



Revista Perspectivas Online: Biológica e Saúde  
Anais do VII Congresso Internacional do Conhecimento Científico  
VI Seminário P&D PROVIC/PIBIC  
Vol. 11, nº 38, Suplemento, 2021

## **Benefícios da Hidroterapia em pacientes portadores de fibromialgia**

*Luma Dinelli Almeida<sup>1</sup>, Donayra Gomes Clara<sup>2</sup>, Inna Eduarda Monteiro Pessanha<sup>2</sup>, Sarah Fernandes Monteiro<sup>2</sup>, Luciano Chicayban<sup>1,2</sup>*

*(1) Curso de fisioterapia do instituto superior de ensino do censa (ISECENSA) Campos dos Goytacazes- RJ - (2) Laboratório de fisioterapia em pesquisa pneumofuncional e intensiva (LAPEFIPI) do instituto superior de ensino do censa (ISECENSA) Campos dos Goytacazes- RJ. Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil*

Pacientes com fibromialgia apresentam dor em todo o corpo, especialmente no músculo, apresentam também fadiga, sono não restaurador, ansiedade e depressão. A hidroterapia é indicada, pois a imersão em água aquecida reduz a carga nas articulações, promovendo relaxamento muscular, melhorando a qualidade de vida. Avaliar os efeitos da hidroterapia em pacientes com Fibromialgia. Foi realizada uma revisão não sistemática utilizando-se as bases de dados PubMed e PEDro, com ensaios clínicos randomizados (RCT) realizados entre 2006 e 2021, com as seguintes palavras-chave: hydrotherapy for fibromyalgia, hydrotherapy in the treatment of fibromyalgia. Foram incluídos 6 RCTs. Em cinco, houve melhora considerável na dor, qualidade de vida e qualidade de sono. Desses mesmos estudos, dois apresentaram ganhos de força e mobilidade devido ao exercício aeróbico e alongamento. Um estudo que avaliou pacientes com dor crônica generalizada teve apenas uma pequena melhora na qualidade de vida. Além disso, pacientes com sintomas leves tiveram maior sucesso no tratamento. Em relação à depressão, dois estudos avaliaram, mas um não apresentou melhora, e o outro teve uma pequena melhora apenas na depressão leve. a hidroterapia tem impacto positivo no tratamento da fibromialgia, bem como na promoção do bem-estar, regulação do sono e minimização dos sintomas e síndromes manifestadas em decorrência da patologia.

**Palavras-chave:** Hidroterapia para fibromialgia. Hidroterapia no tratamento da fibromialgia.

**Apoio:** ISECENSA.