

Fisioter Bras 2022;23(6):928-36

doi: [10.33233/fb.v23i6.5297](https://doi.org/10.33233/fb.v23i6.5297)

REVISÃO

A fisioterapia aquática como tratamento de reabilitação em pacientes com fibromialgia: uma revisão integrativa

Aquatic physiotherapy as a rehabilitation treatment in patients with fibromyalgia: an integrative review

Francisco Valter Miranda Silva*, Rosana Iorio Ferreira*, Jacqueline Aguiar da Silva*, Davy Deusdeth Timbó Magalhães Sobrinho**, Juliana Rodrigues Teixeira***, Lindolfo Jorge Magalhães Silva*, Carlos Victor Silva Costa****, Antonio Guilherme da Cruz Lima***, Ana Patrícia Ferreira do Nascimento dos Anjos*****, Francisco Felipe Cardozo Rabelo*

Centro Universitário Anhanguera de Fortaleza*, *Centro Universitário Católica de Quixadá*, ****Universidade de Fortaleza*, *****Centro Universitário Maurício de Nassau*, ******Centro Universitário Ateneu*

Recebido em 27 de setembro de 2022; Aceito em 15 de outubro de 2022.

Correspondência: Francisco Valter Miranda Silva, Rua Fernando Sousa Gadelha, 205, 61760-000 Eusébio CE

Francisco Valter Miranda Silva: valtermiranda15@gmail.com
Rosana Iorio Ferreira: rosana.ferreira@pitagoras.com.br
Jacqueline Aguiar da Silva: jacqueline.a.silva@pitagoras.com.br
Davy Deusdeth Timbó Magalhães Sobrinho: davytimbo12@outlook.com
Juliana Rodrigues Teixeira: julianajrt@gmail.com
Lindolfo Jorge Magalhães Silva: jorge.lindolfo@hotmail.com
Carlos Victor Silva Costa: cvsc1999@gmail.com
Antonio Guilherme da Cruz Lima: antonio.lima28@prof.ce.gov.br
Ana Patrícia Ferreira do Nascimento dos Anjos: patricia.icy@hotmail.com
Francisco Felipe Cardozo Rabelo: franciscofelip07@hotmail.com

Resumo

Objetivo: Verificar o uso da fisioterapia aquática na reabilitação de pacientes com fibromialgia. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com a busca de artigos realizada nos meses de março e abril de 2020, nas bases de dados *Physiotherapy Evidence Database* (PEDro) e PubMed, utilizando-se os descritores indexados no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no *Medical Subject Headings*

(MeSH). Os critérios de inclusão foram estudos com abordagens observacionais e intervencionistas, publicados entre os anos de 2010 e 2020, disponíveis em texto completo nos idiomas português e inglês. Excluíram-se artigos de revisão, anais de eventos, dissertações, teses e publicações duplicadas. *Resultados*: Foram encontrados 27 artigos. Após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados para leitura na íntegra e inclusos nesta revisão 8 estudos. Além do alívio da dor, foi verificado os efeitos da fisioterapia aquática em variáveis que otimizam a capacidade funcional e aumentam qualidade de vida. *Conclusão*: O uso da fisioterapia aquática na reabilitação de pacientes com fibromialgia promove efeitos benéficos como o alívio do quadro algico, entre outros, influenciando positivamente na qualidade de vida dos indivíduos.

Palavras-chave: fibromialgia, hidroterapia, fisioterapia aquática.

Abstract

Objective: To verify the use of physical therapy and rehabilitation of patients with fibromyalgia. *Methods*: This is an integrative literature review, with the search for articles carried out in March and April 2020, in the electronic databases Physiotherapy Evidence Database (PEDro) and PubMed, using the descriptors indexed in the Health Science Descriptors (DeCS) and in Medical Subject Headings (MeSH). Inclusion criteria were studies with observational and interventional approaches, published between 2010 and 2020, available in full text in Portuguese and English. Review articles, event proceedings, dissertations, theses and duplicate publications were excluded. *Results*: 27 articles were found. After reading the titles and abstracts, we selected eight studies for reading in full and included in this review. In addition to pain relief, it was observed the effects of water on variables that optimize function and increase quality of life. *Conclusion*: The use of aquatic therapy in the rehabilitation of patients with fibromyalgia promotes beneficial effects such as pain relief, among other benefits, having a positive impact in quality of life.

Keywords: fibromyalgia, hydrotherapy, aquatic therapy.

Introdução

Em todo o mundo cresce o número de indivíduos acometidos pela síndrome de fibromialgia (SFM), sua incidência estimada prevalece em 2% na população geral, aumentada de acordo com a idade. No Brasil a prevalência da SFM apresenta uma taxa de 1,9% com maior predomínio no sexo feminino, observado entre a faixa etária de 55 a 74 anos [1].

A SMF é definida como uma patologia reumática crônica que é caracterizada pela presença de dor difusa bilateral em múltiplos pontos dolorosos, de etiologia desconhecida, que se manifesta no sistema musculoesquelético, associado a distúrbios do sono, fadiga, ansiedade e depressão, que prejudica a Qualidade de Vida (QV) e nas atividades de vida diária dos indivíduos acometidos [2].

Para o aumento da QV, é importante a prática do exercício físico como prevenção, tratamento das doenças crônicas e manutenção da funcionalidade. Dessa forma, a fisioterapia disponibiliza um programa de tratamento aquático que tem como finalidade promover resultados promissores, além da redução do quadro algico e do bem-estar em geral [3,4].

Dentre as modalidades terapêuticas, tem-se a hidroterapia que é um recurso da fisioterapia que tem apresentado resultados ao se beneficiar, por exemplo, das propriedades físicas da água como a viscosidade, flutuação, pressão hidrostática, imersão corporal [4,5]. Ao realizar exercícios no meio aquático facilita a reprodução dos movimentos, analgesia e redução do impacto, além disso permite o relaxamento muscular, aumento na circulação, fortalecimento muscular e melhora na autoestima [5].

Diante disso, o objetivo deste estudo foi verificar o uso da fisioterapia aquática na reabilitação de pacientes com fibromialgia.

Métodos

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura [6]. O estudo foi realizado nos meses de março e abril de 2020, com a busca de artigos nas bases de dados eletrônicas *Physiotherapy Evidence Database* (PEDro) e PubMed. Utilizaram-se os descritores indexados no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e no *Medical Subject Headings* (MeSH) em português e inglês, associados ao operador booleano AND formando os seguintes grupos de palavras: Fibromialgia AND Hidroterapia AND Fisioterapia e Fibromyalgia AND Hydrotherapy AND physiotherapy.

Os critérios de inclusão foram estudos com abordagens observacionais e intervencionistas que utilizassem a fisioterapia aquática na reabilitação de pacientes com fibromialgia, publicados entres os anos de 2010 e 2020, disponíveis em texto completo nos idiomas português e inglês. Excluíram-se artigos de revisão, anais de eventos, dissertações, teses e publicações duplicadas.

A busca foi realizada por dois pesquisadores e diante de qualquer desacordo houve a participação de terceiro. Após a leitura dos títulos e resumos, foram selecionados para leitura na íntegra e inclusos nesta revisão 8 estudos, sendo estes

sintetizados e expostos em tabelas contendo as seguintes informações: Autor, ano, país, objetivo, tipo de estudo e principais resultados.

Resultados

Foram encontrados 27 artigos divididos nas bases de dados: PubMed (21), PEDro (6). Deste total, após a utilização dos critérios de inclusão e exclusão, a seleção foi finalizada com 8 artigos para serem lidos na íntegra, sendo estes inclusos nesta revisão (Figura 1).

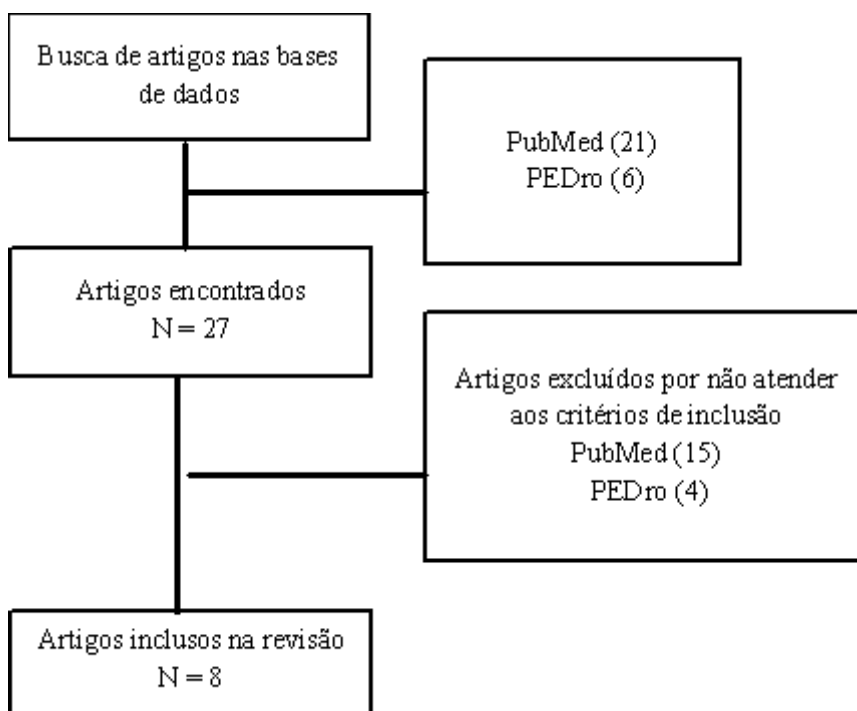


Figura 1 - Descrição da seleção dos estudos inclusos na revisão. Fortaleza/CE, Brasil, 2020

A organização e tabulação dos dados extraídos dos 8 artigos estão descritas na tabela I, de acordo com as seguintes características: autores, ano de publicação, país, objetivo, tipo de estudo, amostra e os principais achados. Foram incluídos nesta revisão 8 artigos, sobre o uso da fisioterapia aquática em tratamento de pacientes com fibromialgia, com publicação nos anos de 2010, 2011, 2012, 2013, 2016, 2017 e 2019, com as pesquisas desenvolvidas no Brasil, Turquia e Espanha, sendo todas as amostras compostas por mulheres.

Tabela I - Caracterização dos artigos sobre o uso da fisioterapia aquática em tratamento de pacientes com fibromialgia. Fortaleza/CE, Brasil, 2020

Autor	Ano/ país	Objetivo	Tipo de estudo	Amostra	Principais resultados
Silva <i>et al.</i> [7]	Brasil/ 2012	Avaliar os efeitos da hidrocinestoterapia sobre a capacidade funcional e a qualidade de sono em pacientes com fibromialgia.	Intervenção	30 mulheres	Melhora da qualidade do sono, capacidade funcional, situação profissional, distúrbio psicológicos e sintomas físicos.
Letieri <i>et al.</i> [8]	Brasil/ 2013	Analisar os efeitos do tratamento hidrocinestoterapia na QV, percepção de dor e gravidade de episódios depressivos em pacientes com fibromialgia.	Intervenção	64 mulheres	Foram observadas melhorias na percepção da intensidade da dor, na QV e nos sintomas de depressão.
Segura-Jiménez <i>et al.</i> [9]	Espanha/ 2013	Determinar as mudanças imediatas na dor em pacientes com fibromialgia por meio de um programa de exercícios na água.	Intervenção	33 mulheres	Houve uma diminuição imediata positiva no nível de dor. As melhorias foram maiores nas mulheres mais velhas e naquelas com dor mais intensa.
Avila <i>et al.</i> [10]	Brasil/ 2017	Verificar se 16 semanas de hidroterapia alterariam a cinemática escapular em mulheres com fibromialgia.	Intervenção	20 mulheres	O programa foi eficaz para melhorar a QV, a intensidade da dor em mulheres com fibromialgia.
Perez, Lambeck. [11]	Espanha/ 2016	Avaliar os efeitos de um programa de hidroterapia na QV relacionada à saúde de indivíduos com fibromialgia.	Intervenção	20 mulheres	Foram encontradas melhorias significativas como percepção da dor, vitalidade, saúde mental, bem como melhora geral da QV.
Eroksüz <i>et al.</i> [12]	Turquia/ 2019	Comparar a eficácia do tratamento ambulatorial e a hidroterapia e na SFM.	Intervenção	50 mulheres	A intensidade da dor diminuiu significativamente em todas as avaliações pós-tratamento.
Fonseca <i>et al.</i> [13]	Brasil/ 2019	Avaliar e comparar os efeitos da fisioterapia aquática e programas de educação em indivíduos com SFM.	Intervenção	46 mulheres	Os resultados não permitem se uma conduta é superior a outra para o tratamento de pessoas com FM.
Pinkalsky <i>et al.</i> [14]	Brasil/ 2011	Verificar os benefícios da técnica de reabilitação aquática Watsu no tratamento da dor crônica e QV de pacientes com SFM.	Intervenção	5 mulheres	A técnica mostrou-se eficaz na redução da sintomatologia e na melhora da QV.

Discussão

Este estudo buscou verificar na literatura a utilização da fisioterapia aquática na reabilitação de pacientes com fibromialgia. Considerada uma síndrome dolorosa, é de etiologia desconhecida, e os sintomas causam limitações físicas e funcionais nos indivíduos acometidos. Dentre as condutas de tratamento, utiliza-se a fisioterapia aquática que se beneficia das propriedades físicas da água para uma melhor terapêutica

nesses pacientes, reduzindo principalmente o quadro álgico e outros sintomas aumentando a qualidade de vida.

Em relação à prevalência da doença, foi constatado que todas as amostras foram compostas apenas por mulheres, que corrobora estudo de prevalência realizado anteriormente por Marques *et al.* [15], verificando na população estudada em geral valores entre 0,2 e 6,6%, e em mulheres valores entre 2,4 e 6,8%, mostrando maior acometimento no sexo feminino. Sobre esses dados é possível associá-los à rotina e à sobrecarga diária da mulher, ocasionados por estressores oriundos da administração do lar, afazeres domésticos e trabalhos externos, sendo fator de risco para a fibromialgia e doenças psicossomáticas.

Sabe-se que a fibromialgia é de causa multifatorial complexa, não totalmente conhecida, as dores musculoesqueléticas espalhadas em pontos dolorosos específicos são com frequência associadas a distúrbios do sono, fadiga, sintomas somáticos e cognitivos, causando comprometimento funcional e alteração no seu contexto biopsicossocial [16]. Diante disso, ainda de forma escassa, estudos vêm sendo desenvolvidos sobre o tratamento não farmacológico na fibromialgia, e dentre esses temos a hidroterapia, que ao utilizar exercícios terapêuticos na água, beneficia os pacientes em diferentes aspectos.

A fisioterapia aquática é recomendada para o tratamento sintomatológico de pacientes com fibromialgia, sendo importante no alívio da dor devido aos benefícios e propriedades físicas da água, como a pressão hidrostática, temperatura, entre outros, que promove o relaxamento muscular e conseqüentemente o alívio do quadro álgico [17]. Diante disso, todos os estudos encontrados apontam resultados positivos e significantes em relação ao uso da hidroterapia no alívio da dor das amostras.

Além do alívio da dor, esta pesquisa verificou que outros resultados foram associados ao tratamento com hidroterapia, sendo eles: aumento da capacidade funcional, melhora da qualidade do sono, saúde mental e qualidade de vida [10,11,14-18]. Diante disso, os efeitos da fisioterapia aquática, associada ou não a outras terapias, são benéficos aos indivíduos acometidos por fibromialgia [17-19].

Algumas limitações são reconhecidas neste estudo, como o baixo número de evidências encontradas na literatura referente à questão estudada, os diferentes programas de tratamento e amostras reduzidas, o que dificulta a escolha de uma conduta adequada para beneficiar os pacientes e consolidar o uso da fisioterapia aquática como conduta de tratamento fisioterapêutico na fibromialgia. Diante disso, ressalta-se a importância da realização de novos estudos para guiar a prática baseada em evidência científica.

Conclusão

Diante dos resultados, foi visto na literatura que o uso da fisioterapia aquática na reabilitação de pacientes com fibromialgia promove efeitos benéficos como o alívio do quadro algíco, melhora a capacidade funcional, qualidade do sono, assim como a melhora do quadro depressivo, influenciando positivamente na qualidade de vida dos indivíduos. No entanto, mais pesquisas acerca da questão estudada se fazem necessárias.

Conflitos de interesse

Não houve

Fontes de financiamento

Não houve

Contribuição dos autores

Concepção e desenho da pesquisa: Silva FVM, Ferreira RI, Lima AGC, Silva JÁ; *Coleta de dados:* Silva FVM, Costa CVS, Ferreira RI, Anjos APF, Lima AGC; *Análise e interpretação dos dados:* Silva AGC, Costa CVS, Silva JÁ; *Redação do manuscrito:* Silva FVM, Rabelo FFC, Teixeira JR; *Revisão crítica do manuscrito quanto ao conteúdo intelectual importante:* Teixeira JR; Sobrinho DDTM, Costa CVS, Silva LJM

Referências

1. Batista JS, Borges AM, Wibelinger LM. Tratamento fisioterapêutico na síndrome da dor miofascial e fibromialgia. *Rev Dor* 2012;13(2):170-4. doi: 10.1590/S1806-00132012000200014
2. Torquato AC, Dias FA, Wachholz LB, Moraes AJP, Neseilo LAN. Comparação entre os resultados obtidos por diferentes métodos de avaliação da composição corporal em mulheres com síndrome de fibromialgia. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento* [Internet]. 2019 [cited 2022 Nov 22];13(77):103-10. Available from: <http://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/891>
3. Silva JS, Spósito AFS, Silva CP. A hidroterapia no tratamento de indivíduos com fibromialgia. *Rev Psicol* 2018;12(42):198-210. doi: 10.14295/online.v12i42.1429
4. Costa FRB, Souza LC. Efeitos da hidroterapia associado a massoterapia em pacientes portadores da fibromialgia. *Rev Visão Univ* [Internet]. 2017 [cited 2022 Nov 30];2:01-16. Available from: <http://www.visaouniversitaria.com.br/ojs/index.php/home/article/view/114>
5. Cadenas-Sánchez C, Ruiz-Ruiz J. Efecto de un programa de actividad física en pacientes con fibromialgia: revisión sistemática. *Med Clin (Barc)* 2014;143(12):548-53. doi: 10.1016/j.medcli.2013.12.010
6. Souza MT, Silva MD, Carvalho R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)* 2010;8;102-6. doi: 10.1590/S1679-45082010RW1134
7. Silva KMOM, Tucano SJP, Kümpel C, Castro AAM, Porto EF. Efeito da hidrocinesioterapia sobre qualidade de vida, capacidade funcional e qualidade do sono

- em pacientes com fibromialgia. *Rev Bras Reumatol* [Internet]. 2012 [cited 2022 Nov 30];52(11):85-100. Available from:
<https://www.scielo.br/j/rbr/a/RtBv7PxrHjPbGPMRzbB53Zz/?lang=pt>
8. Letieri RV, Furtado GE, Letieri M, Góes SM, Borba Pinheiro CJ, Veronez SO, et al. Dor, qualidade de vida, autopercepção de saúde e depressão de pacientes com fibromialgia, tratados com hidrocinesioterapia. *Rev Bras Reumatol* 2013;53(6):494-500. doi: 10.1016/j.rbr.2013.04.004
 9. Segura-Jiménez V, Carbonell-Baeza A, Aparicio VA, Samos B, Femia P, Ruiz JR, et al. A warm water pool-based exercise program decreases immediate pain in female fibromyalgia patients: Uncontrolled clinical trial. *Int J Sports Med* 2013;34(7):600-5. doi: 10.1055/s-0032-1329991
 10. Avila MA, Camargo PR, Ribeiro IL, Albuquerque-Sendín F, Zamunér AR, Salvini TF. Effects of a 16-week hydrotherapy program on three-dimensional scapular motion and pain of women with fibromyalgia: A single-arm study. *Clin Biomech* 2017;49:145-54. doi: 10.1016/j.clinbiomech.2017.09.012
 11. Pérez de la Cruz S, Lambeck J. A new approach towards improved quality of life in fibromyalgia: a pilot study on the effects of an aquatic Ai Chi program. *Int J Rheum Dis* 2016;21(8):1525-32. doi: 10.1111/1756-185X.12930
 12. Eröksüz R, Erol Forestier FB, Karaaslan F, Forestier R, İşsever H, Erdoğan N, et al. Comparison of intermittent and consecutive balneological outpatient treatment (hydrotherapy and peloidotherapy) in fibromyalgia syndrome: a randomized, single-blind, pilot study. *Int J Biometeorol* 2020;64(3):513-20. doi: 10.1007/s00484-019-01838-3
 13. Fonseca ACS, Faria PC, Alcântara MA De, Pinto WD, De Carvalho LG, Lopes FG, et al. Effects of aquatic physiotherapy or health education program in women with fibromyalgia: a randomized clinical trial. *Physiother Theory Pract* 2019;0(00):1-13. doi: 10.1080/09593985.2019.1639229
 14. Pinkalsky A, Aparecida P, Th T, Brech GC, Sc M, Cristina M, et al. Os benefícios do Watsu no tratamento da dor crônica e qualidade de vida de pacientes fibromiálgicos *Fisioter Bras* 2011;12(1):4-8. doi: 10.33233/fb.v12i1.591
 15. Marques AP, Santo A de S do E, Berssaneti AA, Matsutani LA, Yuan SLK. A prevalência de fibromialgia: atualização da revisão de literatura. *Rev Bras Reumatol* 2017;57(4):356-63. doi: 10.1016/j.rbre.2017.01.005
 16. Wolfe F, Clauw DJ, Fitzcharles MA, Goldenberg DL, Katz RS, Mease P, et al. The American College of Rheumatology preliminary diagnostic criteria for fibromyalgia and measurement of symptom severity. *Arthritis Care Res* 2010;62(5):600-10. doi: 10.1002/acr.20140
 17. Zamunér AR, Andrade CP, Arca EA, Avila MA. Impact of water therapy on pain management in patients with fibromyalgia: Current perspectives. *J Pain Res* 2019;12:1971-2007. doi: 10.2147/JPR.S161494

18. Da Silva VF. Abordagem fisioterapêutica no tratamento da fibromialgia [TCC] [Internet]. Cuiabá: Universidade de Cuiabá; 2018. [cited 2022 Nov 30]. Available from: <https://repositorio.pgsskroton.com/bitstream/123456789/20450/1/VALDIRENE%20FLORENTINO%20DA%20SILVA.pdf>
19. Oliveira C, Silva C, Mendonça R, Alves A, Nogueira M, Alves F, et al. A eficácia da hidroterapia na redução da sintomatologia dos pacientes com fibromialgia. Rev Eletrônica Fac Montes Belos [Internet] 2016 [cited 2022 Nov 30];8(3):1-179. Available from: <http://revista.fmb.edu.br/index.php/fmb/article/view/188/177>



Este artigo de acesso aberto é distribuído nos termos da Licença de Atribuição Creative Commons (CC BY 4.0), que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o trabalho original seja devidamente citado.