



**CENTRO UNIVERSITÁRIO FG – UNIFG**  
**BACHARELADO EM FISIOTERAPIA**

**RAINARA SUELLEN DE JESUS SOUZA BEZERRA**  
**THÂMARA RENATA MARTINS AMORIM**

**ARTIGO CIENTÍFICO**  
**FISIOTERAPIA AQUÁTICA COMO TRATAMENTO PARA FIBROMIALGIA:**  
**REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA**

**Guanambi-BA**

**2021.1**

**RAINARA SUELLEN DE JESUS SOUZA BEZERRA  
THÂMARA RENATA MARTINS AMORIM**

**ARTIGO CIENTÍFICO  
FISIOTERAPIA AQUÁTICA COMO TRATAMENTO PARA FIBROMIALGIA:  
REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA**

Artigo Científico apresentado ao curso de Fisioterapia do Centro Universitário FG – UNIFG, como um dos pré-requisitos para avaliação da disciplina Trabalho de conclusão de Curso II.

Orientador (a): Sabrina Macedo Rocha Boaventura

**Guanambi-BA**

**2021.1**

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>5</b>
<b>2 MATERIAL E MÉTODOS .....</b>	<b>6</b>
<b>3 RESULTADOS.....</b>	<b>7</b>
<b>4 DISCUSSÃO .....</b>	<b>13</b>
<b>5 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>15</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>17</b>

## FISIOTERAPIA AQUÁTICA COMO TRATAMENTO PARA FIBROMIALGIA: REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Rainara Suellen de Jesus Souza Bezerra<sup>1</sup>, Thâmara Renata Martins Amorim<sup>1</sup>,  
Sabrina Macedo Rocha Boaventura<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Graduando (as) do curso de Fisioterapia, Centro Universitário FG – UNIFG

<sup>3</sup> Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário FG – UNIFG

**RESUMO: Introdução:** A fibromialgia (FM) é uma patologia reumatológica de etiologia pouco conhecida, com acometimento maior em mulheres com idade superior a 35 anos. Sua maior característica é dor musculoesquelética crônica e generalizada. O tratamento é baseado nos sintomas, tendo como objetivo recuperar a qualidade de vida, buscando restabelecer o equilíbrio emocional, aliviar a dor, melhorar o condicionamento físico e fadiga. A fisioterapia aquática utiliza-se dos efeitos físicos, fisiológicos e cinesiológicos advindos da imersão do corpo em piscina aquecida, auxiliando na reabilitação ou em prevenções das alterações funcionais. **Objetivo:** Comprovar a eficácia da Fisioterapia aquática em pacientes com diagnóstico de fibromialgia. **Metodologia:** Revisão integrativa de literatura por meio de pesquisas nas bases de dados LILACS, Scielo, Pubmed e Peter, entre o período de 2010 á 2020. Utilizou-se os seguintes descritores: Fibromialgia, Síndrome fibromiálgica, hidroterapia, fisioterapia aquática, hidroterapia na fibromialgia. Para associação empregou-se os operadores booleanos AND e OR. **Resultados e Conclusão:** Essa revisão de literatura, identificou que a terapia aquática realizada em meio aquecida e seguindo todos os protocolos se torna eficaz como forma de tratamento das disfunções causadas em pacientes fibromiálgicos, oportunizando diversos benefícios e qualidade de vida.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fibromialgia, Fisioterapia aquática, Hidroterapia.

---

**ABSTRACT: Introduction:** Fibromyalgia (FM) is a rheumatological pathology of little known etiology, with greater involvement in women over the age of 35 years. Its greatest characteristic is chronic and generalized musculoskeletal pain. Treatment is

based on symptoms, with the objective of restoring quality of life, seeking to restore emotional balance, relieve pain, improve physical conditioning and fatigue. Aquatic physiotherapy uses the physical, physiological and kinesiological effects of immersing the body in a heated pool as a resource to help rehabilitation or prevent functional changes. **Objectives:** To prove the effectiveness of aquatic physiotherapy in patients diagnosed with fibromyalgia. **Methodology:** Integrative literature review through research in the LILACS, Scielo, Pubmed and Peter. databases, between 2010 and 2020. The following descriptors were used: Fibromyalgia, Fibromyalgia Syndrome, hydrotherapy, aquatic physiotherapy, hydrotherapy in fibromyalgia. Boolean operators AND and OR were used for association. **Result and Conclusion:** This review of the literatura identified that aquatic therapy performed in a heated environment and following all protocol becomes effective as a way of theating the dysfunctions caused in its patients, providing several benefsts and quality of life.

**KEYWORDS:** Fibromyalgia, Aquatic physiotherapy, Hydrotherapy.

## 1 INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM) é uma patologia reumatológica de etiologia pouco conhecida, com acometimento maior em mulheres com idade superior a 35 anos. Sua maior característica é dor musculoesquelética crônica e generalizada, com perduração maior que 3 meses, estando associada à sintomas como fadiga, distúrbios do sono, depressão, ansiedade, rigidez matinal, entre diversos outros (LORENA, *et al.* 2015; MARQUES, 2014).

Apesar de não existir uma causa específica, estudos indicam a cerca de sua etiopatogenia, como, disfunção do sistema fisiológico do estresse, distúrbio na modulação da dor do Sistema Nervoso Central, resultante do déficit de serotonina de noradrenalina, produção de dor pela estimulação de neurônios não nociceptivos na medula espinhal, encargo do aumento da glutamina e substância P (SOUZA, *et al.* 2017). Fatores exógenos podem estar associados em sua etiologia, processos cirúrgicos, doenças infecciosas, violência psicológica ou física, hiperatividade, entre outros (MERGENER, *et al.* 2011).

Seu diagnóstico é por meio de verificação de critérios clínicos, com presença em pelo menos onze dos 18 pontos dolorosos, no qual afeta o esqueleto axial e periférico, sendo a inserção dos músculos suboccipitais na nuca, ligamentos dos processos transversos da quinta à sétima vertebra cervical, na borda rostral do trapézio, na origem do músculo supraespinhal, na junção do músculo peitoral juntamente com a articulação costochondral da segunda costela, dois centímetros abaixo do epicôndilo lateral do cotovelo, no quadrante súpero externo do glúteo, abaixo da espinha íliaca, na inserção muscular do trocanter femoral e no coxim gorduroso, acima da linha média do joelho. Os exames complementares são utilizados somente para diagnóstico diferencial. O tratamento é baseado na terapêutica interdisciplinar, no âmbito físico, farmacológico, cognitivo comportamental e educacional (FERREIRA, *et al.*, 2011; SOUZA, *et al.* 2017; MELLO, G., MADRUGA, M., TORRO, N., 2020; JUNIOR, M., *et al.* 2012)

O tratamento é baseado nos sintomas, tendo como objetivo recuperar a qualidade de vida, buscando restabelecer o equilíbrio emocional, aliviar a dor, melhorar o condicionamento físico e da fadiga. (MARTINEZ, 2013).

A fisioterapia aquática ou hidroterapia utiliza-se dos efeitos físicos, fisiológicos e cinesiológicos advindos da imersão do corpo em piscina aquecida, auxiliando na

reabilitação ou em prevenções das alterações funcionais. O aquecimento da água e suas propriedades desempenham importantes atribuições na funcionalidade, fazendo com que seja mantida a amplitude de movimento (ADM) das articulações, na redução das tensões musculares e no relaxamento, buscando reduzir os sintomas da doença e restabelecer a qualidade de vida do indivíduo (BATISTA, 2011).

De acordo com SANTANA, *et al.* (2010), a terapia aquática vem se destacando com intuito de curar e tratar doenças reumatológicas, nesse contexto, a fisioterapia aquática vem se sobressaindo como um dos recursos indicados e recomendados como terapia para pacientes com fibromialgia, pois neste meio, a água possibilita flutuação corporal, facilitando a reprodução de movimentos, além de diminuir impactos entre as articulações, beneficiando a mobilidade corporal e flexibilidade progressiva (LETIERI, *et al.*, 2013).

Portanto, mediante exposição, o objetivo desse estudo foi analisar e comprovar a relevância da terapia aquática como forma de tratamento em pacientes fibromiálgicos.

## **2 MATERIAL E MÉTODOS**

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa de literatura, que teve como objetivo comprovar se a terapia aquática é eficaz na melhora do quadro algico e na sintomatologia da fibromialgia. Foram realizadas pesquisas por meio da consulta aos indexadores de pesquisa nas bases de dados eletrônicas Scielo, Lilacs, Pubmed e Pedro. Utilizando as combinações dos seguintes termos Fibromialgia/ fibromyalgia/ Síndrome fibromiálgica/ hidroterapia/ hydrotherapy/ fisioterapia aquática/ hidrocinesioterapia/ hidroterapia na fibromialgia. Para associação empregou-se os operadores booleanos AND e OR.

Os artigos selecionados estavam na língua portuguesa e inglesa, escritos entre os anos de 2010 a 2021, sendo priorizados os artigos que abordassem os temas voltados à fisioterapia aquática como tratamento para fibromialgia, bem como, artigos que estivessem em consonância com a temática proposta.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos na íntegra que delineassem a temática referente a revisão integrativa; artigos com pacientes fibromiálgicos em tratamento com a hidroterapia; Os critérios de exclusão foram: artigos que não tivessem relação direta com os descritores; artigos com

publicações anteriores a 2010; artigos com pacientes fibromiálgicos em tratamento convencional.

### 3 RESULTADOS

Durante levantamento bibliográfico nas bases de dados eletrônicos supracitados foram encontrados 38 materiais propícios ao assunto abordado, entretanto, apenas 21 encaixaram-se dentro dos critérios de inclusão impostos. Entre os 21, apenas 11 foram incluídos para análise e posterior discussão, conforme apresentado no quadro 1, devido estes materiais apresentarem maior abundância de detalhes, no que se refere, aos respectivos ganhos funcionais que a terapia aquática proporciona aos portadores de fibromialgia.

Os estudos encontrados durante busca e levantamento bibliográfico que discutiam sobre a terapia aquática como tratamento para pacientes fibromiálgicos estão relacionados no quadro abaixo:

**Quadro 1.** Resumo dos principais artigos encontrados relacionados à pacientes fibromiálgicos submetidos a fisioterapia aquática.

<b>Autor</b>	<b>Amostra</b>	<b>Tipo de exercício</b>	<b>Escalas de avaliação</b>	<b>Intensidade e duração</b>	<b>Resultados</b>
LETIERI, Rubens., et al. (2013).	64 mulheres subdividas em 2 grupos Hidrocinesioterapia e grupo controle.	Hidrocinesioterapia: Condicionamento cardiovascular, de força, mobilidade, coordenação, equilíbrio, alongamentos e relaxamento.	Escala Analógica Visual (EVA), Fibromyalgia Impact Questionnaire (FIQ) e o inventário de Beck.	2 sessões de 45 min. e 30 sessões.	Hidrocinesioterapia se mostrou eficaz como forma de tratamento alternativo para fibromialgia.

HECKER, C., et al. (2011).	24 mulheres idade de 30 a 55 anos; subdividas em 2 grupos de hidrocinestoterapia e cinesioterapia.	Alongamentos e exercícios aeróbicos de baixa intensidade.	Questionário genérico SF- 36.	23 semanas; 1 hora cada sessão.	A hidrocinestoterapia promoveu relaxamento muscular favorável para melhora da qualidade de vida.
PINKALSKY, A., et al. (2011).	5 pacientes do sexo feminino.	Método watsu.	Questionário sobre o impacto da fibromialgia (FIQ) e outro genérico, o WHQOL-bref pré e pós tratamento e Escala Visual Analógica (EVA).	5 sessões de watsu; 1 vez por semana.	A técnica foi eficaz na diminuição da dor avaliada pela EVA e na melhoria da qualidade de vida.
SILVA, K., et al. (2012).	60 pacientes do sexo feminino, com	Hidrocinestoterapia; aquecimento global com caminhada;	Ficha com dados demográficos e clínicos, Questionário	Duas vezes por semana com duração de 60 minutos	A hidrocinestoterapia promove melhora de

	idade entre 30 e 65 anos.	alongamento muscular dos MMSS, MMII e da musculatura dorsal, exercícios ativos livres para MMSS e MMII, relaxamento com alongamentos de MMSS, MMII e tronco, associado a exercícios respiratórios.	o sobre o Impacto da Fibromialgia (QIF), Índice da Qualidade do Sono de Pittsburgh e Escala de Sonolência de Epworth.	cada, no período de 2 meses.	qualidade do sono, capacidade funcional, situação profissional, distúrbio psicológicos e sintomas físicos da síndrome em pacientes com fibromialgia.
SOUSA, B., et al. (2018).	17 pacientes do sexo feminino, divididas em grupos de Hidrocinesioterapia e Cinesioterapia.	Hidrocinestoterapia: Aquecimento, exercícios aeróbico associados a exercício de fortalecimento e relaxamento. Cinesioterapia: Alongamentos, fortalecimentos e relaxamento.	Escala Visual Analógica (EVA), Escala de Chalder e teste de caminhada de 6 minutos.	10 sessões com duração de 50 minutos.	Ambas abordagens são eficazes no tratamento da fibromialgia, a cinesioterapia no solo foi mais eficaz na redução da dor e fadiga, porém, a melhora na

					capacidade funcional esteve mais relacionado a hidrocinestoterapia.
REGRA, G., et al. (2020).	10 voluntárias, com idade entre 40 e 70 anos.	20 minutos iniciais de alongamento, 30 minutos de dança e 10 minutos finais de relaxamento.	Questionário de impacto da Fibromialgia (QIF), Escala Borg (Fadiga), Teste de caminhada de 6 minutos (TC6) e escala análoga de dor (EVA).	22 sessões, 2 vezes por semana.	A dança como exercício aeróbico em ambiente aquático proporcionou melhora na dor, não apresentando alteração significativa nas outras variáveis.
RAMÍREZ, E., et al. (2018).	8 mulheres, sendo que duas desistiram uma por não conseguir comparecer e outra por	Hidrocinestoterapia.	Escala Visual Analógica (EVA), Questionário de Impacto da Fibromialgia (QIF) e Índice de Qualidade de Sono de	12 sessões de hidroterapia durante 60 minutos duas vezes por semana.	Melhora para a diminuição da dor, melhoras do sono e da qualidade de vida dos pacientes fibromiálgicos. Porém, não houve

	problema de pele.		Pittsburg (PSQI),		alterações de sono relacionados.
SCHLEMMER, G., et al. (2018).	7 mulheres com idade entre 42 e 55 anos.	Hidroterapia: Alongamento, fortalecimento, relaxamento e exercícios respiratórios.	Questionário de impacto de fibromialgia (FIQ), Manovacuometria, por meio de um manovacúmetro digital composto por um transdutor de pressão MVD-300.	10 semanas, 2 vezes por semana com 1 hora de duração.	Melhora no condicionamento cardiorrespiratório e funcional.
WILHELM, Joyce; DOS SANTOS, Reni Volmir (2013).	1 paciente sexo feminino idade 53 anos.	Caminhadas; corridas; alongamentos musculares ativos e ativos-assistidos; relaxamento por meio de técnicas de Ai Chi, distensionamento miofascial, flutuação ou turbilhão.	Escala Visual Analógica da dor (EVA)	Foram realizados sete atendimentos fisioterapêuticos em hidrociensioterapia duração, em média, de 50 minutos cada, duas	A paciente, ao término das 7 sessões, apresentou diminuição do número de tender points, diminuição da dor, melhora na amplitude de

				vezes semanais.	movimento tanto de membros inferiores quanto superiores e manutenção da força muscular
JORGE, Matheus Santos Gomes et al. (2016).	Pacientes do sexo feminino de 44 a 57 anos.	Alongamento; Exercícios de fortalecimento, condicionamen to cardiorrespirat ório, equilíbrio e propriocepção e relaxamento.	Questionári o de Qualidade de Vida (QV) SF-36, Questionári o de Impacto de Fibromialgia (QIF)	Foram realizadas 10 sessões de hidrocinesio terapia, 02 vezes por semana, durante 02 meses. Com duração de 50 minutos.	Os resultados corroboram com a pesquisa que sugere melhor qualidade de vida e condiciona mento físico na vida das pacientes, além de menor impacto da dor.
KUMPEL, C. et al. (2020).	80 pacientes do sexo feminino.	Hidrocinesioter apia, aquecimento global, alongamentos, exercícios	Questionári o de Impacto de Fibromialgia (QIF) e Índice de Qualidade	2 vezes por semana, 15 sessões de 60 minutos.	A hidroterapia e os exercícios do método Pilates se mostraram

		ativos e resistidos.	de Sono de Pittsburg (PSQI).		igualmente eficazes na redução do impacto global.
--	--	----------------------	------------------------------	--	---

**Fonte:** Próprios Autores.

#### 4 DISCUSSÃO

Nos últimos anos a eficácia da fisioterapia aquática como parte integrativa do tratamento de pacientes com a síndrome da fibromialgia tem sido objeto de ampla discussão no meio científico, visto que esta modalidade terapêutica proporciona inúmeros benefícios para o paciente diagnosticado com fibromialgia. Embora incipiente, estudos revelam como os movimentos em imersão aquática influenciam beneficentemente na condição biopsicosocial do indivíduo, promovendo maior bem-estar e qualidade de vida (SILVA *et al.*, 2012).

Nesta perspectiva, Letieri e colaboradores (2013) abordam em seu estudo a utilização da hidrocinesioterapia dividida entre condicionamento cardiovascular, exercícios de fortalecimento, mobilização, coordenação, equilíbrio, alongamento e relaxamento. Os resultados obtidos revelaram a eficácia da hidrocinesioterapia como alternativa de tratamento para pacientes com fibromialgia, revelando que o grupo controle apresentou significativa melhora da dor e qualidade de vida, além de reduzir sintomas depressivos quando comparado ao grupo controle. Utilizando o mesmo plano terapêutico Jorge *et al.* (2016) obteve os mesmos resultados acrescido da melhora do condicionamento físico dos pacientes.

Em consonância, Silva e contribuintes (2012) também afirmam em seu estudo que a hidrocinesioterapia foi capaz de otimizar a qualidade de vida, a qualidade do sono, a capacidade funcional e profissional, além de melhorar o aspecto psicológico e reduzir os sintomas físicos de mulheres com fibromialgia. Para chegar a tal conclusão os autores realizaram o protocolo com aquecimento por deambulação, alongamento e exercícios ativos globais e exercícios de relaxamento associados ao ciclo respiratório.

A hidroterapia também foi utilizada por Schlemmer e colaboradores (2018) que por meio desta modalidade observou que pacientes fibromiálgicos imersos em água tiveram como resultado um melhor condicionamento cardiorrespiratório e melhora da capacidade funcional, refletindo também no bem-estar dos envolvidos. De forma semelhante aos exercícios citados no estudo anterior, este artigo realizou um programa baseado em condutas de alongamento, fortalecimento, relaxamento e exercícios respiratórios, incluindo o trabalho musculoesquelético e da musculatura de cadeia respiratória.

Ainda nesta vertente, Ramírez *et al.* (2018) realizaram um estudo no qual utilizou também de intervenções com aquecimento associado a caminhadas em diferentes direções, exercícios aeróbicos, alongamento e fortalecimento muscular e utilização da técnica Ai-Chi como forma de relaxamento. Por meio de escalas e questionários foi observado que houve expressiva redução do quadro álgico com melhora do sono e da qualidade de vida.

Wilhelm e Santos (2013) por sua vez também utilizaram de exercícios com caminhada, corrida, alongamentos ativos e ativo-assistidos e Ai-Chi para relaxamento, porém os autores ainda acrescentaram a massoterapia para liberação da fáscia muscular, além da flutuação ou turbilhonamento da água. Por meio de avaliação pós-intervenção foi identificado redução dos pontos dolorosos, conseqüentemente reduzindo a dor, ademais, houve também aumento da capacidade articular com melhora da amplitude de movimento ativa de membros superiores e inferiores, além de manter a força muscular dos pacientes com fibromialgia.

A fim de avaliar os benefícios do Watsu para o paciente com fibromialgia Pinkalsky e colaboradores (2011) utilizaram os questionários sobre o Impacto da Fibromialgia (FIQ), o WHOQOL-bref e a Escala Visual Analógica (EVA), obtendo como resultado a diminuição do quadro doloroso relatado pelos pacientes, além da melhora da qualidade de vida dos mesmos quando empregado este método.

De forma mais peculiar Regra *et al.* (2020), optou por avaliar o efeito da dança do tipo jazz em imersão, concomitantemente, durante os atendimentos eram realizados exercícios de alongamento no início da intervenção e ao final foi utilizado flutuadores para relaxamento. Como resultado houve redução de dor do score 4 para o score 3 de acordo a EVA, no entanto, não houve diferenças significativas quanto as outras variáveis como qualidade de vida, fadiga, pressão arterial e distância percorrida.

Hecker *et al.* (2012) realizou um estudo comparativo entre o emprego da hidrocinestoterapia e a cinesioterapia em solo, sendo realizado em ambos os grupos os seguintes exercícios: alongamentos, exercícios aeróbicos e exercícios ativos. Após avaliação pelo questionário SF-36, se observou benefícios para ambos os grupos no quesito dor, capacidade funcional, social e mental. Quanto aos aspectos emocionais somente aqueles submetidos a hidrocinestoterapia apresentaram melhora expressiva, por outro lado, apenas o grupo cinesioterapia obteve evolução quanto aos aspectos físicos. No que se refere ao estado geral de saúde não houve mudança em ambos os grupos em relação a pré intervenção.

Similarmente, Sousa *et al.* (2018) avaliariam as diferentes respostas encontradas nos grupos de hidrocinestoterapia e cinesioterapia, sendo que no primeiro foi realizado aquecimento, exercícios aeróbicos juntamente com exercícios de fortalecimento e relaxamento ao final, em contrapartida, no segundo grupo apenas alongamento, fortalecimento e relaxamento foi realizado. Desta forma, após avaliação pela EVA, escala de Chalder e teste de caminhada de seis minutos, identificou-se evolução em ambos os grupos. De forma mais específica, a hidrocinestoterapia promoveu melhor capacidade funcional e a cinesioterapia foi determinante para redução de fadiga e do quadro algico.

Em 2020, Kumpel e colaboradores desenvolveram um estudo comparativo do método pilates e da hidroterapia. Para tal, os pesquisadores realizaram um protocolo de hidrocinestoterapia composto por aquecimento global por meio de caminhadas em diferentes direções, alongamentos de membros superiores, inferiores e musculatura dorsal, exercícios ativos livres e posteriormente resistidos e, por último, exercícios de relaxamento com alongamentos associados a respiração. Quanto ao plano terapêutico do pilates em solo, realizou-se exercícios de conscientização muscular e reeducação respiratória, além de protocolos específicos do pilates com evolução gradativa de intensidade e carga. Os resultados obtidos revelaram que ambos os grupos apresentaram melhoras quando aos scores de capacidade funcional, qualidade de sono e analgesia.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A fibromialgia é uma patologia que acarreta diversos sintomas indesejáveis e como consequência problemas sociais, psicológicos e familiar. Sendo a dor seu

principal desconforto, a terapia aquática por meio da água aquecida, exercícios e métodos específicos, apresenta-se como importante recurso capaz de melhorar a capacidade funcional, melhorar o condicionamento cardiorrespiratório do paciente e sua respectiva sintomatologia dolorosa, uma vez que, a água aquecida contribui na redução dos pontos dolorosos, proporcionando relaxamento muscular e bem estar, além de propiciar qualidade no sono, desempenho profissional e contribuir significativamente na melhora no aspecto psicológico.

Deste modo, essa revisão de literatura, identificou que a terapia aquática realizada em meio aquecida e seguindo todos os protocolos se torna eficaz como forma de tratamento das disfunções causadas em pacientes fibromiálgicos, oportunizando diversos benefícios e qualidade de vida.

## REFERÊNCIAS

BATISTA, T., ALFAITE, V., SILVA, V., GOMES, M., ALVES, S. Os efeitos da hidroterapia na fibromialgia – revisão de literatura. **Salutis Scientia** – Revista de Ciências da Saúde da ESSCVP Vol.3 Março, 2011.

FERREIRA, Lucas Lima; MARINO, Laís H. Carvalho; CAVENAGHI, Simone. Recursos eletrotermofototerapêuticos no tratamento da fibromialgia. **Rev. dor**, São Paulo , v. 12, n. 3, p. 256-260, Sept. 2011.

HECKER, C., MELO, C., TOMAZONI, S., 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.**, Curitiba, v. 24, n. 1, p. 57-64, jan./mar. 2011.

JORGE, Matheus Santos Gomes et al. Hidrocinesioterapia na dor e na qualidade de vida em indivíduos portadores de fibromialgia. **Rev Inspirar**, v. 8, n. 1, p. 29-33, 2016.

JUNIOR, M., GOLDENFUM, M., SIENA, C. Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais. **Rev Assoc Med Bras** 2012; 58(3):358-365.

KUMPEL, C. et al. Estudo comparativo dos efeitos da hidroterapia e método pilates sobre a capacidade funcional de pacientes portadores de fibromialgia. **Acta Fisiatr.**, São Paulo, v. 27, n. 2, p. 64-70, 2020.

LETIERI, Rubens Vinícius et al. Dor, qualidade de vida, autopercepção de saúde e depressão de pacientes com fibromialgia, tratados com hidrocinesioterapia. **Rev. Bras. Reumatol.**, São Paulo , v. 53, n. 6, p. 494-500, Dec. 2013.

LORENA, Suélem Barros de et al . Efeitos dos exercícios de alongamento muscular no tratamento da fibromialgia: uma revisão sistemática. **Rev. Bras. Reumatol.**, São Paulo , v. 55, n. 2, p. 167-173, Apr. 2015.

MARQUES, Amélia. Fibromyalgia: recommendations and possibilities. **Fisioter. Pesqui.**, São Paulo , v. 21, n. 4, p. 305, Dec. 2014.

MARTINEZ, José Eduardo et al . Correlação entre variáveis demográficas e clínicas, e a gravidade da fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatol.**, São Paulo , v. 53, n. 6, p. 460-463, Dec. 2013.

MELO, Géssika; MADRUGA, Marcela; TORRO, Nelson. Análise das comorbidades associadas à fibromialgia: uma revisão bibliométrica. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa , v. 21, n. 2, p. 395-403, ago. 2020 .

MERGENER, Michelle et al . Influência da interação entre qualidade ambiental e o SNP T102C do gene HTR2A sobre a suscetibilidade à fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatol.**, São Paulo , v. 51, n. 6, p. 594-602, Dec. 2011.

PINKALSKY, Alexandre., et al. Os benefícios do Watsu no tratamento da dor crônica e qualidade de vida de pacientes fibromiálgicos. **Fisioterapia Brasil** - Volume 12 – Número 1 - janeiro/fevereiro de 2011.

RAMÍREZ, R. SCHACTAE, A., et al. Efeito da hidroterapia sobre a dor e qualidade do sono em pacientes com fibromialgia. **Rev experiências e evidências em fisioterapia e saúde**. 2ed., 2018.

REGRA, G., SALERNO, G., RESSURREIÇÃO, K., RODRIGUES, E. Efeito da dança em ambiente aquático na fibromialgia. **Rev Pesqui Fisioter**. 2020;10(3):486-492.

SANTANA, J., ALMEIDA, A.P., BRANDÃO, P. Os efeitos do método Ai Chi em pacientes portadoras da síndrome fibromiálgica. **Ciência & Saúde Coletiva**, 15(Supl. 1):1433-1438, 2010

SCHLEMMER, Géssica Bordin Viera; DE FÁTIMA BIAZUS, Jaqueline; MAI, Carla Mirelle Giotto. Efeitos da terapia aquática na força muscular respiratória em indivíduos com fibromialgia e suas repercussões na velhice. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 21, n. 2, p. 341-356, 2018.

SILVA, Kyara Morgana Oliveira Moura et al . Efeito da hidrocinesioterapia sobre qualidade de vida, capacidade funcional e qualidade do sono em pacientes com fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatol.**, São Paulo , v. 52, n. 6, p. 851-857, Dec. 2012.

SOUSA, B., et al. O efeito da cinesioterapia e hidrocinesioterapia sobre a dor, capacidade funcional e fadiga em mulheres com fibromialgia. **ConScientiae Saúde**, 2018;17(3):231-238.

SOUZA, Bruna de; LAURENTI, Carolina. Uma Interpretação Molar da Dor Crônica na Fibromialgia. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 37, n. 2, p. 363-377, June 2017.

WILHELM, Joyce; DOS SANTOS, Reni Volmir. Benefícios da hidrocinesioterapia na fibromialgia: estudo de caso. **Revista FisiSenectus**, v. 1, p. 96-103, 2013.