

O TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA E A RELAÇÃO DO USO DE ANALGÉSICOS E ANTI-INFLAMATÓRIOS: UMA ABORDAGEM INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE.

Autores: Aiane Motta da Luz Silva Bispo
Fabiana Ribeiro Pereira Barbosa
Fabio Assunção de Jesus
Irene Silva Alves
Luciana de Jesus Oliveira Silva
Marília Azevedo de Oliveira

Orientadora: Danielli Soares Araújo

RESUMO

Introdução: A fibromialgia (FM) é uma síndrome de dor músculo-esquelética crônica, não inflamatória, de etiologia desconhecida. A dor limita a atividade funcional, atinge a saúde física e mental, e numa sociedade capitalista, o imediatismo no combate ao sintoma é um problema presente. É sabido que o uso prolongado e demasiado de analgésicos e anti-inflamatórios trazem riscos à saúde, inclusive podem provocar dor crônica, além de efeitos colaterais como danos hepáticos. O cuidado interdisciplinar em saúde se faz uma alternativa ampla para uma patologia multifatorial. **Objetivo:** Verificar a abordagem no tratamento de pacientes com fibromialgia, com foco a multidisciplinaridade profissional e a relação do uso de analgésicos e anti-inflamatórios. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica narrativa, onde foram avaliados estudos científicos que buscaram analisar o tratamento interdisciplinar em saúde dos pacientes diagnosticados com fibromialgia, e a sua relação do uso de analgésicos e anti-inflamatórios. **Resultados:** A abordagem multiprofissional mostrou-se importante no tratamento dos pacientes portadores de FM, levando a redução significativa da dor e melhoria na qualidade de vida. **Conclusão:** A interdisciplinaridade em saúde não apenas se apresenta como uma alternativa viável, mas como uma necessidade imperativa na busca por estratégias de tratamento mais eficazes para a fibromialgia.

Palavras Chaves: Fibromialgia, Equipe de Saúde Multidisciplinar, Analgésicos, Anti-inflamatórios.

ABSTRACT

Introduction: Fibromyalgia (FM) is a chronic, non-inflammatory musculoskeletal pain syndrome of unknown etiology. The pain limits functional activity, affects physical and mental health, and in a capitalist society, immediacy in combating the symptom is a present problem. It is well known that prolonged and excessive use of painkillers and anti-inflammatory drugs poses health risks, and can even cause chronic pain, as well as side effects such as liver damage. Interdisciplinary health care is a broad alternative for a multifactorial pathology. **Objective:** To verify the approach to treating patients with fibromyalgia, focusing on professional multidisciplinarity and the relationship between the use of analgesics and anti-inflammatory drugs. **Methodology:** This is a narrative bibliographic review, which evaluated scientific studies that sought to analyze the interdisciplinary health treatment of patients diagnosed with fibromyalgia, and their relationship to the use of analgesics and anti-inflammatory drugs. **Results:** The multi-professional approach proved to be important in the treatment of patients with FM, leading to a significant reduction in pain and improvement in quality of life. **Conclusion:** Interdisciplinary health care is not only a viable alternative, but an imperative necessity in the search for more effective treatment strategies for fibromyalgia.

Keywords: Fibromyalgia, Multidisciplinary Health Team, Analgesics, Anti-inflammatories.

1. INTRODUÇÃO

De acordo com a etimologia da palavra fibromialgia, *fibro* deriva-se do latim que significa tecido fibroso, do grego deriva-se *mio*, *algos* e *ia* significando respectivamente músculo, dor e condição. A fibromialgia (FM) é uma síndrome álgica musculoesquelética crônica, porém não é considerada uma doença autoimune, nem inflamatória. Possui sua etiologia ainda desconhecida. (HELFENSTEIN *et al.*, 2012). Associação Internacional para o Estudo da Dor (IASP) define a dor como:

“[...] uma experiência sensorial e emocional desagradável associada, ou semelhante àquela associada, a um dano real ou potencial ao tecido” (IASP, 2020, n. p.).

Em 1977, o conceito da fibromialgia foi apresentado como uma exagerada sensibilidade à dor e distúrbios de sono. Atualmente, com o estudo mais profundos da patologia é possível identificar sintomas como: dor difusa e crônica no tecido musculoesquelético, principalmente na região do pescoço, lombar e articulações, sono não reparador, fadiga, cefaléia, tontura, zumbido, dificuldade de concentração, falta de memória e rigidez muscular. Sinais de problemas psicossociais como isolamento social, estresse, humor deprimido, e abandono de hábitos saudáveis também são relatados por pacientes com esse diagnóstico. (MONTEIRO *et al.*, 2021).

Um estudo de base populacional sobre prevalência de dor crônica no Brasil, publicado no Brazilian Journal of Pain, em 2018, estimou a prevalência da Fibromialgia em 2,5% da população brasileira, com maior predominância no sexo feminino (SOUZA, 2018). Os sintomas da FM comumente iniciam-se entre 30 a 50 anos, podendo aparecer também na infância e terceira idade, com proporção de mulheres para homens de aproximadamente 7 para 1. Em alguns casos pode estar associada a outras doenças como lúpus eritematosos sistêmicos, síndromes de Sjogren e artrite reumatóide (PROVENZA JR *et al.*, 2004).

É sabido que a automedicação é uma preocupação mundial, sendo considerado um problema de saúde pública. No Brasil, a automedicação representa 35% do consumo de fármacos, sendo que 27% das intoxicações medicamentosas e 16% dos óbitos são resultantes dessa prática (PEREIRA *et al.*, 2009).

Por se tratar de uma síndrome não inflamatória e apresentar sintomas similares com de outras doenças, a fibromialgia é uma condição complexa e de difícil diagnóstico. Os sintomas podem variar significativamente entre os indivíduos, o que ocasiona uma intensa peregrinação dos pacientes em busca de respostas para a dor que sente, resultando no uso indiscriminado de medicamentos e diagnóstico tardio. Face a este aspecto, o atendimento humanizado dos profissionais da saúde, assim como o olhar atento para os aspectos biopsicossociais do sujeito, tornam-se cruciais para uma intervenção adequada. (PROVENZA JR *et al.*, 2004).

Considerando a hipótese que pessoas com FM costumam realizar o consumo de medicamentos de forma irracional, tanto pelo diagnóstico tardio quanto pela falta de atendimento multiprofissional, o estudo considera-se relevante para a elucidação quanto ao tema abordado, visando evidenciar e trazer os benefícios para qualidade de vida da prática multiprofissional no tratamento de pessoas com fibromialgia. Sendo assim esta pesquisa acrescentará no âmbito científico, através do levantamento de dados sobre a importância do acompanhamento multiprofissional de pacientes diagnosticados com a fibromialgia. Portanto o objetivo geral do presente estudo visa verificar os benefícios da abordagem multiprofissional no tratamento de pacientes com fibromialgia.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

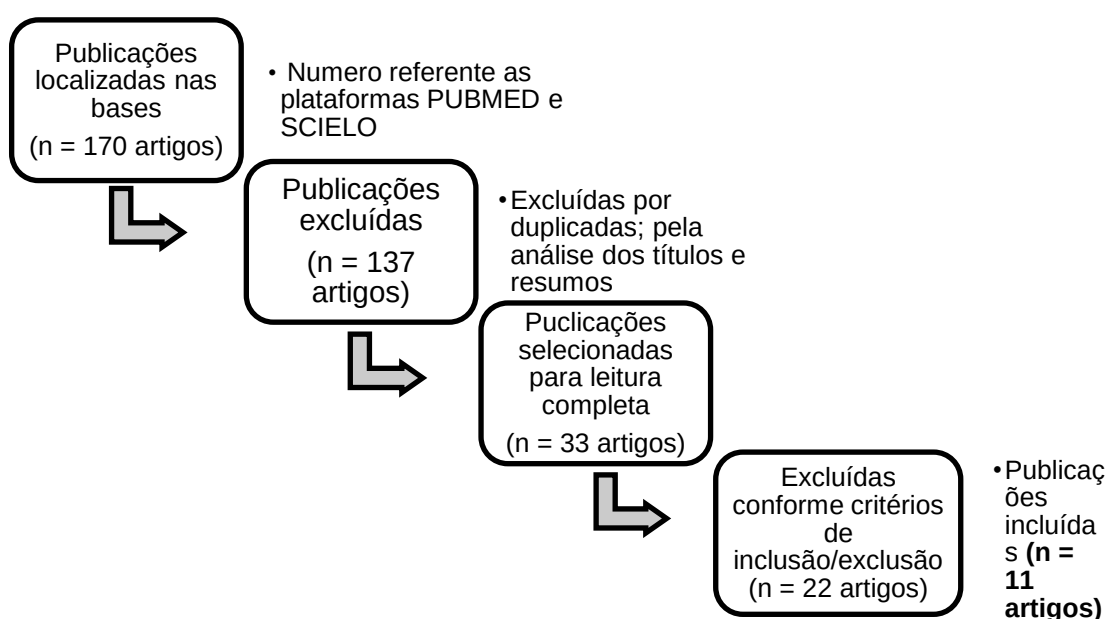
O presente estudo trata-se de uma narrativa da literatura que abrange estudos obtidos em base de dados já existentes. A pesquisa foi realizada na PUBMED e SCIELO. Utilizamos com critério de inclusão pesquisas realizadas no período de 2005 a 2023. Os critérios de exclusão: artigos de revisão e artigos que não abordavam sobre o tratamento da fibromialgia. Para realização da pesquisa, foram utilizados: referenciais teóricos disponíveis na íntegra por meio online nos idiomas inglês e português.

Na PUBMED os DeCS (Descritores de Ciência em Saúde) utilizados nas buscas foram: fibromyalgia; analgesic; anti-inflammatory; Drug Therapy. Na SCIELO os DeCS utilizados nas buscas foram: "fibromyalgia" AND "treatment"

3. RESULTADOS

De acordo com a estratégia abordada, a busca resultou em 73 artigos encontrados na plataforma PUBMED e 97 artigos encontrados na plataforma SCIELO, assim totalizando 170 artigos. Ao todo para construção dessa pesquisa, selecionamos 17 artigos que estão apresentados no Quadro 1.

Fluxograma 1: Fluxograma dos resultados



Fonte: Próprio autor, 2023.

Quadro 1: Relação de artigos selecionados.

Autor/Ano	Desenho do estudo	Objetivo	Métodos
Andrade, et al / 2023	Ensaio Clínico	O objetivo do estudo foi examinar os efeitos do treinamento de força (ST) sobre a dor e a qualidade do sono de pacientes com FM.	Quarenta e oito mulheres com FM participaram do estudo entre agosto e outubro de 2012. Foram empregados o Questionário Sociodemográfico e Clínico, a escala visual

			analógica (EVA) para dor e o Índice de Qualidade do Sono de Pittsburgh. Os dados foram coletados antes da primeira sessão e depois da intervenção de oito semanas e foram analisados por meio de estatística descritiva e testes inferenciais.
Souza, et al / 2020	Estudo controle	Este estudo avaliou a eficácia a longo prazo de uma intervenção interdisciplinar em grupo de pacientes com fibromialgia em comparação com cuidados médicos padrão.	Estudo controlado parcialmente randomizado com dois grupos e medidas repetidas. As variáveis foram medidas no início do estudo; imediatamente após o programa; 4 meses e 1 ano depois. Pacientes com fibromialgia foram recrutados por meio de anúncios em jornais ou referências médicas de duas regiões de Quebec.
Pernambuco, et al / 2018	Ensaio Clínico Randomizado	Observar os efeitos de um programa de educação em saúde em pacientes com fibromialgia	Cinquenta e oito mulheres com fibromialgia foram alocadas aleatoriamente em grupo experimental ou grupo controle. O grupo experimental foi submetido ao tratamento HEP durante 11 semanas, enquanto o grupo controle não recebeu intervenção no mesmo período. Todos os dados foram coletados na zero e na 11ª semana por um pesquisador cego.

Oliveira, <i>et al</i> / 2017	Ensaio Clínico	Este estudo teve como objetivo observar o efeito do exercício físico supervisionado na flexibilidade de pacientes do sexo feminino com fibromialgia	O estudo consistiu em um programa de exercícios físicos supervisionados com duração de seis meses. A frequência de treinamento foi igual a duas sessões semanais com duração de uma hora cada. O instrumento de avaliação da flexibilidade foi o teste de sentar e alcançar, aplicado no início, três meses e seis meses após a intervenção.
Garaigordobil, <i>et al</i> / 2016	Ensaio Clínico	Avaliar os sintomas psicopatológicos dos pacientes com FM	A amostra foi composta por 190 participantes, sendo 140 acometidos pela FM foram convidados a integrar a amostra por correio e telefone. Precisavam ter diagnóstico de FM e apresentar justificativa médica.
Mascarenhas, <i>et al</i> / 2021	Revisão sistemática e meta-análise	Investigar a eficácia das terapias na redução da dor e na melhoria da qualidade de vida (QV) em pessoas com fibromialgia.	Dois revisores extraíram os dados de forma independente e avaliaram o risco de viés usando a escala PEDro de 0 a 10. Os tamanhos dos efeitos para terapias específicas foram agrupados usando modelos de efeitos aleatórios. A qualidade da evidência foi avaliada utilizando a abordagem Grading of Recommendations

			Assessment (GRADE).
Ali, et al / 2018	Relato de Caso	Este estudo teve como objetivo avaliar o impacto de uma intervenção de enfermagem no controle da dor e dos sintomas depressivos de pacientes com fibromialgia.	Estudo quase-experimental realizado por meio de revisão de banco de dados eletrônico de um serviço privado de acompanhamento de pacientes crônicos. A amostra incluiu 353 pacientes com fibromialgia atendidos no período de 2014 a 2017. A intervenção de enfermagem incluiu visita domiciliar e aplicação de estratégias educativas por telefone durante 6 meses. Os participantes foram avaliados por meio da escala numérica verbal e da escala Patient Health Questionnaire.
Jorge, et al / 2007	Estudo aleatorizado controlado	Avaliar a eficácia de um programa multidisciplinar de reabilitação para pacientes do sexo masculino, em idade produtiva, portadores de fibromialgia	Vinte e cinco homens com diagnóstico de fibromialgia foram convidados. Dez foram utilizados e alocados aleatoriamente em um dos dois grupos definidos para o presente estudo. O grupo tratamento consistiu em orientação ambulatorial e um programa de reabilitação com duração de 2 meses, realizado por meio de aulas e terapias
Souza, et al / 2018	Revisão sistemática e meta-análise	Investigar a prevalência, assim como o perfil de	Este estudo utilizou dados secundários ao banco de dados construído por uma

		consultas médicas	pesquisa prévia para identificar a prevalência de dor crônica no Brasil. Foram selecionados os casos que responderam sentir dores há mais de 6 meses e com diagnóstico de fibromialgia.
Hooten, <i>et al</i> / 2007.	Ensaio Clínico	Este estudo de pacientes com diagnóstico de fibromialgia (FM) foi conduzido para testar a hipótese de que medidas pós-tratamento imediato de funcionamento psicossocial, atributos de saúde, emoções negativas relacionadas à dor e sintomas depressivos melhoram significativamente durante a reabilitação multidisciplinar da dor enquanto se retira concomitantemente o analgésico. medicamentos.	Um programa ambulatorial de reabilitação da dor ambulatorial de 3 semanas baseado em um modelo cognitivo-comportamental que incorpora a retirada de medicamentos analgésicos. Realizado com 159 pacientes.
Han <i>et al</i> / 2011	Análise	O objetivo desta revisão é ajudar os profissionais de saúde a tomar decisões informadas sobre o uso apropriado de uma série de tratamentos farmacológicos para pacientes com FM	Análise da eficácia das terapias disponíveis e manejo atual da fibromialgia

Fonte: Próprio autor, 2023.

4. DISCUSSÃO

4.1 Fibromialgia: características, sintomatologia, epidemiologia e impactos.

A síndrome da fibromialgia (FM) possui como característica principal a dor crônica com duração de mais de três meses, frequentemente associada a distúrbios do sono. Os pontos de dor são chamados de tender points e ficam localizados nas articulações e músculos. (ANDRADE *et al*, 2023). Outros sintomas como fadiga, rigidez, sono não reparador e distúrbios de humor são apontados por pacientes com diagnóstico desta síndrome. A estimativa no Brasil indica que cerca de 2% da população é acometida pela FM e o diagnóstico em mulheres é seis vezes maior quando comparado ao sexo masculino (SOUZA *et al*, 2020).

É definida como uma doença reumatológica não inflamatória e possui sua etiologia ainda desconhecida, porém tem sido considerada também uma condição clínica derivada de distúrbios no sistema de estresse. Encontra-se em pacientes portadores desta síndrome, anormalidades significativas nos níveis hormonais como cortisol e melatonina (PERNAMBUCO *et al*, 2018).

No ano de 2016 na Argentina, foram avaliados 190 participantes de um estudo a fim de analisar os sintomas psicopatológicos de pessoas com FM em comparação a pessoas não portadoras da síndrome. Nos resultados foi possível observar pontuações médias significativamente maiores em participantes com FM, os sintomas mais frequentes encontrados foram: ansiedade, depressão, somatização e obsessão-compulsão (GARAIGORDOBIL; GOVILLARD, 2016).

Em 2018, Juliana Souza e Dirce Perissinotti realizaram um levantamento de dados através de entrevistas por telefone onde foram entrevistadas 13 pessoas portadoras da FM. E de acordo com estudo, oito participantes relataram interferência da dor no sono, cinco classificaram que a dor interfere muito no trabalho e cinco apontaram irritabilidade. Além disso, alguns informaram que a doença interfere diretamente na sua rotina de autocuidado, vida social e sexual (SOUZA; PERSSINOTTI, 2018).

A FM impõe significativos impactos negativos, manifestando-se não apenas como uma condição de dor crônica, mas também como uma fonte substancial de incapacidade física e emocional. O custo econômico e o desgaste social agregado às necessidades das pessoas que sofrem com condição crônica dolorosa generalizada impactam negativamente em diversos países do globo, assim como no Brasil. Estima-se que a incapacidade física e emocional gerada pela dor está entre as 10 causas de maior impacto socioeconômico em países desenvolvidos e em desenvolvimento (SOUZA; PERSSINOTTI, 2018).

4.2 O uso de analgésicos e anti-inflamatórios de pacientes com fibromialgia.

Embora possua sua etiologia ainda desconhecida, a melhora dos sintomas de maneira rápida, principalmente da dor, continua sendo o objetivo do tratamento farmacológico. Medicamentos analgésicos e psicotrópicos são amplamente utilizados no tratamento da FM (HOOTEN *et al*, 2007).

Atualmente ainda não possuímos um medicamento que controle por completo os sinais e sintomas da FM, por essa razão a terapia farmacológica é geralmente realizada de forma combinada. Por exemplo, antidepressivos de forma diária e analgésicos para controle das crises. Além disso, outras classes de medicamentos que podem ser prescritas para o tratamento deste paciente incluem: anti-inflamatórios não esteroides, opióides, sedativos, relaxantes musculares, agentes hipnóticos e anticonvulsivantes (HAN *et al*, 2011).

Porém, a pesquisa realizada em 2021 por Mascarenhas, apresentou melhora na qualidade de vida dos pacientes que utilizavam depressores do sistema nervoso central e antidepressivos para dor em médio prazo, antidepressivos para qualidade de vida em curto prazo, e antidepressivos e depressores do sistema nervoso central para a qualidade de vida a médio prazo. Já dados relevantes sobre a eficácia a longo prazo de analgésicos e anti-inflamatórios não foram encontrados (MASCARENHAS *et al*, 2021).

O uso indiscriminado de analgésico e anti-inflamatórios é uma realidade no Brasil, de acordo com dados fornecidos pelo ICTQ (Instituto de Pesquisa e Pós-Graduação), em 2018, os analgésicos ocupam o primeiro lugar do ranking de medicamentos mais vendidos no País. Correspondendo a 48% das vendas. Logo em seguida temos os anti-inflamatórios, que correspondem a 31% (ICTQ, 2018).

A utilização em demasia desses medicamentos pode levar a graves efeitos adversos, por exemplo: lesão renal, úlcera gástrica e sangramento (por diclofenaco e ibuprofeno); náuseas, vômitos e dor abdominal (por superdosagem de dipirona); lesão no fígado (por uso excessivo de paracetamol) (ICTQ, 2018).

4.3 Os tratamentos da fibromialgia: com foco a interdisciplinaridade em saúde.

Por se tratar de uma doença multifatorial e possuir manifestações clínicas complexas e psicossomáticas, muitos profissionais de saúde optam por adotar uma abordagem multidisciplinar. Como alternativa de tratamento não-farmacológico os programas de educação em saúde tem sido utilizados com sucesso em alguns casos. Afinal a junção do empoderamento, estratégias e enfrentamento da doença e indução de hábitos saudáveis, faz com que exista um progresso clínico resultando em um nível melhor da qualidade de sono, redução da ansiedade, fadiga, dor e depressão (PERNAMBUCO *et al*, 2018).

Em 2021, foi encontrado evidências positivas em relação a terapia cognitivo comportamental TCC. Esse estudo aponta uma redução significativa na dor destes pacientes, quanto associado a TCC com antidepressivos, tanto a curto quanto a médio prazo. Também foi possível observar que exercícios aeróbicos e fortalecimento aquático auxiliaram na diminuição da dor e melhora na qualidade de vida de pessoas com FM (MASCARENHAS, 2021).

O treinamento de força (TF) com pacientes composto por 48 mulheres com fibromialgia se mostrou eficaz. Foi realizado em um grupo de pacientes o TF, sendo composto por 10 minutos de aquecimento, 40 minutos de TF e por fim 10 minutos de alongamentos finais. Após oito semanas de treino, houve diminuição no uso de medicamentos para dormir, melhora na qualidade do sono e redução na intensidade da dor (ANDRADE, 2023).

Pacientes portadores da FM da região de Quebec (Canadá) foram recrutados para realização de um acompanhamento multidisciplinar, esse acompanhamento foi realizado a longo prazo (1 ano e 4 meses). Durante esse período um grupo de pacientes teve uma melhora significativa na qualidade de vida. A prescrição de exercícios personalizados melhorou a percepção do paciente sobre o automanejo dos seus sintomas (SOUZA *et al*, 2020).

Profissionais de enfermagem também exercem um papel importante nesse acolhimento multiprofissional, foram analisadas 353 pacientes com FM, sendo 96% do sexo feminino. Os enfermeiros realizam pelo menos um contato telefônico mensal para monitoramento e orientações, visando a estabilização da doença. A comparação da dor por categorias antes e após intervenção mostrou um redução significativa nos caso de dor intensa. Além disso, a intervenção ocasionou na redução no caso de depressão moderada e grave (ALI *et al*, 2018).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Utilizando uma visão multiprofissional para elucidação da questão principal, pode-se observar que o atendimento multiprofissional revelou-se como um fator importante para abordar as diversas dimensões físicas, emocionais e sociais dessa síndrome dolorosa. A atuação conjunta de fisioterapeutas, psicólogos, farmacêuticos, nutricionistas e médicos proporcionou uma resposta mais completa, considerando não apenas os sintomas, mas também as causas subjacentes da condição.

Sendo assim torna-se evidente a importância de estudos nessa área, onde o tratamento de cada paciente venha a ser individual, seja em relação ao tratamento farmacológico ou não-farmacológico. Portanto faz-se necessário o desenvolvimento de políticas públicas que possam acolher os 2% de brasileiros nessas condições de saúde.

Os instrumentos de coleta dos dados permitiram uma análise abrangente dos aspectos investigados, oferecendo uma visão detalhada das variáveis em estudo. A precisão e a consistência desses instrumentos proporcionaram uma base sólida para a interpretação dos resultados, contribuindo para a confiabilidade e validade do estudo.

Ao concluir esta pesquisa, nota-se que a abordagem multiprofissional não apenas se apresenta como uma alternativa viável, mas como uma necessidade imperativa na busca por estratégias de tratamento mais eficazes para a fibromialgia. Espera-se que os resultados desta pesquisa inspirem ações práticas, incentivem discussões mais aprofundadas e estimulem o desenvolvimento de pesquisas futuras que ampliem a compreensão sobre a fibromialgia e seu tratamento integrado.

6. REFERÊNCIAS

ALI, Y. C. M. M. *et al.* Efeitos de uma intervenção de enfermagem no controle de sintomas de pacientes com fibromialgia. Relato de caso. **Brazilian Journal of Pain**, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/gLXNmFTJKpxpqZ43rtk4zWt/?lang=pt#>. Acesso em: 7 de dez. de 2023.

ANDRADE, A. *et al.* Treinamento de força em pacientes com fibromialgia: um estudo de viabilidade. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbme/a/78FkRgh8XrgtYnjZNVcbmn/?lang=en#>. Acesso em: 6 de dez. de 2023.

GARAIGORDOBIL, M. ; GOVILLARD, L. Sintomas psicopatológicos em pessoas com fibromialgia: uma reflexão. **Interdisciplinar vol.33 no.2**, 2016. Disponível em: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1668-70272016000200010&lang=pt . Acesso em: 10 de dez. de 2023.

HAN, C. *et al.* Terapias disponíveis e manejo atual da fibromialgia: com foco nos agentes farmacológicos. **Journal Durges of Today**, 2011. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22013561/>. Acesso em: 7 de dez. de 2023.

HELFENSTEIN, M. J. *et al.* Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais. **Revista da Associação Médica Brasileira**, 2012. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0104423012705225?via%3Dihub>. Acesso em 10 de nov. de 2023.

HEYMANN, R. E *et al.* Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia. **Sociedade Brasileira de Reumatologia**, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0482-50042010000100006>. Acesso em: 15 de nov. de 2023.

HOOTEN, M. *et al.* Resultados do tratamento após reabilitação multidisciplinar da dor com retirada de medicação analgésica para pacientes com fibromialgia. **Oxford Academic**, 2007. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17244099/>. Acesso em 8 de dez. de 2023.

ICTQ, Admin. Pesquisa – Automedicação no Brasil. **ICTQ – Instituto de Pesquisa e Pós-Graduação para o mercado farmacêutico**, 2018. Disponível em: <https://www.ictq.com.br/pesquisa-do-ictq/871-pesquisa-automedicacao-no-brasil-2018>. Acesso em: 15 de nov. de 2023.

JORGE, L. L. *et al.* Efeito de um programa de reabilitação multidisciplinar para homens portadores de fibromialgia: estudo aleatorizado controlado. **Acta Fisiatr – Revista da USP**, 2007. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/actafisiatr/article/view/102862/101148>. Acesso em: 08 de dez. de 2023.

MASCARENHAS, R. O. *et al.* Associação de terapias com redução da dor e melhoria da qualidade de vida em pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática e meta-análise. **JAMA Intern Med.** , 2021. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jamainternalmedicine/fullarticle/2772354>. Acesso em: 9 de dez. de 2023.

MONTEIRO, E. A. B. *et al.* Aspectos psicológicos da fibromialgia – revisão integrativa. **Universidade Metodista de São Paulo**, 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-32692021000100007. Acesso em: 15 de nov. 2023.

PEREIRA, J. R *et al.* Riscos da automedicação: Tratando o problema com conhecimento. **Universidade da Região de Joinville**, 2009. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/premio_medica/pdfs/trabalhos/mencoes/januari_a_ramos_trabalho_completo.pdf. Acesso em: 15 de nov. de 2023.

PERNAMBUCO, A. P. *et al.* Efeitos de um programa de educação em saúde sobre os níveis de citocinas e cortisol em pacientes com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado. **Advances in Rheumatology**, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/adr/a/TwH5VKRzchz9Dg9MMB9btLc/?lang=en#>. Acesso em: 8 de dez. de 2023.

PROVENZA, J. *et al.* Fibromialgia. **Sociedade Brasileira de Reumatologia**, 2004. Disponível em: https://amb.org.br/files/_BibliotecaAntiga/fibromialgia.pdf . Acesso em: 07 de nov. 2023.

SOUZA, J. B. *et al.* Eficácia da escola interacional e interdisciplinar de fibromialgia: um estudo de controle randomizado de longo prazo. . **Brazilian Journal of Pain**, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/Qj9YM3qwRC7PFJZck4g4pgz/?lang=en#>. Acesso: 7 de dez. de 2023.

SOUZA, J. B.; PERISSINOTTI, D. M. N. A prevalência da fibromialgia no Brasil: estudo de base populacional com dados secundários da pesquisa de prevalência de dor crônica brasileira. **Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor**, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/brjp/a/P4BYQRctt5MDZPRSQ8t7mCD/?lang=pt> . Acesso em: 10 de nov. 2023.