastrofização e piora na qualidade do sono, aumentando os níveis de ansiedade e depressão.

A dupla jornada de trabalho, combinando responsabilidades domésticas e profissionais, intensifica os desafios para essas mulheres. A baixa escolaridade e a dificuldade de acesso ao sistema de saúde público atrasam o diagnóstico e o tratamento, agravando a situação. As responsabilidades familiares, como a maternidade e os cuidados com a casa, tornam-se especialmente difíceis de manejar, provocando sentimentos de incapacidade e desamparo. Além disso, a relação negativa com a própria imagem corporal pode influenciar diretamente na eficácia dos tratamentos, tanto farmacológicos quanto psicoterapêuticos.

Quanto aos meios de intervenção, várias abordagens têm mostrado eficácia no manejo da fibromialgia. Terapias não farmacológicas, como o mindfulness e a educação sobre neurociência da dor, têm ajudado a reduzir a dor crônica e melhorar a funcionalidade. A fisioterapia, incluindo exercícios aeróbicos, massoterapia e hidroterapia, também demonstrou benefícios significativos na redução da dor e na melhoria da qualidade de vida. Abordagens interdisciplinares que envolvem educadores físicos, terapeutas e médicos são essenciais para proporcionar um tratamento holístico, capacitando as pacientes a gerirem sua saúde de forma mais assertiva.

2 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 FIBROMIALGIA: ORIGEM E DIAGNÓSTICO

A fibromialgia é uma condição complexa e multifatorial, sua fisiopatologia e etiopatogenia ainda não foram totalmente definidas, entretanto, os estudos acerca da fibromialgia nos últimos anos tem proporcionado novas descobertas que contribuem pouco a pouco com a sua comprovação, bem como permite identificar a severidade dos sintomas (Teixeira, 2020).

Embora não haja uma causa específica, algumas hipóteses são colocadas como possíveis causadoras do surgimento da doença, tais como, fatores genéticos, disfunção do sistema nervoso central, desequilíbrio químico, fatores psicológicos, fatores hormonais, infecções e doenças,

fazendo se assim necessário a compreensão dos mesmos e sobre a forma como interagem (Souza; Laurenti, 2017).

A doença em questão apresenta um processamento anormal da dor, pessoas com fibromialgia podem ter uma sensibilidade aumentada, devido a alterações nos sistemas de modulação da dor no cérebro. Isso significa que estímulos que normalmente não seriam dolorosos podem desencadear uma resposta dolorosa intensa, a compreensão científica da fibromialgia tem evoluído, permitindo assim uma análise dos mecanismos subjacentes dessa condição (Júnior; Almeida, 2018).

A enfermidade apresenta a presença de pontos dolorosos, como também uma intensidade variável da dor de acordo com o dia e a região do corpo, podendo ser classificada como dor “penetrante”, “aguda” “angustiante” e não respondendo aos analgésicos e anti-inflamatórios comuns. Os pontos dolorosos ou “tender points” costumam ser sensíveis à pressão local e provocam na pessoa afetada pela fibromialgia, uma resposta imediata de afastamento, evidenciando assim a sensibilidade da região apalpada (Faria et al., 2014).

A fibromialgia é uma condição crônica que provoca dor generalizada e sensibilidade aumentada em todo o corpo, podemos classificar assim alguns sintomas como gerais ou sintomas maiores, como a dor musculoesquelético generalizada persistente por pelo menos 3 meses, ausência de outras patologias que justifiquem os sintomas, exames laboratoriais normais, presença de pelo menos 11 pontos dolorosos (Friedrich; Uhde; Zanini, 2020).

A sintomatologia da doença é bastante extensa, podendo apresentar também alguns critérios menores, esse nome se dá devido variação de intensidade e dos próprios sintomas de pessoa para pessoa, ou seja, algumas mulheres podem apresentar ansiedade, cefaleia crônica, síndrome do cólon irritável, dormência localizada, modulação da dor com a atividade física, modulação da dor por fatores climáticos, modulação da dor por ansiedade e ou estresse, sono não reparador, fadiga, depressão, entre outros (Gomes et al., 2022).

Visto que a fibromialgia não é identificada através de exames laboratoriais, de sangue ou imagem, o diagnóstico se dá através de uma minuciosa análise clínica dos sintomas maiores e menores, dos sintomas físicos nos pontos dolorosos, que devem ser avaliados juntamente com outros distúrbios funcionais, na presença da gravidade da fadiga que muitas vezes pode ser incapacitante, das dificuldades cognitivas e sintomas somáticos (Friedrich; Uhde; Zanini, 2020).

Os distúrbios funcionais ou distúrbios somatoformes são um grupo de condições médicas nas quais os sintomas físicos estão presentes, mas não podem ser completamente explicados por uma condição médica, esses distúrbios são caracterizados por sintomas físicos que causam sofrimento e comprometem a vida diária do indivíduo, os distúrbios somatoformes podem se manifestar de várias formas e afetar várias partes do corpo, incluindo sintomas neurológicos, gastrointestinais, geniturinários, respiratórios e musculoesqueléticos. Podemos observar que os

sintomas supracitados estão presentes em sintomas da fibromialgia (Tófoli; Andrade; Fortes, 2011).

Existem muitas controvérsias em relação à patogênese da fibromialgia devido à falta de substrato anatômico em sua fisiopatologia, por este motivo, alguns especialistas consideram a mesma como uma síndrome de somatização, entretanto, a presença de evidências em imagens cerebrais apresentando uma sensibilização no sistema nervoso central com resposta exagerada ao estímulo da dor, contrapõe se a essa idéia (Gomes et al., 2022).

A intensidade das dores e sintomas é variável e muitas vezes incapacitante, como é o caso da fadiga, a sensibilidade ao toque é suficiente para fazer com que a pessoa doente se esquive do contato físico em dias de crise, tenha dificuldade para lavar o cabelo devido à sensibilidade do couro cabeludo e tenha dificuldade para realizar tarefas diárias como lavar louça, varrer ou trabalhar por longos períodos (Tófoli; Andrade; Fortes, 2011).

Embora haja controvérsias em relação à síndrome da fibromialgia ser uma doença somatoforme, a mesma apresenta sintomas que são definidos como distúrbios somatóformes, um exemplo comum seria o TAG, caracterizada pela preocupação excessiva e persistente, aliadas a sintomas físicos, como tensão muscular, fadiga, dores de cabeça.

Os distúrbios funcionais são condições reais, que causam sofrimento significativo para as mulheres afetadas pela doença. Faz se necessário no tratamento uma equipe multidisciplinar, com o envolvimento de médicos, psicólogos e terapeutas, que trabalhem em sintonia para o progresso das mulheres fibromiálgicas, ajudando assim no alívio dos sintomas e melhorando a qualidade de vida das pacientes (Tófoli; Andrade; Fontes, 2011).

Por um longo período a fibromialgia foi definida como uma doença de fundo emocional, entretanto, atualmente é possível compreender que o processo doloroso nas vias nervosas intensifica a sensibilidade dolorosa, a dor intensa e constante contribui diretamente com o surgimento de distúrbios psicossociais e até mesmo psiquiátricas, esses processos influenciarão todo o sistema neurofisiológico da dor, bem como o comportamento dos pacientes, podendo contribuir para o insucesso do tratamento, dessa forma, atualmente não sendo identificada apenas como uma doença de fundo emocional (Costa et al., 2011).

2.2 SINGULARIDADES DA FIBROMIALGIA EM MULHERES

Avaliando a vertente epidemiológica da fibromialgia, um fator que chama a atenção no cenário é sua alta prevalência em mulheres, sendo uma doença frequente na população com faixa etária de 35 a 44 anos, com uma proporção de nove mulheres para cada homem afetado pela doença, estima se que a doença afete cerca de 2% a 4% da população mundial e 2,5% da população geral no Brasil (Costa; Ferreira, 2023).

Segundo Costa e Ferreira (2023) alguns fatores contribuem para a prevalência da fibromialgia em mulheres, como o fato de que as mesmas são cerca de 1,5 mais susceptíveis a dores crônicas, possuindo também mais chances de apresentarem 11 ou mais “tender points” no exame clínico, bem como apresentam diferenças clínicas significativas em relação aos sintomas, que necessitam ser investigados a fim de proporcionar uma intervenção eficaz.

Colocando em análise pacientes que fazem o seu acompanhamento na rede pública, foi possível observar alguns pontos em comum entre as pacientes em questão, como o ensino fundamental incompleto, ocasionando uma desvantagem no mercado de trabalho e em outras áreas da vida devido ao baixo nível educacional, desse modo, as mesmas se encontravam desempregadas, aposentadas ou como donas de casa, tais pontos de vulnerabilidade podem interferir diretamente na sintomatologia da doença (Rezende et al., 2013).

A doença se mostra igualmente prejudicial para as mulheres acompanhadas no setor público quanto no privado, entretanto, é notório no setor público que devido à baixa escolaridade das pacientes, ocasionam uma procura tardia de ajuda médica, provocando o atraso da identificação e tratamento da doença, causando maiores riscos à saúde devido à série de sintomas que acompanham a doença, afetando de forma intensa a qualidade de vida das mesmas (Rezende et al., 2013).

Uma questão relevante a ser considerada no cotidiano de mulheres acometidas pela fibromialgia, é a dupla jornada de trabalho: cuidados com a casa, família e trabalhar fora exigem muitas vezes além do que é possível oferecer diante de dores difusas ininterruptas. Até o momento em que a paciente encontre formas de paliar a dor, medicamentos são trocados inúmeras vezes, sendo necessários longos prazos de licenças médicas para repouso e adaptação aos fármacos, tais fatores colaboram com um descrédito no trabalho, na família e na vida social da mulher, provocando assim uma violência simbólica, através de preconceitos e discriminações (Oliveira et al., 2019).

É importante ressaltar que, embora a fibromialgia seja mais comum em mulheres, ela ainda pode afetar homens. No entanto, a maior prevalência em mulheres sugere uma possível influência de fatores hormonais e genéticos, entre outros, que podem contribuir para o desenvolvimento da condição (Ramiro et al., 2014).

Apesar da doença em questão não provocar deformidades físicas, é importante avaliar também a relação que as mulheres que sofrem com a fibromialgia estabelecem com o seu corpo e a forma como o enxergam, entender esse processo com a imagem corporal irá influenciar diretamente no tratamento tanto farmacológico como psicoterápico (Ramiro et al., 2014).

Podemos observar algumas singularidades dos impactos da fibromialgia na mulher, como, por exemplo, nos cuidados pessoais, pentear cabelos longos, o uso de adereços como brincos, saltos, roupas justas, entre outras coisas que podem afetar diretamente na autoestima

das pacientes, limitando o seu cuidado pessoal a um estilo que mantenha a mesma de forma confortável, uma vez que, sendo uma doença crônica, apresenta dores constantes (Dias; Peres, 2022).

É evidente o impacto negativo da fibromialgia na qualidade de vida das mulheres, as vulnerabilidades sociais são fatores estressores para o desencadeamento de crises, muitas vezes os papéis culturais impostos pela sociedade contribuem para a exposição de mulheres a uma gama de gatilhos e pressões. Seguindo na perspectiva de desafios encontrados para o cotidiano de mulheres afetadas pela fibromialgia, temos também a maternidade, embora a doença não afete diretamente na fertilidade feminina, algumas limitações prejudicam a gravidez e a criação dos filhos até o momento de independência, provocando um sentimento de incapacidade (Dias; Peres, 2022).

A dificuldade de viabilizar o contato físico é algo que gera sofrimento e angústia, uma vez que, promove um vínculo afetivo de mãe e filhos, a amamentação, as modificações do corpo e alterações hormonais afetam diretamente na sintomatologia da doença, desse modo, amamentar, por exemplo, se torna um processo delicado na qual são necessários desenvolver meios para exercer de forma funcional a maternidade (Dias; Peres, 2022).

Desse modo, é possível concluir que a predominância nos casos de fibromialgia em mulheres apresentam explicações científicas, bem como inúmeras singularidades quanto ao cotidiano e os desafios enfrentados pelas mesmas, havendo também a manifestação de sintomas de forma mais intensa e com maiores quantidades de “tender points”, portanto, cada caso precisa ser minuciosamente avaliados de forma que seja possível proporcionar uma vida funcional a partir dos tratamentos oferecidos as mulheres fibromialgicas (Ramiro et al., 2014).

2.3 IMPACTOS EMOCIONAIS NA FIBROMIALGIA

Os aspectos emocionais desempenham um papel significativo nas dores crônicas, pois podem influenciar no desenvolvimento, progressão e manejo das doenças, a relação entre a dor e as emoções são complexas, uma vez que, as emoções podem afetar a percepção da dor e a dor pode afetar o estado emocional do indivíduo (Stall; Teixeira, 2014).

As pacientes afetadas pela fibromialgia apresentam sensações corpóreas maximizadas, relatam alterações de humor, sono não reparador e fadiga desproporcional ao esforço feito no cotidiano, conflitos e situações estressoras podem ser gatilhos dos sintomas físicos, ou seja, podemos observar que fatores emocionais agravam a sintomatologia, tal sofrimento afeta diretamente na qualidade de vida da paciente (Stall; Teixeira, 2014).

Os componentes emocionais e histéricos foram analisados em mulheres com fibromialgia, relacionados a experiência da dor e a presença de eventos traumáticos como luto,

divórcios, violências emocionais, físicas, sexuais e de relacionamentos afetivos como agentes que favoreceram para a origem da dor corporal, sendo assim eventos traumáticos são uma das possíveis causas para o surgimento da síndrome (Medeiros, 2019).

As dores persistentes e uso de fármacos provocam efeitos colaterais que afetam significativamente a vida cotidiana das pacientes fibromiálgicas, provocam experiências indesejáveis, bem como, a sensação de incapacidade e pouca resiliência frente a situações conflituosas, favorecendo assim o desencadeamento de distúrbios como a ansiedade e depressão, afetando as relações sociais, de trabalho, acadêmica, entre outras (Oliveira et al., 2019).

A presença das dores crônicas podem afetar as relações sociais de uma pessoa devido aos estigmas associados à doença, falta de compreensão ou apoio adequado por parte de amigos e familiares, podendo levar ao isolamento social, solidão e dificuldade em lidar emocionalmente com a enfermidade. Os sintomas da síndrome acabam sendo agravados pela somatização do estresse emocional no corpo, preocupações quanto ao agravamento dos quadros clínicos como também a invisibilidade e descrença da existência da dor, uma vez que, a pessoa realiza atividades, e não demonstra, em geral, a dor (Dalacqua; Radaelli, 2021).

A dor crônica não é apenas de ordem física, mas também psicológica, a permanência da dor leva ao estresse, irritabilidade e esgotamento, tornando-se assim um círculo vicioso, a dor influencia o estresse e o estresse agrava os sintomas físicos, o dia a dia é repleto de aflição, além do sofrimento físico e emocional, questões como a baixa produtividade no trabalho e altos gastos com tratamentos geram problemas financeiros, tornando a situação de sofrimento ainda mais adoecedora, a falta de autonomia contribui para que o indivíduo esteja mais entregue a doença e as limitações impostas pela enfermidade (Oliveira et al., 2019).

Cada indivíduo responde de forma particular aos agentes estressores, em diferentes níveis, como também apresenta distintos condicionamentos genéticos de predisposição, o tratamento se torna ineficaz quando o foco está presente apenas nos sintomas físicos, sendo necessário uma equipe multidisciplinar que auxilie no enfrentamento das adversidades, tais como relacionamentos incompreensíveis, traumas, abusos, deixando assim evidente a severidade dos impactos emocionais na fibromiálgia (Dalacqua; Radaelli, 2021).

Além da incompreensão de pessoas do ciclo social a respeito da doença, muitas vezes encontramos a falta de preparo dos profissionais da saúde para o manejo da dor, ao atender um paciente, é visível a expressão de emoções que podem estar relacionadas à "dor" e à incapacidade que esta produz, desse modo, para além do desafio da investigação diagnóstica e do tratamento, a análise socioemocional deve estar presente no atendimento, enxergando o indivíduo como um ser "biopsicossocial" (Maeda; Pollak; Martins, 2009).

Na fibromiálgia, o estado emocional alterado do paciente é um fator importante, pois marca sua dificuldade em lidar com "problemas", anterior à doença ou somando-se ao

aparecimento desta, cada gesto e cada palavra tem uma ação sobre o paciente sendo assim de suma importância um olhar empático frente ao sofrimento físico e emocional, portanto o profissional da área da saúde deve ser preparado para lidar com pessoas, em vez de ser preparado para lidar apenas com a doença (Maeda; Pollak; Martins, 2009).

O atendimento ao paciente afetado pela fibromialgia deve ser visto como um ato minucioso e elaborado, devido aos múltiplos fatores existentes, que dificultam o diagnóstico e o tratamento, necessitando assim de habilidades de escuta mais desenvolvidas, uma vez que o seu estado emocional e de humor podem interferir na comunicação com a paciente (Maeda; Pollak; Martins, 2009).

Desse modo, frente ao sofrimento encontrado no enfrentamento à doença desde o diagnóstico ao tratamento, pode se observar que outra série de impactos emocionais são provocadas nas mulheres afetadas pela fibromialgia, para além daqueles ocasionados pela doença em questão, tais como, a sensação de incapacidade frente as atividades laborais, angústias e incompreensão da severidade das dores, portanto, faz se necessário uma maior efetividade nos estudos e propagação dos mesmos, visando proporcionar mais informações para uma síndrome que acomete tantas mulheres (Montenegro et al., 2021)

3 METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica, de revisão narrativa, que refere-se a publicações amplas que abordam o desenvolvimento de um assunto específico, sob uma perspectiva teórica ou contextual. Essencialmente, são compostas por análises da literatura existente em livros, artigos de revistas impressas e/ou eletrônicas, juntamente com a interpretação e análise crítica pessoal do autor (Rother, 2007).

A revisão narrativa foca em mapear o conhecimento gerado em uma área específica, sendo importante destacar a relevância das revisões narrativas nas seções de revisão de literatura, onde elas servem como um panorama geral do conhecimento produzido sobre um determinado tema, buscando responder a uma questão de pesquisa mais ampla (Andrade, 2021).

3.1 ESTRATÉGIA PARA BUSCA DE ARTIGOS

A busca bibliográfica foi realizada através de uma pesquisa na *Biblioteca Virtual em Saúde (BVS)*, *Scientific Electronic Library Online (SCIELO)* e *Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES)*. Os Descritores utilizados foram: Fibromialgia, tratamentos, mulheres.

Os operadores booleanos, por sua vez, foram: *AND* e *OR*. Os critérios de inclusão serão

artigos publicados de forma gratuita, revisões bibliográficas, artigos, materiais na língua portuguesa, publicados nos últimos 5 anos, bem como artigos mais antigos que abordem a fibromialgia sob a nova perspectiva da doença, visando maior compreensão da temática e responder à questão norteadora. No que se refere aos critérios de exclusão serão: artigos duplicados, desatualizados a respeito das novas descobertas sobre a síndrome, artigos que não estejam na língua portuguesa, bem como materiais que relatam sobre a fibromialgia, porém de forma ampla, tendo como ponto central doenças crônicas, dores miofasciais, síndromes dolorosas.

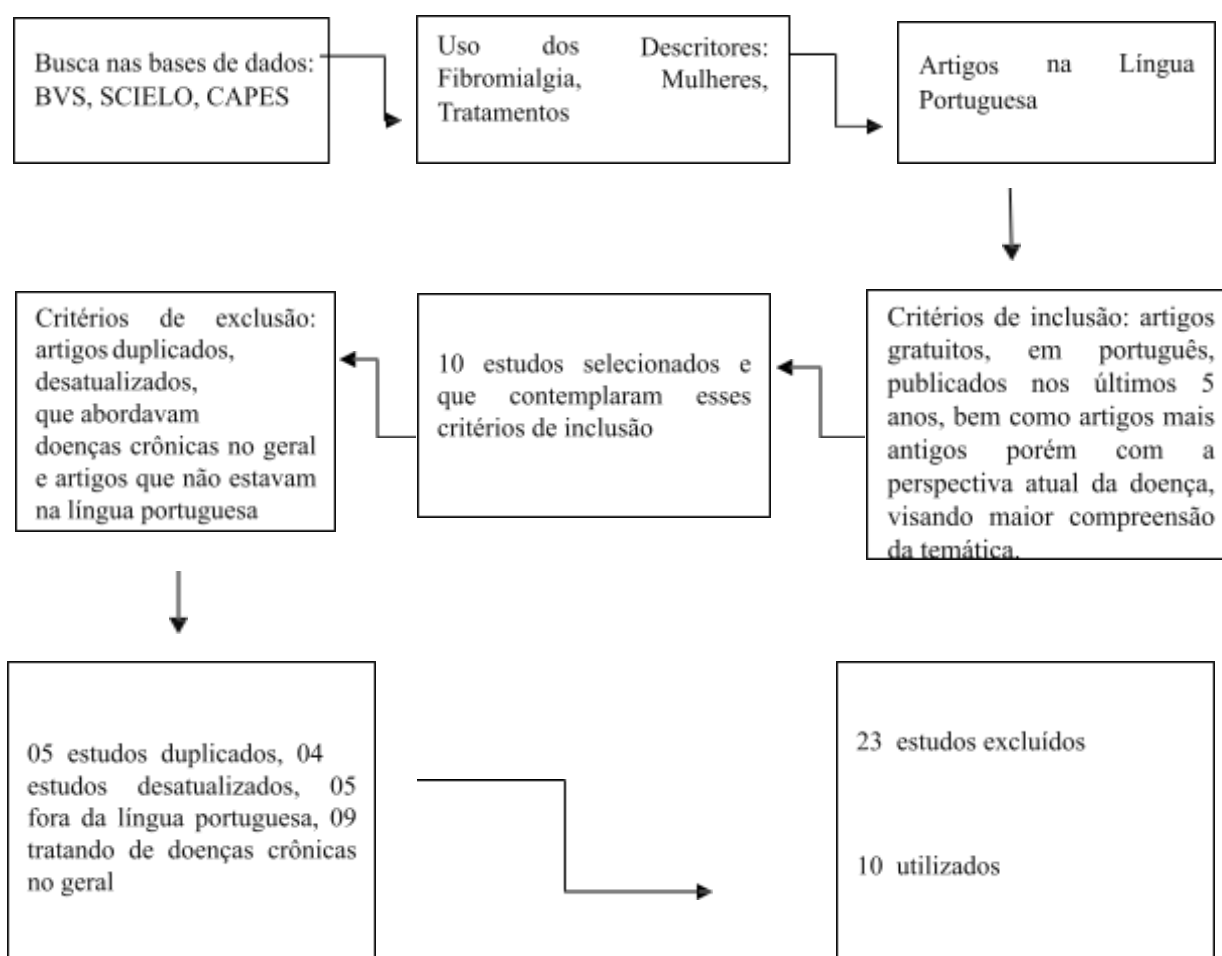


Figura 2: Fluxograma

Fonte: Elaboração própria 2024)

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

4.1 ESTRATÉGIAS INTERDISCIPLINARES DE EMPODERAMENTO NO AUTOCUIDADO

A convivência com doenças crônicas frequentemente resulta em desafios cotidianos indesejáveis, levando muitos a depender de medicamentos e lidar com efeitos colaterais que podem torná-los disfuncionais e com pouca resiliência para enfrentar o estresse contínuo. Esse cenário pode até mesmo desencadear distúrbios de ansiedade e depressão, marginalizando esses indivíduos em suas relações sociais e profissionais, a abordagem do tratamento interdisciplinar é essencial dada a complexidade dos desafios que a fibromialgia apresenta, apesar da importância da medicação farmacológica, é necessário considerar diferentes perspectivas e saberes para oferecer cuidados adequados (Oliveira et al., 2019).

O empoderamento para o autocuidado se mostra crucial, especialmente para mulheres com fibromialgia, através da educação em saúde que lhes permite reconhecer e lidar com gatilhos de dor, além de compreender os sinais do corpo durante crises álgicas, capacitando-as a rever hábitos e viver de forma mais saudável e autônoma (Oliveira et al., 2019).

Devido à natureza crônica da fibromialgia, o autocuidado emerge como um complemento essencial aos tratamentos convencionais, oferecendo aos pacientes a capacidade de assumir o controle de sua própria saúde. O princípio central do autocuidado é colocar o indivíduo como protagonista de qualquer mudança em sua vida e bem-estar, reconhecendo sua singularidade e conhecimento íntimo de suas necessidades e limitações (Couto et al., 2020).

Na prática, é evidente a necessidade de que o paciente assuma um papel ativo para garantir o êxito do tratamento. No entanto, são escassos os estudos e ferramentas disponíveis para avaliar o autocuidado na fibromialgia, o que é crucial, devido à persistência e intensidade da dor, sendo necessário realizar uma análise subjetiva para adaptar as práticas de autocuidado às necessidades individuais da paciente à sua condição, compreendendo, que tais práticas não serão as mesmas de mulheres que não possuem a síndrome (Couto et al., 2020).

Grupos de apoio mútuo são fundamentais para compreender as necessidades de saúde dos pacientes e suas interações com a família e o trabalho. Isso possibilita a proposição de intervenções e a reflexão sobre os modos de vida, capacitando-os a gerenciar sua saúde de forma mais eficaz. A participação em grupos interdisciplinares beneficia tanto aspectos físicos quanto psicológicos e sociais dos participantes, proporcionando um ambiente seguro para compartilhar experiências e empoderar-se (Oliveira et al., 2019).

O fortalecimento de vínculos entre as participantes, permite que as mesmas expressem suas preocupações, esclareçam dúvidas e desenvolvam-se tanto individual quanto coletivamente, a partir da promoção de um ambiente acolhedor, que legitima o sofrimento das mulheres em questão. A abordagem interdisciplinar facilita a construção de redes de apoio solidárias, promovendo uma cultura de autocuidado e reflexão sobre o modo de vida através do compartilhamento de experiências e conhecimentos, as participantes se sentem mais capazes de enfrentar os desafios do dia a dia (Oliveira et al., 2019).

Esse processo envolve fornecer recursos que capacitam as pacientes a observar, selecionar e implementar práticas que promovam seu bem-estar físico e emocional, em conjunto com o seguimento das orientações terapêuticas estabelecidas. O agenciamento do autocuidado, então, é caracterizado pela habilidade contínua do indivíduo em avaliar suas necessidades de saúde e adotar medidas autônomas para promover e manter seu bem-estar geral (Couto et al., 2020).

A estratégia interdisciplinar promove uma abordagem holística para o autocuidado, considerando os aspectos biopsicossociais e familiares envolvidos, o ambiente de escuta e acolhimento proporcionado pelos mesmos, permite uma reflexão mais consciente sobre o viver saudável, incentivando à autonomia e à autorreflexão. No geral, as intervenções interdisciplinares contam com o trabalho conjunto de educadores físicos, terapeutas e médicos, visando oferecer uma gama abrangente de intervenções, capacitando as participantes a gerirem sua saúde de forma mais assertiva e satisfatória, uma vez que, o tratamento se dá a partir de um investimento no corpo e na mente (Oliveira et al., 2019).

4.2 TERAPIAS NÃO FARMACOLÓGICAS NO MANEJO DA FIBROMIALGIA EM MULHERES

Dentre as abordagens terapêuticas que apresentaram efeitos positivos no tratamento de mulheres com fibromialgia, temos o mindfulness e a educação sobre neurociência da dor. Os resultados mostraram que o uso de mindfulness ajudou a reduzir a dor crônica, melhorar a funcionalidade e diminuir os sintomas psicológicos em pacientes com fibromialgia (Carvalho et al., 2020).

Embora estudos anteriores apontem que a educação em neurociência da dor também poderia ser útil ao reduzir pensamentos negativos e medo de movimento, este estudo não encontrou diferenças significativas entre os grupos que receberam apenas a psicoeducação como intervenção. No entanto, ambos os grupos mostraram melhorias significativas em relação aos seus próprios resultados iniciais, indicando que tanto o uso isolado de mindfulness quanto a combinação de mindfulness com educação em neurociência da dor apresentaram resultados positivos para pacientes com fibromialgia (Carvalho et al., 2020).

As análises indicam que as intervenções propostas foram benéficas, pois atuaram na redução da percepção da dor, nas interferências das atividades diárias, na catastrofização associada à fibromialgia e na qualidade do sono, bem como uma redução nos sintomas de ansiedade e depressão, comorbidades que geralmente se desenvolvem em mulheres fibromiálgicas (Carvalho et al., 2020).

A fisioterapia também se mostrou especialmente eficaz na redução do impacto dos

sintomas da fibromialgia, melhorando o controle da dor e promovendo a manutenção ou recuperação das habilidades funcionais, por meio de exercícios como a massoterapia, calor superficial com bolsas térmicas, ou profundo com ultrassom, ondas curtas, micro-ondas, a crioterapia com compressas de gelo, aerossóis congelantes, a hidroterapia, exercícios aeróbicos, cinesioterapia, alongamentos, bem como, uma abordagem educativa, visando garantir que os benefícios do tratamento se mantenham a longo prazo e que os pacientes possam se tornar menos dependentes do sistema de saúde (Batista; Borges; Wibelinger, 2012).

A cinesioterapia, é a terapia física direcionada ao assoalho pélvico em mulheres durante a fase do climatério, faz parte de atividades desenvolvidas pelos fisioterapeutas, esse tratamento pode promover melhorias na qualidade de vida, função sexual e sintomas associados ao climatério, contribuindo para a saúde integral da mulher (Lisboa et al., 2015).

A função sexual desempenha um papel crucial no bem-estar geral e na qualidade de vida, as disfunções sexuais são comuns em mulheres durante o climatério e há uma prevalência ainda maior dessas queixas em mulheres com fibromialgia. O fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico através de treinamento proporciona estabilidade, resistência e força nessa área, resultando em um aumento do tônus vaginal e conseqüentemente, melhorias na função sexual. Além disso, o treinamento pode aumentar a conscientização corporal, potencialmente impactando positivamente a vida sexual (Lisboa et al., 2015).

No entanto, os benefícios observados na função sexual em mulheres com fibromialgia foram menores em comparação com aquelas sem essa condição durante o climatério. Este achado pode ser atribuído em parte à alta prevalência de sintomas psiquiátricos, como depressão, entre mulheres com fibromialgia. Esses sintomas podem ter um impacto direto na função sexual, dificultando respostas terapêuticas mais significativas (Lisboa et al., 2015).

Esses resultados destacam a importância de considerar fatores psicológicos e emocionais, além das questões físicas, ao abordar disfunções sexuais em mulheres com fibromialgia. Uma abordagem mais abrangente e integrada, que leve em conta tanto os aspectos físicos quanto os psicológicos da condição, pode ser necessária para otimizar os resultados terapêuticos nessas pacientes (Lisboa et al., 2015).

Outra variável a ser observada é a redução de atividade físicas e participação em exercícios e esportes das mulheres com fibromialgia em decorrência da dor e fadiga, a atividade física é capaz de fortalecer os músculos, beneficiando assim as mesmas, resultando na melhora da força muscular e redução de sintomas da fraqueza muscular e exaustão (Matsudo; Lillo, 2019).

A falta de atividade física pode levar à perda de massa e força muscular, o que contribui para a diminuição da capacidade funcional desses pacientes devido ao grande número de sintomas atribuídos à fibromialgia, tornando o incentivo ao exercício um aspecto crucial do

tratamento (Matsudo; Lillo, 2019).

O efeito positivo das atividades físicas em pacientes com fibromialgia, podem ser atribuídos à sua capacidade de aumentar a produção de opióides naturais pelo corpo, proporcionando alívio da dor, como exemplo temos o exercício aeróbico, que ajuda na perda de peso, pode reduzir a pressão nas articulações, enquanto o fortalecimento muscular pode melhorar a mobilidade das articulações e cartilagens (Matsudo; Lillo, 2019).

Outro exemplo seria a prática de caminhadas, que tem sido destacada como uma aliada ao tratamento e mediação da dor, os benefícios do exercício e da atividade física são fundamentais no manejo da fibromialgia, contribuindo para o alívio da dor crônica e a melhora da função física (Matsudo; Lillo, 2019).

Pacientes com fibromialgia geralmente exigem um período mais longo e esforço adicional para se adaptarem a um programa de exercícios. Devido a isso, a progressão da carga deve ser mais gradual do que o usual. É comum que esses pacientes experimentem piora nas primeiras oito semanas de um programa de exercícios, tornando os ensaios de curta duração menos eficazes em demonstrar melhorias na qualidade de vida, portanto, o tempo necessário para a melhora sintomática pode variar conforme o tipo de exercício realizado (Valim, 2006).

Desse modo, a prescrição de exercícios personalizados e adaptados às necessidades individuais dos pacientes com fibromialgia pode desempenhar um papel significativo na gestão eficaz dessa condição, promovendo qualidade de vida e bem-estar (Valim, 2006).

4.3 O PAPEL VITAL DA PSICOTERAPIA NA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR

Na prática clínica atual, é comum encontrar pacientes que têm dificuldade em expressar através da fala o que estão passando, o que reflete na maneira como as pessoas contemporâneas lidam com seu desconforto. As principais características das doenças atuais estão ligadas a uma fragilidade nos recursos simbólicos, como resultado, os problemas mentais muitas vezes se manifestam no corpo, seja através da dor ou de comportamentos (Rocha; Jesus, 2021).

A psicoterapia de orientação psicanalítica mostrou-se significativa no processo de melhoria e controle dos sintomas da fibromialgia, a partir do foco no desenvolvimento de aspectos psíquicos específicos do paciente, trabalhando suas subjetividades (Lima; Carvalho, 2006).

No caso da fibromialgia, é reconhecido que a análise deve apoiar o sujeito em sua busca por compreender sua própria experiência, construindo uma narrativa pessoal que dê sentido à sua dor. Isso também envolve transformar as manifestações somáticas não elaboradas em questões a serem exploradas pelo sujeito. No entanto, lidar com pacientes diagnosticados com fibromialgia na clínica pode ser desafiador devido às dificuldades iniciais em expressar suas

necessidades, o que pode dificultar o progresso terapêutico. Portanto, compreender a relação entre o sujeito e essa condição torna-se complexo e crucial (Rocha; Jesus, 2021).

Em outras palavras, o trabalho analítico está centrado na expressão verbal do sujeito, permitindo-lhe refletir e assumir responsabilidade por suas ações por meio do discurso. Reconhecendo que na vida não há absolvição e que sempre há consequências a enfrentar, mesmo quando o adoecimento surge de forma imprevista para o sujeito, a reflexão resultante destaca a importância do papel do analista em oferecer um espaço seguro para que o indivíduo reconfigure sua relação com a vida (Coppus; Pereira, 2020).

Através da análise, o indivíduo receberá auxílio no resgate da sua identidade completa, destacando que a vida vai além da condição de doença, através desse processo terapêutico, o paciente, poderá enfrentar situações como a dependência e a passividade associadas à sua doença, assumindo um papel ativo e responsável em sua própria vida e no manejo da fibromialgia, influenciando também nos relacionamentos interpessoais e sua percepção da própria condição de saúde (Lima; Carvalho, 2006).

O processo terapêutico proporcionará que o indivíduo se perceba como um indivíduo distinto, com suas próprias necessidades e desejos e enxerga a fibromialgia como uma parte, mas não a totalidade, de sua existência. Essa mudança de perspectiva é fundamental para a integração da relação com a doença em sua vida de maneira mais saudável e equilibrada (Lima; Carvalho, 2006).

Apesar das dificuldades e das perdas associadas ao adoecimento, é crucial que o analista mantenha uma abertura para que o sujeito possa encontrar uma nova maneira de enfrentar os desafios da existência. Mesmo diante do trauma, essa abordagem busca incentivar o sujeito a encontrar uma abordagem criativa para conduzir sua vida, promovendo uma reestruturação significativa de sua narrativa pessoal e de sua interação com o mundo ao seu redor (Coppus; Pereira, 2020).

Os resultados demonstram que a psicoterapia de orientação psicanalítica oferece uma abordagem valiosa para os portadores de fibromialgia. Ao promover uma compreensão mais profunda de si mesma e do seu entorno, promovendo melhorias não apenas nos sintomas físicos da doença, mas também fortalecendo a resiliência emocional e a qualidade de vida de maneira geral (Lima; Carvalho, 2006).

Desse modo, a psicoterapia de orientação psicanalítica emerge como uma intervenção terapêutica promissora no contexto da fibromialgia, oferecendo não apenas alívio sintomático, mas também um caminho a obtenção de saúde, qualidade de vida e resiliência diante das adversidades, contribuindo no tratamento através da condução do sujeito em expressar suas próprias experiências e encontrar suas soluções subjetivas, permitindo que a dor seja vocalizada, movendo-se do corpo para a linguagem (Lima; Carvalho, 2006).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A fibromialgia é uma condição complexa que continua desafiando pacientes, profissionais de saúde e pesquisadores. Este trabalho buscou identificar diferentes aspectos dessa síndrome, desde sua etiologia até suas implicações clínicas e terapêuticas. Ficou evidente ao longo deste estudo que a fibromialgia não se limita apenas à dor física, mas envolve uma interação intrincada entre fatores biológicos, psicológicos e sociais. Sua manifestação clínica varia amplamente entre os indivíduos, tornando o diagnóstico e tratamento um verdadeiro desafio.

No entanto, é importante reconhecer que ainda há lacunas significativas em nosso entendimento a respeito da fibromialgia. Sendo necessário mais pesquisas para elucidar sua fisiopatologia. Além disso, é fundamental promover uma maior conscientização sobre a fibromialgia na sociedade, reduzindo o estigma e garantindo que essas mulheres tenham acesso adequado a cuidados de saúde e apoio psicossocial, uma rede de apoio abrangente, que inclua profissionais de saúde, familiares e grupos de apoio.

O fardo da fibromialgia vai além da dor física; ele envolve uma luta contínua contra os efeitos colaterais dos tratamentos e a necessidade de adaptações constantes na vida diária. Mulheres com fibromialgia enfrentam preconceitos e discriminações, resultando em uma violência simbólica que agrava seu sofrimento. A maternidade, uma experiência que deveria ser repleta de alegria, torna-se um campo minado de dificuldades adicionais, desde a amamentação até os cuidados diários com os filhos

Entretanto, mesmo diante desses desafios, a resiliência e a coragem das mulheres com fibromialgia são notáveis. Elas buscam incessantemente formas de viver uma vida plena, adaptando-se e encontrando força em meio à adversidade. É crucial que a sociedade e o sistema de saúde reconheçam e valorizem essa luta, oferecendo suporte adequado e tratamentos eficazes para que essas mulheres possam ter uma qualidade de vida digna. A jornada com a fibromialgia é árdua, mas a determinação das mulheres que a enfrentam diariamente é uma poderosa demonstração de resistência e esperança

Em última análise, enfrentar os desafios da fibromialgia requer uma abordagem interdisciplinar, colaborativa e compassiva, visando melhorar o diagnóstico precoce, desenvolver terapias mais eficazes e reduzir o estigma associado a esta condição. Ao fazê-lo, podemos trabalhar em direção a uma melhor qualidade de vida para todos os que vivenciam a fibromialgia.

REFERÊNCIAS

- ALVES, P. R. S.; Marques, A. E. F. Pacientes portadores de fibromialgia: desafios e impactos na qualidade de vida. **Visão Acadêmica**, v. 23, n. 3, 2022.
- BITTENCOURT, J. V. et al. Pacientes com fibromialgia apresentam fenótipos de dor diferentes em comparação com pacientes com dor generalizada. **BrJP**, v. 5, n. 2, p. 119-126, 2022.
- BATISTA, J. S.; BORGES, A. M.; WIBELINGER, L. M. Tratamento fisioterapêutico na síndrome da dor miofascial e fibromialgia. **Revista dor**, v. 13, p. 170-174, 2012.
- COSTA, A. C. et al. Saúde do trabalhador e fibromialgia: relação entre dor e atividade física. **Cinergis**, v. 12, n. 1, p. 55-60, 2011.
- COSTA, L. P.; Ferreira, M. A. Fibromyalgia from the gender perspective: triggering, clinical presentation and coping. **Texto contexto - enferm.**, v. 32, 2023.
- COPPUS, A. N.; PEREIRA, P. T. O que pode a psicanálise diante do adoecimento do corpo? Considerações sobre a escuta do sujeito no hospital. **Analytica: Revista de Psicanálise**, v. 9, n. 17, p. 1-17, 2020.
- COUTO, L. A, et al. "Avaliação do agenciamento de autocuidados e sua associação com sintomas e qualidade de vida em indivíduos com fibromialgia." **Fisioterapia e Pesquisa** 27, 140-146, 2020.
- CARVALHO, L. P. N et al. Efeitos da meditação associada a educação em neurociências da dor em adultos com fibromialgia: Ensaio clínico controlado e randomizado. SMAD, **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)**, v. 16, n. 3, p. 3-13, 2020.
- DALACQUA, M. J.; RADAELLI, P. B. UM OLHAR MULTIFACETADO SOBRE OS Aspectos clínicos, ocupacionais, e implicações da síndrome da fibromialgia na qualidade de vida de seus portadores. In: 19º Encontro Científico Cultural Interinstitucional, 2021. **Anais do 19º Encontro Científico Cultural Interinstitucional**, Goiânia, 2021.
- ROTHER, E. T.. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v-vi, abr. 2007.
- DIAS, M. A.; PERES, R. S. Aportes Winnicottianos para a Compreensão das Vivências da Maternidade em Mulheres com Fibromialgia. **Contextos Clínicos**, v. 15, n. 2, 2022.
- FARIA, P. C. et al. Fibromialgia: diagnóstico, fisiopatologia e tratamentos. **Conexão cient.**, v. 9, n. 1, p. 01-19, 2014.
- FRIEDRICH, J. V.; UHDE, S. P. R.; ZANINI, E. O. Fibromialgia: importância do conhecimento da doença e seus tratamentos. **FAG Journal of Health**, v. 2, n. 2, 2020.
- ANDRADE, Mário César Rezende. O papel das revisões de literatura na produção e síntese do conhecimento científico em Psicologia. Gerais, **Rev. Interinst. Psicol.**, Belo Horizonte , v. 14, n.spe, p.1-5, . 2021.Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198382202021000300001&lng=pt&nrm=iso>.acessoem 01 jul. 2024. <https://doi.org/10.36298/gerais202114e23310>.

GOMES, M. J. A. et al. Possíveis hipóteses fisiopatológicas da fibromialgia: uma revisão integrativa de literatura. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 7, 2022.

JÚNIOR, J. O. O.; ALMEIDA, M. B. O tratamento atual da fibromialgia. *BrJP*, v. 1, n. 3, 2018.

LISBOA, L. L. et al. Efeito da cinesioterapia na qualidade de vida, função sexual e sintomas climatéricos em mulheres com fibromialgia. *Revista Brasileira de Reumatologia*, v. 55, p. 209-215, 2015.

LIMA, C. P.; CARVALHO, C. V. Fibromialgia: uma abordagem psicológica. *Aletheia*, Canoas, n. 28, p. 146-158, dez. 2008. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942008000200012&lng=pt&nrm=iso>. Acessos em 29 maio 2024.

MAEDA, A. M. C.; POLLAK, D. F.; MARTINS, M. A. V. A compreensão do residente médico em reumatologia no atendimento aos pacientes com fibromialgia. *Rev. bras. educ. med.*, v. 33, n. 3, 2009.

MATSUDO, S. M.; LILLO, J. L. P. Fibromialgia, atividade física e exercício: revisão narrativa. *Diagnóstico e Tratamento*, v. 24, n. 4, p. 174-182, 2019.

MEDEIROS, F. F. A sintomatologia e os aspectos emocionais de quem carrega no corpo a dor da fibromialgia: uma revisão literária. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia). *Universidade do Extremo Sul Catarinense*, Criciúma, 2019.

MONTEIRO, E. A. B.; OLIVEIRA, L.; OLIVEIRA, W. L. Aspectos psicológicos da fibromialgia. *Mudanças - Psicologia da Saúde*, v. 29, n. 1, 2021.

MONTENEGRO, M. L. et al. Perspectivas do manejo terapêutico em pacientes com fibromialgia: uma revisão integrativa. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 13, n. 6, 2021.

OLIVEIRA, J. P. R. et al. O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado. *Rev. Gaúcha Enferm.* v. 40, 2019.

PROVENZA, J. et al. *Sociedade Brasileira de Reumatologia: Fibromialgia*. 2004.

RAMIRO, F. S. et al. Investigação do estresse, ansiedade e depressão em mulheres com fibromialgia: um estudo comparativo. *Rev. Bras. Reumatol.* v. 54, n. 1, 2014.

REZENDE, M. C. et al. EpiFibro - um banco de dados nacional sobre a síndrome da fibromialgia: análise inicial de 500 mulheres. *Rev. Bras. Reumatol.* v. 53, n. 5, 2013.

ROCHA, T. H. R.; JESUS, L. M. Fibromialgia: Impasses da demanda para a clínica psicanalítica. *Psicologia Clínica*, 33(3), 467-486, 2021.

SOUZA, B.; LAURENTI, C. Uma Interpretação Molar da Dor Crônica na Fibromialgia. *Psicol., Ciênc. Prof. (Impr.)*, v. 37, n. 2, 2017.

STALL, P.; TEXEIRA, M. J. Fibromyalgia syndrome treated with the structural integration Rolfing® method. *Rev. dor.* v. 15, n. 4, p. 248-252, 2014.

TEIXEIRA, L. A. Resiliência e dor em pacientes com fibromialgia - Um estudo observacional transversal. 2020. Tese (Doutorado em Anestesiologia). **Universidade Estadual Paulista**, Botucatu, 2020.

TÓFOLI, L. F.; ANDRADE, L. H.; FORTES, S. Somatização na América Latina: uma revisão sobre a classificação de transtornos somatoformes, síndromes funcionais e sintomas sem explicação médica. *Braz. J. Psychiatry*, v. 33, 2011.

VALIM, V. Benefícios dos exercícios físicos na fibromialgia. **Revista Brasileira de Reumatologia**, 46, 49-55. 2006.