

**Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro – ISSN 2178-6925**  
**Faculdade Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni - Novembro de 2016**

## **BENEFÍCIOS DA HIDROTERAPIA NO TRATAMENTO DE PACIENTES COM FIBROMIALGIA**

**Taciana de Kássia Mendes\*, André Luiz Velano de Souza\*\***

### **Resumo**

A Fibromialgia é uma síndrome dolorosa de etiopatogenia desconhecida que acomete preferencialmente mulheres, caracterizada por dores musculares difusas crônicas e sítios dolorosos específicos, associados frequentemente à fadiga, distúrbios do sono, cefaléia crônica, distúrbios psíquicos e intestinais funcionais. Devido ao quadro doloroso e à cronicidade, a síndrome geralmente tem impacto negativo na qualidade de vida dos pacientes. Não existe nenhum exame de imagem ou laboratorial que forneça o diagnóstico para fibromialgia, sendo o mesmo realizado através de um exame físico e uma anamnese detalhada. Considerando-se a sua etiologia desconhecida, o tratamento fisioterapêutico na fibromialgia não tem efeito curativo, tendo como objetivo o controle da sintomatologia dolorosa, otimização do sono, melhora de outros sintomas associados e da qualidade de vida como um todo. O principal objetivo desse estudo foi analisar os benefícios da Hidroterapia utilizada no tratamento de pacientes portadores de fibromialgia. Foi realizada uma pesquisa do tipo revisão bibliográfica, de caráter exploratório, o qual foi realizado um aprofundamento teórico/científico. Essa modalidade terapêutica mostrou-se eficaz no tratamento da grande maioria dos fibromiálgicos, com objetivo final de melhorar sua qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Fibromialgia. Fisioterapia. Hidroterapia

### **Abstract**

Fibromyalgia is a painful syndrome of unknown etiology that affects mainly women, characterized by chronic diffuse muscle pain and specific tender sites often associated with fatigue, sleep disturbances, chronic headaches, mental disorders and bowel function. Because of the painful picture and chronicity, the syndrome usually has a negative impact on quality of life of patients. There is no laboratory or imaging test that provides diagnosis for fibromyalgia, the same being done through a physical examination and a detailed medical history. Considering its unknown etiology, physical therapy in fibromyalgia has no curative effect, aiming to control the painful symptoms, sleep optimization, improvement of other symptoms and quality of life as a whole. The main objective of this study was to analyze the benefits of hydrotherapy used to treat fibromyalgia patients. Research type literature review, exploratory, which was carried out a theoretical / scientific deepening was carried out. This therapeutic modality was shown to be effective in treating the vast majority of fibromyalgia, with ultimate goal of improving their quality of life.

**Keywords:** Fibromyalgia. Physical Therapy. Hydrotherapy.

\*Fisioterapeuta graduada pela UNIPAC-TO, \*\*Fisioterapeuta especialista em Reabilitação Musculoesquelética e Esportiva; Professor assistente da UNIPAC-TO, email – velano@bol.com.br

## 1 Introdução

A fibromialgia (FM) é denominada uma síndrome reumática de etiologia desconhecida que acomete predominantemente mulheres com faixa etária de 30 a 60 anos. Caracteriza-se por dor musculoesquelética difusa e crônica, além dos pontos anatômicos específicos, dolorosos à palpação, chamados de *tender points*. Outros sintomas, como fadiga, rigidez matinal, depressão, ansiedade, cefaléia crônica e distúrbios psicológicos estão frequentemente associados (MARTINS *et al.*, 2011).

Embora sua etiopatogenia não esteja totalmente esclarecida, estudos apontam maiores evidências para um distúrbio de modulação central da dor ou um processamento alterado do sistema nervoso central em resposta a um estímulo nociceptivo. Incluindo também à participação de fatores ambientais que agem em indivíduos geneticamente predispostos no desenvolvimento dessa patologia (BRAZ *et al.*, 2011). Bressan *et al.* (2008), descrevem que as causas ainda não identificadas, podem envolver também alterações do sono, neuroendócrinas e psicossomáticas, entre outros fatores externos, como artrite periférica e possível microtrauma muscular por descondicionamento.

A FM afeta aproximadamente 6 milhões de pessoas nos Estados Unidos da América (EUA), a proporção de mulheres que apresentam a FM em relação aos homens é de 9:1 (MIRANDA; FREIXO, 2009).

Sabe-se que o tratamento medicamentoso com analgésicos, antiinflamatórios e antidepressivos nem sempre apresenta resultados satisfatórios, sendo ressaltada a importância do tratamento não farmacológico, pois este tem papel crucial no controle dos sintomas. A hidroterapia é a modalidade que mais vem sendo utilizada no tratamento da FM, e tem como função promover um efeito relaxante, diminuição da dor e espasmos musculares, melhorar a auto-estima e reduzir a depressão. Segundo um estudo realizado, a terapia aquática foi mais eficaz quando comparada ao tratamento medicamentoso, pois a mesma não causa a ocorrência de efeitos colaterais (ROCHA *et al.*, 2006).

O principal objetivo desse estudo foi analisar os benefícios da hidroterapia, utilizada no tratamento de pacientes portadores de FM, através de uma revisão da literatura.

Esse trabalho justifica-se pela alta incidência, complexidade e importância socioeconômica dessa patologia que, devido ao grau de sofrimento e desamparo causado pela sintomatologia dolorosa e pelos fenômenos associados, tais como distúrbios do sono, fadiga, cefaléia crônica e outros, prejudicam o fibromiálgico em sua vida profissional, familiar e social.

## **2 Metodologia**

O presente trabalho trata-se de uma pesquisa do tipo revisão bibliográfica de caráter descritivo e exploratório, no qual foi realizado um aprofundamento teórico/científico, utilizando como fonte de pesquisa livros, revistas científicas e artigos em português e inglês publicados no período de 2000 a 2015.

A seleção do material se deu preferencialmente, através da consulta no banco de dados científicos eletrônicos SciELO Brasil (Scientific Electronic Library Online), PubMed, LILACS, Google Acadêmico, MEDLINE e revistas científicas. As informações foram selecionadas e organizadas pelo autor e baseadas nas palavras chaves inerentes à problemática da pesquisa, na tentativa de alcançar o objetivo do estudo.

## **3 Revisão bibliográfica**

### **3.1 - Dor, qualidade de vida, autopercepção de saúde e depressão de pacientes com fibromialgia, tratados com hidrocinesioterapia**

A fibromialgia (FM) causa o comprometimento das capacidades e habilidades físicas, especialmente a capacidade funcional e força muscular reduzida, além das características psicológicas como altos níveis de ansiedade e depressão. Foi realizado por Letieri *et al.* (2013) um estudo clínico randomizado aplicando a hidroterapia em 64 mulheres com mais de 50 anos de idade e com diagnóstico clínico de FM.

As pacientes foram divididas em dois grupos: Hidrocinesioterapia e grupo controle. Utilizou-se a Escala Visual Analógica da dor (EVA),

Questionário sobre o Impacto da Fibromialgia (FIQ) e o Inventário de Beck (instrumento para avaliação dos sintomas depressivos composto por 21 itens relacionados aos sintomas depressivos como desesperança, irritabilidade e sentimento de culpa) para avaliação dessas pacientes.

O tratamento hidrocinesioterápico foi realizado em piscina aquecida a 33°C. As participantes foram submetidas a 30 sessões, duas vezes por semana, com duração de 45 minutos cada sessão. Já as participantes do grupo controle foram orientadas a não realizar nenhum tipo de terapia física ou intervenção durante o estudo.

Observou-se melhora significativa na percepção da dor, nos sintomas de depressão e na qualidade de vida favoráveis ao grupo hidrocinesioterapia comparado ao grupo controle. O estudo demonstrou que a hidrocinesioterapia foi eficaz como alternativa no tratamento de pacientes com FM.

### **3.2 Um estudo clínico randomizado sobre a eficácia clínica da Terapia Aquática na Fibromialgia**

Participaram do estudo realizado por Assis *et al.* (2006), 60 mulheres sedentárias com FM, com idades entre 18 e 60 anos, sendo aleatoriamente selecionadas para corrida e caminhada aquática, divididas em dois grupos: Hidrocinesioterapia e exercícios em solo. Ambos os grupos realizaram exercícios por 60 minutos, 3 vezes por semana, durante 15 semanas.

Para os dois grupos, cada sessão era composta por um aquecimento de 10 minutos de alongamento seguida pelo treinamento aeróbico durante 40 minutos e depois disso um relaxamento de 10 minutos. A EVA, FIQ, Inventário de Beck, Questionário de Qualidade de Vida (SF-36, elaborado para avaliar a qualidade de vida, é composto de 11 campos de avaliação abordando fatores físicos e psicológicos do paciente como: capacidade funcional, saúde mental, dor, etc.), e avaliação global a resposta à terapia das pacientes foram medidas no início do estudo, na 8ª semana, e na 15ª semana.

Ambos os grupos obtiveram melhora significativa comparada com a primeira semana, com uma redução média de 36% na intensidade da dor. Melhorias no índice de depressão no grupo hidroterapia foram observadas mais rapidamente (8ª semana) em relação ao grupo dos exercícios em solo

que continuou a melhorar (até a 15<sup>a</sup> semana). Apenas o grupo hidrocinesioterapia mostrou melhorias no questionário SF-36 na função emocional.

Por isso, a hidrocinesioterapia além de demonstrar segurança, mostrou-se tão eficaz quanto os realizados em solo para melhoria da dor. No entanto, na piscina houve mais vantagens relacionadas aos aspectos emocionais. O ganho aeróbico foi semelhante para ambos os grupos, independentemente da melhora da sintomatologia. Portanto, os exercícios aquáticos, ou seja, a hidroterapia foi mais indicada para o início do tratamento destes pacientes, pois quando realizados na água, esses exercícios não promovem tantos impactos articulares se comparados ao solo, melhor se adaptando como tratamento para os fibromiálgicos.

### **3.3 Análise dos efeitos da cinesioterapia e da hidrocinesioterapia sobre a qualidade de vida de pacientes com fibromialgia – um ensaio clínico randomizado**

Hecker *et al.* (2011), através de um estudo clínico randomizado para avaliar a qualidade de vida, utilizou-se o questionário SF-36, a fim de analisar os aspectos físicos e psicológicos em 24 pacientes do sexo feminino, portadoras de FM, com idade de 30 a 55 anos, separadas aleatoriamente em dois grupos: Hidrocinesioterapia e cinesioterapia. O objetivo principal foi verificar e comparar os efeitos da hidrocinesioterapia e cinesioterapia na qualidade de vida dos pacientes em estudo. Foram incluídas no estudo pacientes com FM diagnosticada há mais de dois anos, sem diagnóstico de doenças associadas, não praticantes de atividade física e que não estivessem fazendo uso de medicamentos.

O estudo durou 23 semanas e as pacientes foram submetidas a alongamentos e exercícios aeróbicos de baixa intensidade, com duração de uma hora cada sessão. Houve melhora significativa na maior parte dos aspectos abordados pelo questionário SF-36 em ambos os grupos.

A hidrocinesioterapia promoveu relaxamento muscular favorável para a qualidade de vida, porém, não foi o fator principal já que a cinesioterapia também proporcionou efeitos benéficos para o bem-estar dessas pacientes. Logo, os alongamentos e os exercícios aeróbicos de baixa intensidade

empregados em ambos os protocolos foram os prováveis responsáveis pelos efeitos benéficos observados nas duas modalidades terapêuticas avaliadas.

### **3.4 Benefícios da hidrocinestoterapia na fibromialgia: estudo de caso**

Wilhelm e Santos (2013) verificaram os efeitos proporcionados pela hidrocinestoterapia em uma paciente portadora de FM, com 53 anos de idade. A principal queixa apresentada pela paciente foi dor corporal difusa com ênfase no hemitórax esquerdo e coluna lombar. Ao realizar a palpação nos *tender points*, observou-se a presença de dor em 100% dos pontos, ou seja, em todos os 18 pontos da FM. Para avaliação da dor, utilizou-se a EVA; goniômetro para avaliar amplitude de movimento (ADM) e resistência manual do avaliador para testar força muscular de membros superiores e inferiores. A paciente foi submetida a sete sessões de hidrocinestoterapia com duração de 50 minutos, duas vezes por semana.

Foi observado, no presente estudo, que o tratamento proposto trouxe benefícios à paciente, mostrando como resultado diminuição no número de *tender points* em 33%, diminuição da dor, a manutenção da força muscular e o aumento da ADM de membros superiores e inferiores.

### **3.5 Hidroterapia, pompagem e alongamento no tratamento da fibromialgia - relato de caso**

Em outro estudo de caso Rocha *et al.* (2006) avaliaram os efeitos da hidroterapia associada a pompagens e alongamentos gerais no tratamento de uma paciente portadora de FM, com 43 anos de idade. A seleção foi realizada de maneira aleatória dentre 8 pacientes encaminhadas ao setor com o mesmo diagnóstico médico. A voluntária foi submetida a uma avaliação fisioterapêutica, onde foram colhidos dados sobre a história da patologia apresentada. Além disso, a paciente foi submetida a avaliações postural e de flexibilidade muscular, positividade de *tender points*, sensação dolorosa por meio da EVA e qualidade do sono.

O tratamento consistiu de alongamentos gerais, pompagens e hidroterapia em sessões de 1 hora, totalizando 10 sessões de tratamento. Foi

observado, no presente estudo, que o tratamento proposto trouxe benefícios à paciente, mostrando como resultado a melhora da qualidade do sono, diminuição da quantidade dos *tender points* (redução de 55%), melhora da postura, da flexibilidade muscular e do bem-estar geral da paciente.

Apesar da evidência clínica observada, trata-se de um estudo de caso, sem grupo controle, que não possui relevância científica.

### **3.6 Eficácia da terapia aquática em grupo sobre a qualidade de vida e a dor em pacientes com Fibromialgia**

Tarabayn e Carvalho (2008), para comprovar a eficácia da hidroterapia na dor, aplicaram a mesma em quatro mulheres com diagnóstico de FM, com idade entre 35 a 60 anos. As pacientes foram analisadas pelo questionário SF-36 e pela avaliação fisioterapêutica (com o intuito de conhecer o perfil das pacientes). O nível de dor foi avaliado no início e no final de cada sessão através da EVA. Foram realizados 15 atendimentos com duração de 60 minutos, três vezes na semana.

Os resultados mostraram que a hidroterapia foi parcialmente positiva em relação à qualidade de vida dessas pacientes. A terapia, por ter sido realizada em grupo, incentivou a interação e socialização das pacientes.

Desta forma, ressalta-se a importância dessa modalidade no tratamento dos pacientes com FM. No quadro algico, também se mostrou parcialmente positiva, pois apesar da melhora em relação ao início e final do tratamento, elas não apresentaram redução total da dor, e dois meses após o término da terapia voltaram a sentir piora na dor. Sendo assim, a hidroterapia em grupo realizada durante um mês, se mostrou parcialmente eficaz na melhora da qualidade de vida e ineficaz para a solução da dor, apenas amenizando-a.

### **3.7 Hidrocinesioterapia no tratamento de mulheres com fibromialgia: estudo de caso**

Já Salvador, Silva e Zirbes (2005) que também aplicaram a hidroterapia em quatro mulheres com diagnóstico de FM, onde foram realizadas 11 sessões coletivas de hidrocinesioterapia, 3 vezes por semana

durante aproximadamente um mês, com duração total de 70 minutos. As pacientes foram avaliadas pelo FIQ, análise dos *tender points* e questionário SF-36, segundo os critérios da Organização Mundial de Saúde (OMS). A dor foi mensurada pela EVA antes e após cada sessão.

Os resultados mostraram que a técnica foi efetiva para redução da sensibilidade dolorosa nos *tender points* e diminuição da dor referida pela EVA, além de ter melhorado a visão subjetiva das pacientes acerca de sua qualidade de vida, indicando que a hidrocinestoterapia pode ser utilizada com sucesso para minimizar a sintomatologia de mulheres fibromiálgicas.

### **3.8 Comparação dos efeitos da estimulação elétrica nervosa transcutânea e da hidroterapia na dor, flexibilidade e qualidade de vida de pacientes com fibromialgia**

Silva *et al.* (2012) avaliaram os efeitos da hidrocinestoterapia sobre a qualidade de sono e a capacidade funcional em pacientes com FM. Realizaram um estudo com 60 pacientes portadoras de FM, com faixa etária entre 30 e 65 anos. Das pacientes avaliadas, 20 foram excluídas e 10 desistiram devido à impossibilidade de apresentar-se no horário do programa de exercícios. Trinta pacientes foram incluídas no estudo e foram avaliadas através do Índice da Qualidade do sono de Pittsburgh, Escala de Sonolência de Epworth e FIQ.

As pacientes foram submetidas à hidrocinestoterapia duas vezes por semana, com duração de 60 minutos cada, por um período de dois meses. A média da idade das pacientes foi de 45 anos; 66% eram trabalhadoras ativas e 34% estavam afastadas do trabalho.

Ao final, percebeu-se melhora na capacidade funcional, redução do absenteísmo, capacidade de serviço, intensidade da dor, fadiga, cansaço matinal, rigidez, ansiedade e depressão. Houve também melhora da qualidade do sono e no grau de sonolência diurna. Portanto, a hidrocinestoterapia promoveu melhora de qualidade do sono, capacidade funcional, situação profissional, distúrbios psicológicos e sintomas físicos da síndrome em pacientes com FM.

### **3.9 A percepção da qualidade de vida de pacientes fibromiálgicas submetidas à intervenção fisioterapêutica**



Barros *et al.* (2012) realizaram um ensaio clínico randomizado com objetivo de avaliar a qualidade de vida de portadores de FM submetidos a hidrocinestoterapia. Participaram do estudo 20 indivíduos com idade entre 45 e 60 anos divididos em dois grupos de intervenção. O Grupo A (n=10) - onde foram submetidos à hidrocinestoterapia e acupuntura e o Grupo B (n=10) - pacientes que foram tratados somente por meio da hidrocinestoterapia. Utilizou-se para a coleta dos dados uma ficha de avaliação fisioterapêutica, questionário SF-36 e a EVA que foram aplicados antes e após a intervenção. O protocolo hidrocinestoterapêutico foi realizado duas vezes por semana com duração de 55 minutos, em piscina aquecida a 32°C, totalizando 15 sessões. No grupo B, as sessões de acupuntura foram aplicadas duas vezes por semana nos quatro pontos de maior comprometimento da dor, totalizando também 15 sessões.

Os dados mostraram que nos dois grupos ocorreu uma diferença significativa entre o início e o término da intervenção. Somente para o domínio dor que o grupo A obteve melhor desempenho em relação ao grupo B. O estudo apontou que a hidrocinestoterapia associada ou não à acupuntura foi um método eficaz para melhorar a funcionalidade e a qualidade de vida dos pacientes fibromiálgicos.

### **Considerações finais**

Diante das evidências encontradas na Literatura, há um consenso de que o tratamento dessa síndrome seja através de uma abordagem multidisciplinar, já que se trata de dores crônicas que afetam o paciente no seu aspecto biopsicossocial.

A Hidroterapia se mostrou eficaz, por ser uma técnica segura e prazerosa, levando à melhoria do quadro álgico, promovendo relaxamento muscular, melhora na qualidade do sono e melhora do bem estar geral do paciente.

É essencial que a intervenção terapêutica seja cuidadosamente selecionada e modulada de acordo com as condições do paciente. O tratamento deve proporcionar maior tolerância ao desconforto, diminuição da

dor e menores limitações na realização de atividades funcionais, com objetivo final de melhorar a qualidade de vida dos portadores de fibromialgia.

A fibromialgia continua sendo um grande desafio para a comunidade científica, pois não se sabe ao certo qual é a causa desta síndrome e os parâmetros para se avaliar e reavaliar estes pacientes são subjetivos, o que dificulta o trabalho dos profissionais de saúde.

Sugere-se que mais estudos clínicos com número maior de pacientes e com um maior tempo de acompanhamento (*follow up*) após o estudo sejam realizados para se demonstrar de forma mais objetiva o quanto pode ser benéfica e/ ou indispensável a Hidroterapia nestes pacientes.

## REFERÊNCIAS

ASSIS, Marcos R. et al. A Randomized Controlled Trial of Deep Water Running: Clinical Effectiveness of Aquatic Exercise to Treat Fibromyalgia. **Arthritis & Rheumatism**. v. 55, n. 1, p. 57-65, fev. 2006. Disponível em: <<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/art.21693/pdf>>. Acesso em: 8 dez. 2014.

BARROS, Maria F. A. et al. A percepção da qualidade de vida de pacientes fibromiálgicas submetidas à intervenção fisioterapêutica. **Revista Brasileira de Ciências da Saúde**. v. 16, n. 2, p. 3-10, 2012. Disponível em: <<http://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/rbcs/article/viewFile/16414/9518>>. Acesso em: 11 jan. 2015.

BASTOS, Carina C.; OLIVEIRA, Ediléa M. Síndrome da fibromialgia: tratamento em piscina aquecida. **Lato & Sensu**. Belém. v. 4, n. 1, p. 3-5, out. 2003. Disponível em: <[http://www.nead.unama.br/site/bibdigital/pdf/artigos\\_revistas/155.pdf](http://www.nead.unama.br/site/bibdigital/pdf/artigos_revistas/155.pdf)>. Acesso em: 10 dez. 2014.

BATISTA, Tânia et al. Os efeitos da hidroterapia na fibromialgia – revisão de literatura. **Salutis Scientia – Revista de Ciências da Saúde da ESSCVP**. v. 3, p. 26-32, mar. 2011. Disponível em: <<http://www.salutisscientia.esscvp.eu/Site/Artigo.aspx?artigoid=30542>>. Acesso em: 23 dez. 2014.

BIASOLI, Maria C.; MACHADO, Christiane M. C. Hidroterapia: aplicabilidades clínicas. **RBM - Rev. Bras. Med.** v. 63, n. 5, p. 225-237, maio 2006. Disponível em: <<http://www.biasolifisioterapia.com.br/publicacoes/028rbm4>>. Acesso em: 4 dez. 2014.

BRAZ, Alessandra S. et al. Uso da terapia não farmacológica, medicina alternativa e complementar na fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatologia**. v. 51, n. 3, p. 269-282, maio/jun. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v51n3/v51n3a08>>. Acesso em: 17 nov. 2014.

BRESSAN, L. R. et al. Efeitos do alongamento muscular e condicionamento físico no tratamento fisioterápico de pacientes com fibromialgia. **Rev. Brasileira de Fisioterapia**. São Carlos. v. 12, n. 2, p. 88-93, mar./abr. 2008.

CAMPION, Margaret R. **Hidroterapia: Princípios e Prática**. 1. ed. São Paulo: Manole, 2000. 334 p.

CARREGARO, Rodrigo L.; TOLEDO, Aline M. Efeitos fisiológicos e evidências científicas da eficácia da fisioterapia aquática. **Revista Movimenta**. v. 1, n. 1, p. 23-27, 2008. Disponível em: <<http://www.nee.ueg.br/seer/index.php/movimenta/article/viewFile/83/108>>. Acesso em: 5 jan. 2015.

CAVALCANTE, Alane B. et al. Prevalência de Fibromialgia: uma Revisão de Literatura. **Rev. Bras. Reumatologia**, v. 46, n. 1, p. 40-48, jan./fev. 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v46n1/29386>>. Acesso em: 11 dez. 2014.

DALL´AGNOL, Letizzia; MARTELETE, Miriam. Hidroterapia no tratamento de pacientes com fibromialgia. **Rev. Dor**. v. 10, n. 3, p. 250-254, 2009. Disponível em: <[http://www.dor.org.br/revistador/dor/2009/volume\\_10/n%C3%BAmero\\_3/pdf/Volume\\_10\\_n\\_3\\_Pags\\_250-254](http://www.dor.org.br/revistador/dor/2009/volume_10/n%C3%BAmero_3/pdf/Volume_10_n_3_Pags_250-254)>. Acesso em: 15 dez. 2014.

FERREIRA, Elizabeth A. G. et al. Avaliação da dor e estresse em pacientes com fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatologia**. v. 42, n. 2, mar./abr. 2002. Disponível em: <<http://xa.yimg.com/kq/groups/15928438/1088165483/name/206>>. Acesso em: 9 dez. 2014.

GERVÁSIO, Flávia M.; GONÇALVES, Caroline S. Análise da influência do tratamento fisioterapêutico na qualidade de vida do paciente fibromiálgico. **Revista Movimenta**. v. 4, n. 2, p. 130-138, 2011. Disponível em: <<http://www.nee.ueg.br/seer/index.php/movimenta/article/viewFile/511/395>>. Acesso em: 19 dez. 2014.

HECKER, Celina D. et al. Análise dos efeitos da cinesioterapia e da hidrocinesioterapia sobre a qualidade de vida de pacientes com fibromialgia – um ensaio clínico randomizado. **Fisioter. Mov.** v. 24, n. 1, p. 57-64, jan./mar. 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/fm/v24n1/v24n1a07>>. Acesso em: 8 jan. 2015.

HEYMANN, Roberto E. et al. Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatologia**. v. 50, n. 1, p. 56-66, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v50n1/v50n1a06>>. Acesso em: 29 dez. 2014.

JALBUT JACOB, Maria Teresa R.; JACOB, Luiz G.; JALBUT JACOB, Beatriz. Fibromialgia: diagnóstico, sintomas, fisiopatologia e tratamento. **Rev. Dor.** v. 6, n. 3, p. 634-640, jul./ago./set. 2005. Disponível em: <[http://www.dor.org.br/revistador/Dor/2005/volume\\_6/n%C3%BAmero\\_3/pdf/634\\_640\\_Fibromialgia.pdf](http://www.dor.org.br/revistador/Dor/2005/volume_6/n%C3%BAmero_3/pdf/634_640_Fibromialgia.pdf)>. Acesso em: 13 dez. 2014.

JORGE, Liliana L.; TOMIKAWA, Luiz C. O.; JUCÁ, Sueli S. H. Efeito de um programa de reabilitação multidisciplinar para homens portadores de fibromialgia: estudo aleatorizado controlado. **Acta Fisiátrica.** v. 14, n. 4, p. 196-203, 2007. Disponível em: <[http://www.actafisiatrica.org.br/detalhe\\_artigo.asp?id=176](http://www.actafisiatrica.org.br/detalhe_artigo.asp?id=176)>. Acesso em: 7 dez. 2014.

JUNIOR, Milton H.; GOLDENFUM, Marco A.; SIENA, César A. F. Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais. **Rev. Assoc. Med. Bras.** v. 58, n. 3, p. 358-365, 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ramb/v58n3/v58n3a18>>. Acesso em: 5 dez. 2014.

LETIERI, Rubens V. et al. Dor, qualidade de vida, autopercepção de saúde e depressão de pacientes com fibromialgia, tratados com hidrocinesioterapia. **Rev. Bras. Reumatologia.** v. 53, n. 6, p. 494-500, 2013. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S04825004201300060008](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S04825004201300060008)>. Acesso em: 10 jan. 2015.

MARTINEZ, José E. et al. Avaliação de parâmetros clínicos de pacientes com fibromialgia após 5 anos de evolução. **Acta Fisiátrica.** v. 8, n. 2, p. 71-74, 2001. Disponível em: <[http://www.actafisiatrica.org.br/v1%5Ccontrole/secure/Arquivos/AnexosArtigos/C9E1074F\\_5B3F9FC8EA15D152ADD07294/vl\\_08\\_n\\_02\\_71\\_74.pdf](http://www.actafisiatrica.org.br/v1%5Ccontrole/secure/Arquivos/AnexosArtigos/C9E1074F_5B3F9FC8EA15D152ADD07294/vl_08_n_02_71_74.pdf)>. Acesso em: 12 jan. 2015.

MARTINS, Marielza R. I. et al. Uso de questionários para avaliar a multidimensionalidade e a qualidade de vida do fibromiálgico. **Rev. Bras. Reumatologia.** v. 52, n. 1, p. 16-26, 2011. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v52n1/v52n1a03.pdf>>. Acesso em: 9 dez. 2014.

MIRANDA, Eduardo F.; FREIXO, Marcos R. Aplicação dos critérios de classificação para pacientes com hipótese de fibromialgia. **ConScientia e Saúde.** v. 8, n. 3, p. 467-475, 2009. Disponível em: <[http://www.uninove.br/pdfs/publicacoes/conscientiae\\_saude/csaude\\_v8n3/cnv8n3\\_3j1690.pdf](http://www.uninove.br/pdfs/publicacoes/conscientiae_saude/csaude_v8n3/cnv8n3_3j1690.pdf)>. Acesso em: 16 dez. 2014.

MOSMANN, Alice et al. Atuação fisioterapêutica na qualidade de vida do paciente fibromiálgico. **Scientia Medica.** Porto Alegre: PUCRS. v. 16, n. 4, out./dez. 2006. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/scientiamedica/article/viewFile/2284/1784>>. Acesso em: 7 dez. 2014.

NAVARRO, Fabiana M.; NETO, João O. C.; BENOSSI, Thiago G. Efeitos da terapia aquática na qualidade de vida de pacientes fibromiálgicos - estudo de

caso. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**. Umuarama. v. 10, n. 2, p. 93-97, mai./ago., 2006. Disponível em: <<http://revistas.unipar.br/saude/article/view/272>>. Acesso em 10 dez. 2014.

OLIVEIRA, Sheila K. F.; AZEVEDO, Eneida C. L. **Reumatologia pediátrica**. 2. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2001. p. 655-659.

RIBEIRO, Luiz R.; PROIETTI, Fernando A. Fibromialgia e Estresse Infecçioso: Possíveis Associações Entre a Síndrome de Fibromialgia e Infecções Viróticas Crônicas. **Rev. Bras. Reumatologia**. v. 45, n. 1, p. 20-9, jan./fev., 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v45n1/v45n1a05>>. Acesso em: 8 dez. 2014.

RIBERTO, Marcelo; PATO, Thais R. Fisiopatologia da fibromialgia. **Acta Fisiátrica**. v. 11, n. 2, p. 78-81, 2004. Disponível em: <[http://www.actafisiatrica.org.br/detalhe\\_artigo.asp?id=269](http://www.actafisiatrica.org.br/detalhe_artigo.asp?id=269)>. Acesso em: 06 dez. 2014.

ROCHA, Maíra O. et al. Hidroterapia, pompagem e alongamento no tratamento da fibromialgia - relato de caso. **Fisioterapia em Movimento**. Curitiba. v.19, n.2, p. 49-55, abr./jun., 2006.

SALVADOR, Juliana P.; SILVA, Quelma F.; ZIRBES, Márcia C. G. M. Hidrocinesioterapia no tratamento de mulheres com fibromialgia: estudo de caso. **Fisioterapia e Pesquisa**. v. 11, n. 1, p. 27-36, jan./abr. 2005.

SCOTTON, Antônio S. et al. Fibromialgia. **RBM**. v. 67, n. 7, p. 221-227, jul. 2010. Disponível em: <[http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id\\_materia=4324&fase=imprime](http://www.moreirajr.com.br/revistas.asp?id_materia=4324&fase=imprime)> Acesso em: 13 dez. 2014.

SILVA, Kyara M. O. M. et al. Effect of hydrotherapy on quality of life, functional capacity and sleep quality in patients with fibromyalgia. **Rev. Bras. Reumatologia**. v. 52, n. 6, p. 846-857, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S048250042012000600004&script=sci\\_arttext&tlng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S048250042012000600004&script=sci_arttext&tlng=en)>. Acesso em 17 jan. 2015.

SILVA, Tatiana F. G. et al. Comparação dos efeitos da estimulação elétrica nervosa transcutânea e da hidroterapia na dor, flexibilidade e qualidade de vida de pacientes com fibromialgia. **Fisioterapia e Pesquisa**. São Paulo. v. 15, n. 2, p. 118-24, abr./jun. 2008.

SOBRINHO, Djalma G. R. et al. Estudo da Capacidade de Manter o Alerta em Pacientes com Fibromialgia por Meio do Teste da Manutenção da Vigília. **Rev. Bras. Reumatologia**. v. 48, n. 1, p. 12-16, jan./fev. 2008. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbr/v48n1/04>>. Acesso em: 16 dez. 2014.

SOVA, Ruth. Aquatic Therapy. Department of Disability and Human Development. **Chassel**. P. 1-12, 2009. Disponível em: <[126 | Página](http://www.aqua-</a></p></div><div data-bbox=)

gear.com/Ruth-Sova-Essential-Principles-of-Aquatic-Therapy-Bookp2.html>. Acesso em: 18 dez. 2014.

TARABAYN, Nadia; CARVALHO, Fabiana. **Eficácia da terapia aquática em grupo sobre a qualidade de vida e a dor em pacientes com Fibromialgia.** II Seminário de Fisioterapia da UNIAMERICA: Iniciação Científica. 2008, Foz do Iguaçu, PR. Disponível em: <http://www.uniamerica.br/site/arquivos/2seminario-fisioterapia/pdf/7-Nadia-Tarabayn-Fabiana-Ca.pdf>>. Acesso em: 13 jan. 2015.

VALIO, Caio S. et al. Efeito do ultrassom terapêutico na sintomatologia e qualidade de vida de pacientes com síndrome de fibromialgia – Estudo Piloto. **ConScientiae Saúde.** v. 8, n. 4, p. 665-670, 2009. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=92912706018>>. Acesso em: 16 dez. 2014.

WEST, Sterling G. **Segredos em reumatologia:** Respostas necessárias ao dia-a-dia: Em rounds, na clínica, em exames orais e escritos. 1. ed. São Paulo: Artmed, 2000. p. 419-429.

WILHELM, Joyce; SANTOS, Reni V. Benefícios da hidrocinesioterapia na fibromialgia: estudo de caso. **Fisi Senectus.** Unochapecó Ano1 - Edição especial - p. 96-103, 2013. Disponível em: <<http://bell.unochapeco.edu.br/revistas/index.php/fisisenectus/article/view/1757/971>>. Acesso em: 06 jan. 2015.

WOLFE, Frederick et al. The American College of Rheumatology Preliminary Diagnostic Criteria for Fibromyalgia and Measurement of Symptom Severity. **Arthritis Care & Research.** v. 62, n. 5, p. 600-610, may 2010. Disponível em: <<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/acr.20140/e.pdf>>. Acesso em: 7 jan. 2015.