



CONEXÃO UNIFAMETRO 2021

XVII SEMANA ACADÊMICA

ISSN: 2357-8645

## EFEITOS DA HIDROTERAPIA EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA REVISÃO INTEGRATIVA

**Autor 1: Italo Barros de Aguiar**

E-mail para contato (italoaguiar2016@outlook.com)

**Autor 2: José Lucas Avelino Costa**

E-mail para contato (lucasavelino25@gmail.com)

Filiação-Instituição Docente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

**Orientadora: Patrícia da Silva Taddeo**

Dicente - Centro Universitário Fametro - Unifametro

**Área Temática:** Doenças Crônicas Não-transmissíveis

**Encontro Científico:** IX Encontro de Iniciação à Pesquisa

**Introdução:** A fibromialgia (FM) é uma doença crônica que afeta várias regiões do corpo, chamadas de tendos points (pontos sensíveis), caracterizada por dor difusa. É uma das doenças reumatológicas mais frequentes, afeta em torno de 4 a 5 % da população em geral e acomete principalmente mulheres, cerca de 90%. O tipo da dor pode variar, podendo ser do tipo: pontada, queimação ou sensação de peso. Apresenta alguns sintomas associados como fadiga, alteração no sono, comprometimento dos movimentos e força muscular reduzida. Em torno de 75% dos pacientes com fibromialgia se queixam de má qualidade do sono, atribuída a uma desordem eletroencefálica, pela ausência da última fase do sono denominada como sono REM (*rapid eye movement*). Pacientes com FM possuem aproximadamente cinco vezes mais chances de apresentar depressão em relação a indivíduos saudáveis. É nítido o impacto na vida dos pacientes acometidos por essa patologia, tanto no âmbito social como em qualidade de vida. O termo hidroterapia é proveniente do grego *hydor*, que significa água e *theraphyé* que significa cura. Assim, a hidroterapia vem como aliada no tratamento da fibromialgia, geralmente praticada em água aquecida entre 32°C e 33°C, sendo altamente indicada para o tratamento da síndrome. **Objetivo:** Discutir e revisar artigos científicos sobre o uso da hidroterapia, para a melhor qualidade de vida de pacientes com fibromialgia. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa, realizada no diretório de revistas Scielo, base de dados PubMed e no buscador acadêmico Google Acadêmico, no período de Setembro a Outubro, do ano de 2021. Utilizando os descritores: Hidroterapia e Fibromialgia, foram incluídos artigos em português com recorte temporal de oito anos, com a justificativa de atualização.



Excluídas revisões de literatura, trabalhos de finalização de curso, teses, dissertações, além de trabalhos não fornecidos na íntegra. **Resultados e Discussão:** Foram encontrados cento e seis artigos dos quais foram excluídos cento e dois artigos por título e resumo. Após a leitura na íntegra, foram selecionados quatro artigos que se encaixavam nos critérios de inclusão e exclusão, em similaridades com o tema abordado. Quando o paciente está imerso no ambiente aquático, seus estímulos sensoriais competem com os estímulos dolorosos, o que leva a diminuição da dor. Inúmeros são seus benefícios para pacientes com fibromialgia: analgesia, redução de espasmos, relaxamento muscular, aumento da amplitude de movimento, aumento da circulação sanguínea, fortalecimento muscular, aumento da resistência muscular, além da melhora na autoestima dos pacientes. Algumas das contra indicações são: febre, ferida aberta, doenças e infecções contagiosas. Fica evidente que a fisioterapia em ambiente aquático apresenta ótimos resultados, visando alívio dos sintomas manutenção e prevenção funcional, tornando-se eficaz no tratamento da fibromialgia. **Considerações finais:** Inúmeros são os benefícios provenientes da hidroterapia para os pacientes acometidos com fibromialgia, resultando em melhora da qualidade de sono, da autoestima e da capacidade funcional, o que torna esse tipo de terapia altamente resolutiva, interferindo diretamente na qualidade de vida desses pacientes. Apesar da prática clínica, apresentar evidências a respeito desse tratamento, faz necessário, mais estudos na área a fim de evidenciar e propagar os efeitos da terapia aquática.

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

#### **Referências:**

OLIVEIRA, C.A. *et al.* A eficácia da Hidroterapia na redução da sintomatologia dos pacientes com fibromialgia. **Revista Faculdade Montes Belos (FMB)**, v. 8, n° 3, 2015.

SANTOS, J.M. *et al.* Fisioterapia aquática: uma intervenção para mulheres com fibromialgia. **Expressa Extensão**. , v. 25, n. 2, p. 103-112, 2020.

SOUSA, B. S. M. *et. al.* Efeitos do tratamento da hidroterapia, cinesioterapia e hidrocinesioterapia sobre qualidade do sono, capacidade funcional e qualidade de vida em pacientes fibromiálgicos. **Life Style**, [S. l.], v. 4, n. 2, p. 35–53, 2018.