

IMPLICAÇÕES PSICOLÓGICAS DA DOR CRÔNICA NA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS COM FIBROMIALGIA

PSYCHOLOGICAL IMPLICATIONS OF CHRONIC PAIN ON THE QUALITY OF LIFE OF PEOPLE WITH FIBROMYALGIA

Aleff do Sacramento Lima Araujo¹

Deise Daiany Santos Simões²

Tháise Silva Oliveira³

Washington Luan Gonçalves de Oliveira⁴

RESUMO

A Fibromialgia (FM) é uma doença crônica que possui como característica a presença de dor constante, porém de causa ainda desconhecida. Assim, a condição está diretamente associada às repercussões negativas na saúde mental, haja vista a sua relação com o transtorno depressivo maior e ansiedade, em adição às implicações cognitivas. Dessa forma, esta pesquisa tem como objetivo apresentar uma narrativa acerca da produção científica sobre impactos psicológicos da dor crônica em pessoas com fibromialgia. Trata-se de uma revisão narrativa, de cunho qualitativo, onde foram coletados dados em artigos entre 2012 a 2022 nos seguintes bancos de dados: Literatura Latino-Americano e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), empregando-se os subseqüentes descritores: “Fibromialgia” e “Psicologia”. Como critério de elegibilidade foram considerados estudos com um recorte temporal de 10 anos e artigos disponibilizados na íntegra na língua portuguesa, inglesa e espanhola. Através dos resultados encontrados verificou-se que há uma maior incidência de casos de Fibromialgia (FM) em mulheres e, por conseguinte, percebe-se uma queda na qualidade de vida dessas pessoas. Pode-se inferir que a depressão e ansiedade são os transtornos mais encontrados em pessoas diagnosticadas com FM. Além disso, pode-se concluir que os exercícios físicos e a psicoterapia são duas das técnicas não farmacológicas mais pertinentes para o tratamento da FM. Dessa forma, é preponderante a utilização de técnicas farmacológicas e não farmacológicas para o tratamento eficaz da FM e para a promoção do bem estar pleno em pessoas diagnosticadas com a doença.

Palavras-chave: Fibromialgia; Psicologia; Dor crônica; Saúde mental.

¹ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário UNIFTC de Feira de Santana (UNIFTC/BA), e-mail: aleff.araujo@ftc.edu.br

² Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário UNIFTC de Feira de Santana (UNIFTC/BA), e-mail: deise.simoese@ftc.edu.br

³ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário UNIFTC de Feira de Santana (UNIFTC/BA), e-mail: thaise.oliveira1@ftc.edu.br

⁴ Professor Orientador do Centro Universitário UNIFTC de Feira de Santana (UNIFTC/BA), Graduado em Psicologia pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (UFRB), e-mail: washington.oliveira@ftc.edu.br

ABSTRACT

Fibromyalgia (FM) is a chronic disease characterized by constant pain, but the cause is still unknown. Thus, the condition is directly associated with negative repercussions on mental health, given its relationship with major depressive disorder and anxiety, in addition to cognitive implications. Consequently, this research aims to present a narrative about the scientific production on the psychological impacts of chronic pain in people with fibromyalgia. This is a narrative, qualitative review, where data were collected in articles between 2012 and 2022 in the following databases: Latin American and Caribbean Literature on Health Sciences (LILACS) and Scientific Electronic Library Online (SciELO), using the following descriptors: "Fibromyalgia" and "Psychology". As eligibility criteria, studies with a time frame of 10 years and articles available in full in Portuguese, English and Spanish were considered. Through the results, it was discovered that there is a higher incidence of cases of Fibromyalgia (FM) in women and, therefore, a decrease in the quality of life of these people is perceived. Through the data examined, it can be inferred that depression and anxiety are the most common disorders in people diagnosed with FM. In addition, it can be concluded that physical exercises and psychotherapy are two of the most relevant non-pharmacological techniques for the treatment of FM. Thus, the use of pharmacological and non-pharmacological techniques is essential for the effective treatment of FM and for the promotion of full well-being in people diagnosed with the disease.

Keywords: Fibromyalgia; Psychology; Chronic pain; Mental health.

1. INTRODUÇÃO

A fibromialgia (FM), é entendida como uma síndrome clínica dolorosa que possui associação com outros sintomas e, por isso, recebe também a denominação de Síndrome da Fibromialgia. No entanto, o termo FM será utilizado no presente artigo, por ser esse o termo utilizado na Classificação Internacional de Doenças (CID) (HELFENSTEIN JUNIOR; GOLDENFUM; SIENA, 2012).

A FM é uma doença crônica que possui como característica a presença de dor constante, porém de causa ainda desconhecida (MONTEIRO; OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2021). Sua prevalência varia entre 0,2 e 6,6% na população geral, sendo mais prevalente entre as mulheres, em uma proporção de 9 para 1, especialmente na faixa etária entre 40 e 55 anos (OLIVEIRA JÚNIOR; RAMOS, 2019); entretanto, pode-se manifestar em crianças, adolescentes e indivíduos idosos (OLIVEIRA *et al.*, 2019). Em adição, pesquisas apontam que os homens procuram menos os serviços de saúde em relação às mulheres (ALBUQUERQUE *et al.*, 2014; LEVORATO *et al.*, 2014), o que possivelmente explicaria uma menor incidência de casos em comparação com mulheres.

A característica mais marcante da FM é a dor musculoesquelética generalizada, associada a distúrbios do sono, fadiga, alterações cognitivas e

desordens psíquicas (OLIVEIRA JÚNIOR; RAMOS, 2019). A dor pode ocorrer nos músculos, articulações ou em diversos pontos, o que gera diariamente um estado de alerta e provoca um ciclo vicioso da dor e do estresse (MONTEIRO; OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2021), interferindo no cotidiano e dificultando a adaptação à doença. Nessa conjuntura, Hart et al (2013) postula que pacientes diagnosticados com FM apresentam um nível de sensibilidade à dor elevado e esse nível de sensibilidade está relacionado aos altos níveis de glutamato e glutamina encontrados na ínsula, região cerebral envolvida com o processamento sensorial de ordem superior.

Além dos impactos no desempenho físico e das dificuldades para a execução das atividades diárias, a FM também está diretamente relacionada a uma diminuição da qualidade de vida das pessoas com o diagnóstico. Sendo assim, González, Palacios e Arbona (2014) trazem que quem sofre de dor crônica tem seu bem-estar diminuído. Nesse sentido, entende-se que há, além das limitações físicas, implicações psicológicas e esses aspectos estão diretamente ligados à doença, isso porque a presença de transtornos psicológicos pode acentuar as dificuldades enfrentadas por pessoas diagnosticadas com FM. À vista disso, por exemplo, Oliveira, Fonseca e Araújo (2020) colocam que, embora o Transtorno Depressivo não tenha, em si, relação com a FM, a Fibromialgia tem como um dos fatores envolvidos, a depressão.

González, Palacios e Arbona (2014) afirmam que um maior envolvimento e grau de dor e fadiga, maior interferência da doença e a apresentação de sintomas psiquiátricos, como o transtorno depressivo, comprometem a qualidade de vida. Assim, há diversas causas que podem complicar a qualidade de vida de pacientes com FM, como o diagnóstico de transtornos mentais comórbidos, percepção da enfermidade fundamentada no catastrofismo e na estigmatização social (GONZÁLEZ; PALACIOS; ARBONA, 2014). Portanto, é possível distinguir, através da literatura, os diversos fatores que podem enterrar uma melhoria na qualidade de vida, sejam eles físicos, psicológicos, sociais ou de autocuidado.

Nesse sentido, o objetivo do presente estudo é narrar acerca da produção científica sobre implicações psicológicas da dor crônica na qualidade de vida de pessoas com FM.

2. MÉTODO

Buscando cumprir o que foi proposto no objetivo do presente trabalho, foi realizada uma revisão narrativa de literatura. Essa categoria de artigo é um estudo de cunho qualitativo, tem por finalidade descrever e discutir o desenvolvimento de um

determinado assunto, e permite que o leitor atualize um conhecimento de temática específica em curto período de tempo (ROTHER, 2007). Além disso, essa técnica permite maiores análises e interpretações críticas, facilitando a compreensão do “estado da arte” daquele assunto específico, sob um ponto de vista teórico ou contextual (ELIAS *et al.*, 2012).

Com o propósito de viabilizar a busca, considerando ser uma revisão de literatura, e afinar os achados pelos quais tal revisão se equivalem, o primeiro passo foi determinar os descritores a serem aplicados. Assim, levando em consideração o enfoque na temática “fibromialgia e seus impactos psicológicos”, foram empregados os descritores “fibromialgia” e “psicologia”, de forma conjunta, na base de dados terminológicos da *Scientific Electronic Library Online (SciELO)* e da *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS)*. Assim, em ambas as bases de dados, os descritores foram inseridos na língua portuguesa, pois foi encontrado o mesmo número de artigos, os descritores foram inseridos na língua portuguesa, inglesa e espanhola. Optou-se por esses bancos de dados pela disponibilidade das contribuições listadas e pela acessibilidade a um número maior de revisões com foco interdisciplinar, haja vista a natureza interdisciplinar do tópico de revisão. Dessa forma, por serem encontrados nas bases de dados supracitadas, os autores consideram aptas as pesquisas e viáveis ante a delimitação teórico-conceitual proposta ao estudo.

Durante o levantamento bibliográfico, nenhum outro descritor versava de maneira mais específica sobre a temática escolhida, o que levou a conservação das mesmas nos bancos de dados usados. Como critério de inclusão, definiu-se o recorte temporal de 10 anos, sendo assim, foram selecionados artigos de 2013 a 2022, pela possibilidade de abarcar um número maior de artigos, aqueles que apareciam de forma completa, e artigos disponibilizados na íntegra na língua portuguesa, inglesa e espanhola. Como critérios de exclusão adotados tem-se a inadequação temática (o estudo não se tratava da fibromialgia e seus impactos psicológicos), artigos repetidos (artigos encontrados em ambos bancos de dados), livros e monografias.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Por meio do operador booleano (fibromialgia *AND* psicologia), obteve-se, na SciELO, um total de 21 artigos disponíveis de forma completa, dos quais, 1 por repetição de artigo, 15 por inadequação em relação ao tema, com base nos critérios

adotados pelo estudo. Portanto, 5 artigos foram considerados elegíveis e, dessa forma, foram analisados e serão descritos na presente revisão.

De maneira análoga, foram encontrados 65 artigos na LILACS, dos quais 56 foram eliminados por recorte temporal, repetição de artigos e inadequação temática. Assim, restaram 9 artigos que eram passíveis de utilização, levando em conta os critérios de inclusão e exclusão desta pesquisa. Diante disso, totalizaram 14 artigos em ambos os bancos de dados e, conforme indica o quadro 1, eles foram agrupados em: impactos gerais na qualidade de vida de mulheres com fibromialgia, panorama psicológico e suas implicações subjacentes, efeitos favoráveis dos exercícios físicos em pacientes com fibromialgia.

Quadro 1 - Agrupamento dos artigos sobre FM.

GRUPOS	Grupo 1: Impactos gerais na qualidade de vida de mulheres com fibromialgia	Grupo 2: Panorama psicológico-cognitivo e suas implicações subjacentes	Grupo 3: Efeitos favoráveis dos exercícios físicos em pacientes com fibromialgia
SciELO	2	1	2
LILACS	3	5	1
TOTAL	5	6	3

3.1 Impactos gerais na qualidade de vida de mulheres com fibromialgia

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), qualidade de vida é definida como “a percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos”. Sendo assim, em seus estudos, Mazo e Estrada (2018) apontam que nos pacientes com diagnóstico de FM, a intensidade percebida da dor, sua interferência no cotidiano, distúrbios emocionais e pensamentos negativos que aparecem ligadas à doença, dificultam sua adaptação e piora a qualidade de vida dessas pessoas.

Em uma pesquisa realizada por Levorato *et al.*, (2014), as mulheres buscaram os serviços de saúde 1,9 vezes mais em relação aos homens. A ausência deles nos serviços de saúde se deve ainda a construção e socialização do conceito do “ser homem” que reforça a ideologia hegemônica de masculinidade, de que o homem é um ser forte, ativo, destemido e emocionalmente equilibrado, que não adoce e que considera a doença como um sinal de fragilidade (ALBUQUERQUE *et al.*, 2014). Essa

ideia, ainda segundo Albuquerque *et al.*, (2014), gera uma assistência superficial por parte das equipes de saúde, que não se aproxima do público masculino e tampouco satisfaz as demandas que surgem deste.

Contudo, pensando na frequência do diagnóstico em mulheres de meia idade, Oliveira, Fonseca e Araújo (2020), em suas discussões sobre as transversalidades do feminino, abordam que, por si só, o processo de envelhecer é muito mais evidente para as mulheres, devido às alterações hormonais, aspectos psicológicos e mudanças em diversos níveis da vida nessa fase, o que interfere nas relações familiares, sociais e laborais, podendo torná-las mais suscetíveis às manifestações psicossomáticas agudas com manifestações dolorosas no corpo e descontrole emocional. A dor para González, Palacios e Arbona (2014) é a sensação percebida, resultado da interação de processos cognitivos, afetivos, fisiológicos e comportamentais. Nesse sentido, a interferência da dor nas atividades diárias e no papel físico dessas mulheres, fortalece a ideia de que a dor que sofrem afeta a execução de suas atividades da vida diária, seu trabalho e no seu desempenho social, fazendo com que parem de realizar atividades que antes poderiam ser prazerosas, por se sentirem incapacitadas e com sentimentos de inutilidade e baixo valor pessoal (GONZÁLEZ; PALACIOS; ARBONA, 2014), o que interfere, portanto, no enfrentamento da doença.

Mazo e Estrada (2018), ao estudar sobre os impactos da dor crônica da FM na qualidade de vida de mulheres, trouxeram que essa pode variar a partir de dois fatores, os pessoais, como idade, escolaridade, situação econômica, crenças sobre a doença e estilos de enfrentamento, e os contextuais, como apoio social percebido, disponibilidade de recursos e influências culturais.

Autores como Mallet e Estrada (2019), buscaram compreender as repercussões da dor crônica nas dinâmicas de casal e observaram que o apoio emocional oferecido pelo parceiro pode ser um recurso valioso para o enfrentamento dos sintomas da doença, apesar de algumas verem o apoio excessivo e a superproteção como um lembrete de sua fragilidade e dependência. No entanto, para aquelas em que as mudanças favoreceram a deterioração da relação, tendiam a não comunicar abertamente suas necessidades e a compartilhar menos espaços de intimidade, causando distanciamento emocional entre o casal.

Nesse sentido, percebe-se que o tipo de apoio recebido parece, sim, estar relacionado a uma melhor adaptação à dor. Freitas *et al.*, (2017), estudando sobre o apoio social também encontraram que aquelas que pertenciam ao grupo de Apoio Social Ruim (ASR), possuíam um maior estado de afetividade negativa depressiva e

de dor, do que aquelas que pertenciam ao grupo de Apoio Social Normal (ASN), deixando evidente a importância do apoio social, pois ela parece contribuir para a saúde física e mental em pacientes com FM.

Por fim, dentre os inúmeros impactos causados pela dor crônica da FM, Mazo e Estrada (2018) apontam interferências no sono, atividades gerais, trabalho diário, capacidade de caminhar, relações interpessoais, capacidade de experimentar situações de prazer, além de alterações no humor. Homann *et al.*, (2012), apontam que pacientes com FM têm aproximadamente cinco vezes mais chance de apresentar depressão que indivíduos saudáveis, e Ramiro *et al.*, (2014), observou uma incidência de ansiedade e depressão em 96% das mulheres do FM em seu estudo. Esses dois últimos autores destacam que pacientes com FM apresentaram funcionalidade reduzida, maior percepção de estresse e maior intensidade dos sintomas depressivos causando um maior impacto na qualidade de vida dessas mulheres.

3.2 Panorama psicológico-cognitivo e suas implicações subjacentes

Santana e Tavares (2015) trazem que a depressão é o quadro mais frequente em pacientes com dor crônica, e ao mesmo tempo em que a depressão pode ser uma comorbidade da dor crônica, os sintomas depressivos podem também intensificar a percepção de dor nos pacientes. Em outro estudo, Işık-Ulusoy (2019) comparando temperamento afetivo, depressão e escores de ansiedade entre pacientes com FM e controles saudáveis utilizando a escala de temperamento de Memphis (TEMPS-A), traz dados de que a depressão e transtornos de ansiedade são os transtornos psiquiátricos mais comuns entre os pacientes com FM. É possível observar, através dos estudos supracitados, que os transtornos mentais são, frequentemente, encontrados em pacientes diagnosticados com FM, o que torna importante uma inspeção mais acurada do fenômeno para entender os impactos e as consequências dos transtornos mentais como comorbidades da FM. Prova disso é que, no mesmo estudo, Işık-Ulusoy (2019) aponta que a presença dos temperamentos afetivos, depressivos, ansiosos e ciclotímicos são mais expressivas em pacientes com FM do que em controles saudáveis.

Dessa forma, a partir de uma perspectiva fisiopatológica, segundo Hart et al (2013) pacientes diagnosticados com FM apresentam um nível de sensibilidade à dor elevado, que está relacionado à níveis altos de glutamato (um neurotransmissor excitatório) que, por sua vez, está ligado à glutamina, dentro da ínsula, área cerebral

ligada ao processamento sensorial de ordem superior. Assim, é especulado que a neurotransmissão excitatória em níveis altos pode atuar no aumento da percepção da dor na FM (HART et al, 2013).

Além dos impactos fisiopatológicos e psicológicos, as implicações cognitivas também são relevantes para um melhor entendimento da condição. Dessa maneira, Melo e Da-Silva (2012), em estudo sobre a possível existência de distúrbios cognitivos associados à FM, artrite reumatoide (AR) e lúpus eritematoso sistêmico (LES), e da influência das variáveis idade, escolaridade e sintomas psiquiátricos sobre esses distúrbios, mostrou que os pacientes com FM apresentaram prejuízos em testes que avaliam a memória operacional, apresentando diminuição da concentração e perda da memória. Nesse sentido, o estudo propõe que os prejuízos da memória operacional e das funções executivas encontradas em pacientes com FM estejam relacionados aos níveis reduzidos de serotonina.

Na literatura localizada, outros estudos comprovam o comprometimento cognitivo em pacientes com FM, dessa forma, Gavi *et al.*, (2018), utilizando-se do teste de rastreio Mini-Exame do Estado Mental (MEEM), importante instrumento de rastreio de comprometimento cognitivo, indicou eminente percentual para déficit cognitivo associado à FM, sendo que 60,7% dos participantes obtiveram pontuações abaixo da média da população geral. Os resultados também apontam que as queixas de dificuldade de concentração e irritabilidade estiveram presentes em mais da metade da amostra da pesquisa. Foram observados menores escores nos domínios atenção e cálculo, e no domínio evocação, declínio na atenção, memória de trabalho e nas funções executivas.

Levando em consideração a crescente necessidade de tratamentos eficazes, sejam eles farmacológicos ou não farmacológicos, faz-se necessário a pesquisa e elaboração de recursos que promovam o bem-estar físico e psicológico dos pacientes diagnosticados com FM.

Pesquisas têm sido desenvolvidas em todo mundo com o propósito de encontrar os melhores tratamentos não farmacológicos a serem utilizados como auxiliares no tratamento da fibromialgia. Sob esse ponto de vista, Gómez-de-Regi e Álvarez-Nemegyei (2016) mostram que a modalidade de intervenção psicoterapêutica mais utilizada é o tratamento em grupo com abordagem cognitiva-comportamental (TCC), e que seus efeitos benéficos podem ser alcançados em curto prazo (por exemplo, 8 a 10 sessões) individualmente e/ou em um ambiente terapêutico de grupo.

As publicações científicas sugerem que a TCC oferece benefícios sobre as intervenções de controle na redução da dor, humor negativo e incapacidade no final do tratamento e no acompanhamento de longo prazo. Em adição, Santana e Tavares (2015), em um estudo de caso com uma paciente com FM, verificaram que a intervenção terapêutica baseada na TCC causou remissão dos sintomas depressivos e fez a paciente adquirir comportamentos mais funcionais para manejo da dor, como solicitar ajuda e evitar o esforço físico, apesar da melhora do humor não ter tido impactos diretos sobre a percepção da dor. A respeito do tratamento para os impactos cognitivos Melo e Da-Silva (2012) propõem que a estimulação cognitiva em programas de reabilitação pode amenizar os prejuízos cognitivos.

3.3 Efeitos favoráveis dos exercícios físicos em pacientes com fibromialgia

Há uma grande dificuldade na área médica em compartilhar o diagnóstico da FM com o paciente, a respeito da doença, os riscos e os benefícios sobre aderir ou não a um tratamento proposto, pelo fato do paciente acreditar que o tratamento independente do qual seja, não fará com que ele fique curado, fazendo com que as formas de tratamento percam a relevância (OLIVEIRA JÚNIOR; RAMOS, 2019).

Assim, Dentre as possibilidades de tratamento para a FM, incluem-se a abordagem farmacológica com a utilização de moderadores de dor como antidepressivos inibidores seletivos da recaptção de serotonina e os chamados duais, e a abordagem não farmacológica, como as psicoterapias e programas de atividade física (OLIVEIRA JÚNIOR; RAMOS, 2019) para alívio de sintomas. Segundo Matsudo e Lillo (2019), é frequente que muitas pessoas com FM se tornem menos envolvidas em atividades esportivas de qualquer tipo devido à dor e fadiga provocada pela doença, entretanto, o exercício físico possui inúmeros efeitos positivos no controle de sintomas físicos, depressão, ansiedade, qualidade de sono e qualidade de vida em pessoas com o diagnóstico de FM.

Nessa ótica, os efeitos de programas regulares de atividade física e exercício físico em várias doenças crônicas e condições clínicas estão sendo cada vez mais estudados visto que, é evidente os efeitos positivos da atividade física regular, na saúde, morbimortalidade, saúde mental, bem estar e na qualidade de vida do ser humano (MATSUDO; LILLO, 2019). A FM também tem ganhado a atenção de pesquisadores da área e há vários anos vem sendo analisado o efeito de programas de atividade física como alívio dos sintomas.

Além disso, Chica *et al.*, (2019), realizou um estudo com 43 mulheres com FM para analisar os efeitos de um programa de dança espanhola padronizado no nível de sintomas, capacidade funcional, variáveis psicológicas e composição corporal dessas mulheres. Os achados indicaram que o programa produziu melhoras no humor, na depressão e no nível de ansiedade psíquica e somática. Sendo assim, foi possível notar os benefícios da prática de movimentos corporais no auxílio ao tratamento das dores e sintomas causados pela FM.

Além dos estudos supracitados, outros estudos foram realizados com o intuito de encontrar a ligação entre exercícios físicos e o bem estar de pessoas diagnosticadas com FM, nesse sentido, a fim de trazer mais resultados para esse campo de discussão, Sañudo, Corrales-Sánchez e Sañudo (2013), buscaram determinar a relação entre os níveis de depressão e qualidade de vida de mulheres com FM, com base em seus níveis de atividade física. Encontraram que aquelas mulheres com FM com maior nível de atividade física têm melhores níveis de função física e saúde geral do que aquelas com níveis mais baixos, permitindo sugerir a esse grupo populacional um tratamento baseado em aumentos progressivos em seus níveis de atividade física.

Existem variados programas de exercícios físicos e cada um traz de alguma forma contribuições para o tratamento da FM. Nessa linha, o estudo de Bueno *et al* (2012), aborda que baseado na literatura o exercício aeróbico é o mais eficaz no tratamento da FM quando comparado a outras modalidades. Além deste, exercícios de alongamento e exercícios de força com cargas adequadas, também obtiveram resultados positivos em relação à diminuição dos sintomas da doença.

Nesse sentido, a prescrição de um programa de exercícios quando bem elaborado e também supervisionado é promotor do alívio da dor, além de ajudar os pacientes a alcançar um aumento gradual do condicionamento físico, da flexibilidade e da habilidade funcional (BUENO *et al*, 2012), gerando bem estar e contribuindo de forma significativa para a qualidade de vida de pacientes com FM.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base no que foi discutido ao longo do artigo e nas informações adquiridas no processo de pesquisa, foi possível concluir que, mesmo com a quantidade considerável de pesquisas acerca da FM, ainda se sabe muito pouco sobre a relação dos transtornos mentais com a FM.

Desta forma, acerca das formas de tratamento, principalmente quanto às abordagens não farmacológicas, verificou-se que a maior parte dos estudos tratam sobre a efetividade dos exercícios físicos em pessoas com FM. Além disso, a literatura indica que a psicoterapia é um valioso recurso para a promoção do bem-estar físico e emocional. Dessa forma, infere-se que há a necessidade de estudos mais completos sobre a efetividade da psicoterapia no tratamento da FM, essencialmente sobre a aplicação das diversas abordagens psicológicas dentro da área, com o intuito de buscar formas mais amplas de tratamento e, conseqüentemente, aumentar a qualidade de vida das pessoas com o diagnóstico.

A literatura apontou que há uma maior incidência do diagnóstico no sexo feminino e, dessa forma, grande parte das investigações dos impactos na qualidade de vida é referente a elas. Tais achados denotam, portanto, a necessidade de mais pesquisas sobre os impactos da FM nos homens, já que eles também são afetados pela doença e, possivelmente, vivenciam os mesmos sintomas e conseqüências. No entanto, eles podem apresentar outros desafios e impactos, seja pelo fato de ser uma doença predominantemente diagnosticada em mulheres, ou pela subnotificação diagnóstica em homens. Em conseqüência disso, pode haver entraves no desenvolvimento de pesquisas e tratamentos focalizados. Assim, fica sugerido um maior investimento em pesquisas que busquem explicar o fenômeno de forma integrada e adaptada aos mais diversos contextos e corpos.

Sob esse viés, o estudo em questão contribuiu de forma significativa para a sociedade, uma vez que a pesquisa apresenta uma visão crítica a respeito da FM e dos processos de adoecimento mental e físico. Sob esse viés, é inegável que a presente pesquisa seja de grande valia para o leitor, por trazer dados e informações importantes a respeito da FM, o que podem contribuir para a atualização das informações sobre o objeto deste estudo e para que outros trabalhos continuem investigando, com maior profundidade, os impactos da dor crônica em pessoas com o diagnóstico de FM.

Por fim, como limitação do nosso estudo, destaca-se a busca por artigos científicos, os quais não convergiam com a temática proposta, necessitando de uma escolha dos descritores mais abrangente do tema. Todavia, essa limitação para o levantamento dos manuscritos não gerou prejuízo no objetivo proposto nesta revisão narrativa, haja vista que o mesmo foi alcançado. Além disso, a utilização de apenas dois bancos de dados (SciELO e LILACS) pode ser vista também como um fator limitante para a construção da presente pesquisa, em contrapartida, levando em

consideração a revisão de narrativa, foi importante focar no tempo utilizado para a elaboração da pesquisa, o que torna a utilização de outros bancos impraticável, pois os mesmos versavam de uma quantidade maior de artigos e, portanto, seria inviável a utilização dos mesmos.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, G. A. *et al.* O homem na atenção básica: percepções de enfermeiros sobre as implicações do gênero na saúde. **Esc Anna Nery**, v. 18, n. 4, pp. 607-614, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/ean/a/7JLPvVtNBXPhzbDrWvjqTWJ/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em 03 de maio de 2022.
- BUENO, R. C.; ABREU, M.F.; PIRES, N. G.; ROGER-SILVA, Diego.. Exercício físico e fibromialgia. **Cad. Ter. Ocup. UFSCar**, São Carlos, v. 20, n. 2, p. 279-285, maio-ago. 2012. Disponível em: <<http://doi.editoracubo.com.br/10.4322/cto.2012.028>>. Acesso em: 3 de maio de 2022.
- CHICA, A. *et al.* Efeitos de um programa de dança espanhola em mulheres com fibromialgia. **CPD**, Murcia, v. 19, n. 2, p. 52-69, 2019. Disponível em: <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232019000200005&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 02 de maio de 2022.
- ELIAS, C. de S. R. *et al.* Quando chega o fim?: uma revisão narrativa sobre terminalidade do período escolar para alunos deficientes mentais. **SMAD, Rev. Eletrônica em Saúde Mental, Álcool e Drogas**, Ribeirão Preto, v.8, n.1, p.48-53, 2012. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762012000100008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 01 abr. 2022.
- FREITAS, R. P.de A, *et al.* Impacto do apoio social sobre os sintomas de mulheres brasileiras com fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatol.**, v.57, n.3, p. 197-203, 2017. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbr/a/dh6gLYTncM6xP5tPWZ4965Q/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 24 de abril de 2022.
- GAVI, O. R. B. M. de, *et al.* O uso do Mini-Exame do estado Mental colabora no tratamento da fibromialgia. **Ciências & Cognição**, v. 23, n. 1, p. 108-116, 2018. disponível em: <http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/1397/pdf_106>. Acesso em 01 abr. 2022.
- GÓMEZ-DE-REGIL, L.; ÁLVAREZ-NEMEGYEI, J. Evidências Científicas de Acesso Aberto da Terapia Cognitivo Comportamental para Pacientes com Fibromialgia. **Actualidades en Psicología**, San Pedro Montes de Oca, v. 30, n. 121, p. 91-102, Dezembro, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352016000200091&lang=pt>. Acesso em 01 abr. 2022.
- GONZÁLEZ, E.del R.; PALACIOS, A. G.; ARBONA, C. B. Qualidade de vida na fibromialgia: influência de fatores físicos e psicológico. **Behavioral Psychology / Psicología Conductual**, Espanha, vol. 22, nº 1, pp. 19-35, 2014. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/261570512_Calidad_de_vida_en_fibromialgia_influencia_de_factores_fisicos_y_psicologicos>. Acesso em: 03 de maio de 2022.

HART, E. S.; CLAUW, J. D.; NAPADOW, V; HARRIS, E. R. Sensibilidade à dor por pressão e glutamato e glutamina combinados insulares (Glx) estão associados à resposta clínica subsequente à acupuntura simulada, mas não à tradicional em pacientes com dor crônica. **Med Acunpunct**, v. 25, n. 2, p. 154-160, 2013. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3616440/>>. Acesso em: 10 de maio de 2022.

HOMANN, D.; STEFANELLO, J. M. F.; GÓES, S. M.; BREDA, C. A.; PAIVA, E. dos S.; LEITE, N. Percepção de estresse e sintomas depressivos: funcionalidade e impacto na qualidade de vida em mulheres com fibromialgia. **Rev. Bras. Reumatol.**, v. 52, n.3, 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbr/a/ZdCmjMxZNvdZrmWzx4GhSCJ/?lang=pt#>>. Acesso em: 24 de abril de 2022.

IŞIK-ULUSOY S. Avaliação do temperamento afetivo e dos níveis de ansiedade-depressão em pacientes com fibromialgia: um estudo piloto. **Braz J Psychiatry**, v. 41, n. 5, p. 428-432, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbp/a/z9LcRTJYVTGZw3WxpSxSSXS/?lang=en>>. Acesso em 01 abr. 2022.

JUNIOR, M. H.; GOLDENFUM, M.A.; SIENA, C. A. F. Fibromialgia: aspectos clínicos e ocupacionais. **Rev. Assoc. Med. Bras.**, v. 58, n.3, pp. 358-365, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ramb/a/b3TBKjLzThPHNtqm3rnL35D/?lang=pt#>. Acesso em: 01 de abril de 2022.

LEVORATO, C. D.; MELLO, L. M. de; SILVA, A. S. da; NUNES, A. A. Fatores associados à procura por serviços de saúde numa perspectiva relacional de gênero. **Ciênc. saúde coletiva**; v. 19, n. 4, pp. 1263-1274, abr. 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/8cp6H8fy9rSpQvGG3WcYXKB/?lang=pt>>. Acesso em: 03 de maio de 2022.

MATSUDO, S. M.; LILLO, J. L. P. Fibromialgia, atividade física e exercício: revisão narrativa. **Diagn. tratamento**; v. 24, n.4, pp 174-182, out-dez. 2019. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/02/1049395/rdt_v24n2_174-182.pdf>. Acesso em: 01 de maio de 2022.

MALLET, J. P. S; ESTRADA, M. G. Repercussões da Dor Crônica na Dinâmica do Casal: Perspectivas de Mulheres com Fibromialgia. **Rev. Colomb. psicol.** Bogotá, v. 28, p. 47-61, 2019. Disponível em: <http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-54692019000200047&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 24 de abril de 2022.

MAZO, J. P. S.; ESTRADA, M. G. Implicações da dor crônica na qualidade de vida de mulheres com fibromialgia. **Psicologia em Estudo**, v. 23, p. 81-91, 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/pe/a/TF6PKxcrS5M9stvNftKjcmk/?lang=es>>. Acesso em: 24 de abril de 2022.

MELO F. L. de; DA-SILVA L. S. Análise neuropsicológica de distúrbios cognitivos em pacientes com fibromialgia, artrite reumatoide e lúpus eritematoso sistêmico. **Rev. Bras. Reumatol.**, v. 52, n. 2, p. 175-188, 2012. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rbr/a/dpS3HfgYcZWC3bk6NjkFVRR/?lang=pt#>>. Acesso em 01 abr. 2022.

MONTEIRO, E. A. B.; OLIVEIRA, L. de; OLIVEIRA, W. L. Aspectos psicológicos da fibromialgia - revisão integrativa. **Mudanças [online]**. 2021, vol.29, n.1, pp. 65-76. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/muda/v29n1/v29n1a07.pdf>>. Acesso em: 01 de abril de 2022.

OLIVEIRA, A. S.; FONSECA, A. L. B.; ARAUJO, J. R. C. DOR NO CORPO, DOR NA ALMA: o que há da menopausa na fibromialgia?! *In*: Transversalidades do feminino. FONSECA, A. L. B.; BORGES, L. C.; **TRANSVERSALIDADES do feminino**. Curitiba: CRV, 2020. p. 119-136.

OLIVEIRA, J. P. R. *et al*; O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 40, 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/9Hr3CCM7rLsqMvcGbk95MkM/?lang=pt>>. Acesso em: 01 de abril de 2022.

OLIVEIRA JÚNIOR, J. O. de.; RAMOS, J. V. C. Adesão ao tratamento da fibromialgia: desafios e impactos na qualidade de vida. **BrJP**, São Paulo, v. 2, n. 1, p. 81-87, jan./mar. 2019. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/brjp/a/CtNGZGCR6w5dFxMFJg58sdr/?lang=pt>>. Acesso em: 01 de abril de 2022.

RAMIRO, F. de S., *et al*. Investigação do estresse, ansiedade e depressão em mulheres com fibromialgia: um estudo comparativo. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 54, n.1, p. 27-32, 2014. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rbr/a/4YHGswb5CHDS48NfZd5FrZP/?lang=pt>>. Acesso em: 24 de abril de 2022.

ROTHER, E. T. Revisão sistemática da literatura X revisão narrativa. **Acta Paul Enferm.**, v. 20, n. 2, pág. v-vi, 2007. Editorial.

SANTANA, F. E.; TAVARES, C. S. J. Esquema de Desamparo em Paciente com Dor Crônica e Sintomas Depressivos. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 20, n. 2, p. 331-338, 2015. Disponível em: <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/PsicolEstud/article/view/24056/pdf_58>. Acesso em 01 abr. 2022.

SAÑUDO, J. I.; CORRALES-SANCHEZ, R.; SANUDO, B. Nível de atividade física, qualidade de vida e níveis de depressão em mulheres idosas com fibromialgia. **Escritos de Psicologia**, Málaga, v. 6, n. 2, p. 53-60, agosto 2013. Disponível em: <http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092013000200008&lng=es&nrm=iso>. Acesso em: 02 de maio de 2022.

World Health Organization-WHO. **Measuring Quality of Life**. [Internet]. 2017 Disponível em: <https://www.who.int/tools/whoqol>. Acesso em: 10 nov. 2022.