

**DOR, QUALIDADE DO SONO, DEPRESSÃO E QUALIDADE DE VIDA DE  
PACIENTES COM FIBROMIALGIA ATENDIDAS EM UM PROGRAMA DE  
FISIOTERAPIA AQUÁTICA**

Bruna Reis<sup>a</sup>, Giovana Pedroni<sup>a</sup>, Maianda Leindes<sup>a</sup>, Murilo Perotti<sup>a</sup>, Suéli Broenstrup Kohl<sup>a</sup>,  
Gisele Oltramari Meneghini<sup>a\*</sup>, Alexandra Renosto<sup>a</sup>, Alenia Finger<sup>a</sup>

a) Centro Universitário da Serra Gaúcha - FSG

\*Autor correspondente (orientador)  
Gisele Oltramari Meneghini, endereço: Rua Os Dezoito do Forte,  
2366 - Caxias do Sul - RS - CEP: 95020-472

**Palavras-chave:**

Fisioterapia Aquática. Fibromialgia. Dor;  
Impacto. Sono.

**INTRODUÇÃO/FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA:** A síndrome fibromiálgica (SFM) é uma síndrome reumática de etiologia que acomete predominantemente mulheres. Caracteriza-se por dor musculoesquelética difusa e crônica, além de sítios anatômicos específicos dolorosos à palpação, chamados de tender points. (WOLFE F, 1990). Com base na releitura de estudos que tratam o tema de fibromialgia, o presente artigo teve o objetivo avaliar as características sociodemográficas de mulheres com fibromialgia atendidas no programa de extensão de fisioterapia aquática na Fibromialgia, utilizando questionários que permitiram avaliar a dor, o impacto da fibromialgia e a qualidade do sono das participantes. **MATERIAL E MÉTODOS:** Estudo transversal, realizado na Piscina Terapêutica da Faculdade da Serra Gaúcha, através do Programa de Extensão “Fisioterapia Aquática na Fibromialgia”, que acontece duas vezes por semana, durante duas horas. O estudo contou com a participação de 7 pacientes. Os dados foram coletados através de uma ficha de avaliação, que continha idade, sexo, estado civil, dentre outras variáveis como a palpação para verificar os pontos dolorosos. A avaliação dos sujeitos foi realizada utilizando-se o Questionário de Impacto de Fibromialgia (FIQ), para a avaliação da dor utilizou-se a Escala Visual Analógica (EVA) utilizou-se o Protocolo Pós-Sono (PSI) para avaliação da qualidade do sono, Escala de depressão de Beck, para avaliar o grau de depressão, para avaliar a flexibilidade foi usado o teste do 3º dedo ao chão, onde solicita-se que o indivíduo realize uma flexão anterior de tronco, levando suas mãos até o chão, mantendo os joelhos estendidos e braços e cabeça

relaxados, o teste da caminhada dos seis minutos (TC6min) foi utilizado para avaliar capacidade funcional, e por fim para avaliar a qualidade de vida, foi utilizado o questionário SF-36. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** Através da pesquisa foi traçado o seguinte perfil sócio-demográfico e clínico das pacientes atendidas, a faixa etária variou entre 44 e 60 anos, 42,85% das pacientes apresentaram de 6 a 10 pontos de dor pela escala de EVA da dor, 100% das pacientes apresentaram uma boa qualidade de sono, quanto ao instrumento de avaliação FIQ: (AVDs) 57,14% apresentaram pouco impacto, no item sentir-se bem 57,14% referiram sentir-se bem 2 dias durante a última semana, FIQ (Faltar trabalho) 57,14% relataram não trabalhar, FIQ (Outras atividades) a grande maioria 85,71% das pacientes relatou que a fibromialgia causa um grande impacto nesse item da avaliação. Entre os instrumentos de avaliação usou-se a Escala de Beck, onde 57,14%, obtiveram a pontuação referente a nenhuma depressão, na verificação da qualidade de vida, usou-se o instrumento SF 36, dividido em domínios, apresentaram estado ruim de saúde os domínio capacidade funcional 100%, Limitações físicas 100% Dor, 100% Estado Geral, 85,71%, Vitalidade 100%, Aspectos Emocionais, 85,71%, já Aspectos Sociais 71,42% e Saúde Mental 85,71% apresentaram bom estado de saúde. Os resultados da avaliação da capacidade funcional pelo instrumento TC6min, 100% apresentaram baixa capacidade funcional, na avaliação de flexibilidade das pacientes com o teste de 3º Dedo ao chão, 57,14% delas apresentaram baixa flexibilidade (> 10cm). Segundo os resultados obtidos nesta pesquisa, as idades dos indivíduos variam entre 50 a 60 anos. Weidebach (2002) e Alencar (2009) estudaram pacientes que desenvolveram Fibromialgia e em ambos os estudos foram encontrados média de idade de 44 anos. A hidrocinestoterapia é eficaz na redução da sintomatologia dolorosa característica da patologia e pode melhorar a realização das atividades de vida diária e profissional de fibromiálgicos, tendo, conseqüentemente, um efeito positivo sobre a qualidade de vida e sono, melhora da flexibilidade e redução da fadiga (SALVADOR et al, 2005). **CONCLUSÃO:** A Fibromialgia é uma síndrome crônica conjugada com uma série de sintomas que geram problemas sociais, familiares e psicológicos. Por tratar-se de uma doença sem diagnóstico preciso, é vista como uma patologia de caráter subjetivo. A dor característica da doença é um desconforto que gera prejuízo na qualidade de vida, tornando-se destrutiva quanto à capacidade funcional do indivíduo. Procurou-se utilizar questionários para avaliar a capacidade funcional ao medir as habilidades do paciente em lidar com o seu dia a dia, a fim de se obter um perfil mais completo destes e, assim, entender as medidas mais eficazes de tratamento.

## **REFERÊNCIAS:**

- WOLFE F, SMYTHE HA, YUNUS MB, BENNETT RM, BOMBARDIE C, GOLDENBERG DL *et al.* The American College of Rheumatology 1990 Criteria for the classification of fibromyalgia. Report of the Multicenter Criteria Committee. *Arthritis Rheum* 1990;33(2):160-72
- ALENCAR, J.F., COURY, H., OISHI, J.; Aspectos relevantes no diagnóstico de DORT e fibromialgia. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v.13, n.1, p.52-8, 2009.
- SALVADOR, J. P; SILVA, Q. F; ZIRBES, M. C. M. Hidrocinesioterapia no tratamento de mulheres com fibromialgia: estudo de caso. **Fisioterapia e Pesquisa**. Vol.11, N.1, Janeiro/abril, 2005.