

Artigo de Revisão

Efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida de pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática

Effectiveness of group therapies on the quality of life of patients with fibromyalgia: a systematic review

Isabela Crestani¹, Fabíola Beppu Muniz Ramsdorf²,
Verônica Palmiro da Silva e Lima³, Cauê Faquim Costa⁴

Crestani I, Ramsdorf FBM, Lima VPS, Costa CF. Efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida de pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática / *Effectiveness of group therapies on the quality of life of patients with fibromyalgia: a systematic review*. Rev Med (São Paulo). 2022 jul.-ago.;101(4):e-196799.

RESUMO: *Introdução:* A fibromialgia é uma síndrome dolorosa muito comum na prática clínica, caracterizada, principalmente, por dor musculoesquelética crônica e generalizada, bem como fadiga, rigidez articular e distúrbios do sono. No entanto, possui uma apresentação clínica bastante vasta e heterogênea, comprometendo diversas esferas da vida dos pacientes. O objetivo foi verificar a efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida dos pacientes fibromiálgicos. *Método:* Trata-se de uma revisão sistemática, a qual buscou analisar as pesquisas relacionadas ao tema entre 2010 e 2020. A busca dos artigos ocorreu na BVS nas bases de dados LILACS e MEDLINE, sendo incluídos apenas artigos originais disponíveis na íntegra. *Resultados:* Foram encontradas 86 publicações científicas e, após exclusão de duplicados, aplicação de filtros e análise inicial, foram selecionados 6 artigos para compor o corpo amostral. Posteriormente, os artigos foram agrupados de acordo com a sua temática central em: 1) Efeitos positivos da terapia interdisciplinar em grupo nos sintomas físicos e psicossociais da fibromialgia; 2) Empoderamento do paciente no enfrentamento da fibromialgia; e 3) Qualidade da assistência profissional e a rede de apoio social da terapia em grupo. *Conclusão:* Verificou-se que a aplicação das terapias em grupos impactou, positivamente, a qualidade de vida dos pacientes em sua dimensão física, psicoemocional e social. Além disso, concluiu-se que incluir o paciente como protagonista do seu tratamento e construir uma rede de apoio são fundamentais para o enfrentamento da doença.

Palavras-chaves: Fibromialgia; Qualidade de vida; Terapia em grupo.

ABSTRACT: *Introduction:* Fibromyalgia is a very common pain syndrome in clinical practice, characterized mainly by chronic and generalized musculoskeletal pain, as well as fatigue, joint stiffness and sleep disorders. However, it has a very wide and heterogeneous clinical presentation, compromising several spheres of patients' lives. The objective was to verify the effectiveness of group therapies on the quality of life of fibromyalgia patients. *Method:* This is a systematic review, which sought to analyze research related to the topic between 2010 and 2020. The search for articles took place in the VHL in the LILACS and MEDLINE databases, including only original articles available in full. *Results:* 86 scientific publications were found and, after exclusion of duplicates, application of filters and initial analysis, 6 articles were selected to compose the sample body. Subsequently, the articles were grouped according to their central theme in: 1) Positive effects of interdisciplinary group therapy on the physical and psychosocial symptoms of fibromyalgia; 2) Empowerment of the patient in coping with fibromyalgia; and 3) Quality of professional assistance and the social support network of group therapy. *Conclusion:* It was found that the application of therapies in groups positively impacted the quality of life of patients in their physical, psycho-emotional and social dimensions. In addition, it was concluded that including the patient as the protagonist of their treatment and building a support network are essential for coping with the disease.

Keywords: Fibromyalgia; Quality of life; Group therapy.

A pesquisa é parte integrante do trabalho de conclusão de curso da acadêmica Isabela Crestani, orientada pela Profa. Fabíola Beppu Muniz Ramsdorf e co-orientada pela Profa. Verônica Palmiro da Silva e Lima, no Departamento de Medicina da Universidade do Estado de Mato Grosso.

1. Universidade do Estado de Mato Grosso, Faculdade de Medicina. ORCID: Crestani I - <https://orcid.org/0000-0002-8534-1255>; Ramsdorf FBM - <https://orcid.org/0000-0002-7205-5479>; Lima VPS - <https://orcid.org/0000-0002-6834-516>; Costa CF - <https://orcid.org/0000-0002-0023-680>.
E-mail: isabelacrestani@hotmail.com, fabiramsdorf@outlook.com, veropalmiro@hotmail.com, cauefaquimcosta@gmail.com.

Endereço para correspondência: Isabela Crestani. Rua dos Caçadores, 500, casa 4. Bairro Cavallhada I. Cáceres, MT. CEP: 78216-120. E-mail: isabelacrestani@hotmail.com.

INTRODUÇÃO

A fibromialgia é uma síndrome reumatológica complexa, caracterizada, principalmente, por dor musculoesquelética crônica e generalizada^{1,2}. Além disso, outros sintomas também são comumente associados como fadiga, rigidez matinal, parestesias, cefaleia, distúrbios do sono e distúrbios de humor¹. Apresenta uma prevalência de 2,5% na população brasileira e, aproximadamente, 80% a 90% dos casos de fibromialgia ocorrem no sexo feminino, sendo a faixa etária de 50 a 65 anos a mais acometida^{1,3}.

O quadro algíco tem intensidade que varia de moderada a forte, sendo incapacitante em alguns casos, a qual pode influenciar diretamente as atividades de vida diária, atividades laborais e relações interpessoais desses pacientes³. Em mais de 75% dos casos, a dor é acompanhada de rigidez articular, fadiga crônica e distúrbios do sono³. Além disso, outros sintomas também são frequentes como cefaleias, parestesias que não respeitam distribuição nervosa, sensação subjetiva de edema articular, distúrbios do humor e diminuição da libido^{1,4,5,7}. Um paciente é classificado com fibromialgia essencialmente pela clínica, uma vez que sua apresentação é variável e não existam marcadores laboratoriais ou exames de imagem específicos⁸. Assim, critérios diagnósticos têm sido elaborados e atualizados com o decorrer dos anos, para facilitar a identificação desta síndrome dolorosa⁸. Em 1990, o Colégio Americano de Reumatologia (ACR) criou critérios diagnósticos baseados na presença de dor generalizada por, pelo menos, três meses e dor em 11 dos 18 *tender points* (ou pontos dolorosos) à palpação digital⁹. Em 2010, foi elaborada uma atualização, dispensando a palpação dos *tender points* e destacando a relevância da presença de dor generalizada e de outros sintomas, como fadiga, sono não reparador, sintomas cognitivos, cefaleia e depressão¹⁰. Em 2016, foi realizada uma nova revisão dos critérios diagnósticos, sendo que um paciente passou a ser classificado com a síndrome quando há dor generalizada, persistência dos sintomas por, pelo menos três meses, assim como pontuação nas escalas *Widespread pain index (WPI)* e *Symptom severity scale (SSS)*¹¹. Além disso, a fibromialgia passa a ter sua gravidade determinada por meio da *Fibromyalgia severity (FS) scale*, que consiste na soma do WPI e SSS¹¹.

A *European League Against Rheumatism (EULAR)* publicou, em 2016, novas recomendações para o manejo da fibromialgia, em que foram analisados dados de revisões sistemáticas e/ou meta-análises¹². A EULAR recomenda que a terapia não farmacológica deve ser a primeira linha de tratamento da síndrome, iniciando com educação e informação ao paciente¹². Caso não seja suficiente, indica-se o exercício físico graduado, que pode ser associado a outras terapias não farmacológicas, como hidroterapia e acupuntura¹². No entanto, se os resultados ainda foram

insatisfatórios, deve-se readequar o tratamento de forma individualizada¹². Em casos de dor relacionada à depressão e ansiedade, recomenda-se o emprego de psicoterapias, como a terapia cognitivo comportamental, bem como tratamento psicofarmacológico em pacientes mais graves¹². Já dor severa e distúrbios do sono devem ser conduzidos com terapia farmacológica¹². Além disso, indivíduos com incapacidade grave devem ser acompanhados em programas de reabilitação multimodal¹².

A origem multifatorial da fibromialgia exige que haja uma abordagem terapêutica com o objetivo de melhorar os sintomas e a qualidade de vida destes pacientes¹³. Existem, na literatura, variadas definições de qualidade de vida, sendo uma das mais difundidas a da Organização Mundial da Saúde (OMS), de 1995¹⁴. Segundo a OMS¹⁴, ela é “a percepção do indivíduo sobre sua posição na vida, no contexto cultural e nos sistemas de valores em que vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Tal definição evidencia o caráter subjetivo da qualidade de vida, além da sua natureza multidimensional¹². De acordo com a OMS¹⁴, a qualidade de vida pode ser organizada em 6 grandes domínios: domínio físico; domínio psicológico; nível de independência; relação sociais; meio ambiente; e espiritualidade, religião e crenças pessoais.

É possível notar que a fibromialgia tem repercussões importantes na qualidade de vida dos pacientes, sendo seu caráter crônico o responsável pelas principais alterações nos aspectos físico, psicológico e emocional^{3,15}. Desse modo, a conduta terapêutica na fibromialgia depende da união entre o uso de medicamentos e de tratamentos não medicamentosos, como terapias em grupo e a prática de atividades físicas¹³. As intervenções não farmacológicas incluem, principalmente, a prática de atividade física e a terapia cognitivo-comportamental¹³.

Os impactos da síndrome têm gerado esforços, nos contextos nacional e internacional, para o desenvolvimento de estudos com a utilização de terapias em grupos, gerando educação e promoção em saúde. Um estudo produzido na Catalunha, em 2021, avaliou os resultados da implementação de um programa de intervenção multidisciplinar, cujos objetivos foram educação sobre a fibromialgia, melhora do estado físico e redução do sofrimento emocional¹⁴. A pesquisa obteve 19 participantes e foi liderada por uma equipe profissional composta por médico, fisioterapeuta, psicológico e enfermeiro¹⁶. Os encontros semanais compreenderam discussões sobre diversos temas relacionados à síndrome, prática de exercícios físicos e aplicação de terapia cognitivo-comportamental¹⁶. Os participantes consideraram a experiência positiva, em virtude da abordagem holística, melhoria na saúde física e mental, dinâmica em grupo e maior entendimento sobre a fibromialgia¹⁶. Ademais, uma pesquisa desenvolvida em 2022, na Atenção Primária em São Paulo, propôs validar o conteúdo e estrutura do

programa denominado “Amigos de Fibro”¹⁷. Participaram do estudo 23 profissionais da área da saúde, bem como 45 indivíduos portadores de fibromialgia¹⁷. Os participantes listaram suas demandas relacionadas à síndrome, a partir das quais foi elaborado o programa¹⁷. O projeto foi constituído de palestras, rodas de conversa, exercícios físicos e terapia comportamental, sendo validado pelos profissionais e usuários dos serviços de saúde¹⁷.

É importante criar uma abordagem terapêutica, sempre ao encontro das necessidades do paciente, bem como de suas características biopsicossociais e culturais⁴. A família também deve ser incluída no processo de tratamento da pessoa adoecida, por meio de atividades que favoreçam o respeito mútuo, solidariedade e empatia⁴. Além disso, deve-se encorajar terapias em grupo, nas quais é possível criar um ambiente de acolhimento e compartilhamento de vivências¹⁸.

Tendo em vista os profundos impactos na qualidade de vida dos pacientes adoecidos pela fibromialgia, fica clara a urgência de um cuidado mais humanizado e da maior necessidade de suporte social, tanto dos profissionais de saúde quanto dos familiares. Tal cenário instigou a elaboração do presente estudo, com a seguinte pergunta: “Qual a efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia?”. Deste modo, o objetivo desse estudo foi verificar a efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida dos pacientes fibromiálgicos.

MÉTODO

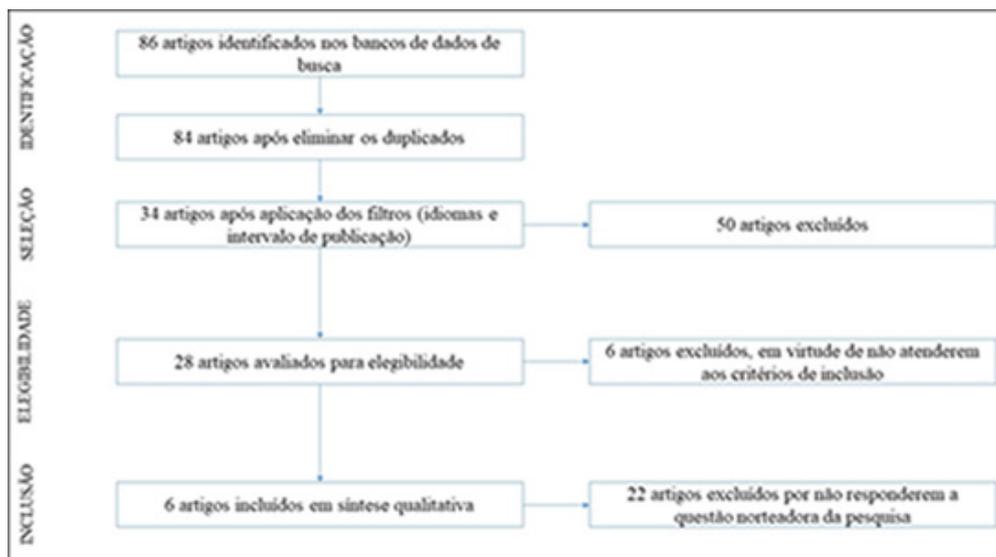
Trata-se de uma revisão sistemática, a qual buscou analisar as pesquisas relacionadas à efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia. Os artigos científicos foram pesquisados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) nas bases de dados

Literatura Latino-Americana do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE). Foi realizada a busca avançada, utilizando a seguinte estratégia com os descritores em saúde e os operadores booleanos: Fibromialgia AND Qualidade de vida AND Terapia em grupo AND NOT Tratamento farmacológico.

Os artigos escolhidos respeitaram os seguintes critérios de inclusão: artigo original, com resumo completo em bases de dados confiáveis, no idioma de língua portuguesa e/ou inglesa, disponível na íntegra em formato digital e gratuito, além de ter sido publicado entre 2010 e 2020, e contemplar, especificamente, a fibromialgia, qualidade de vida e terapia em grupo. Os critérios de exclusão foram: artigo de revisão; tese ou dissertação; e artigo que abordasse outras artropatias inflamatórias sistêmicas, como Lúpus Eritematoso Sistêmico, Artrite Reumatoide e Espondiloartrite. Foram utilizados os filtros: idioma português, idioma inglês e intervalo de publicação entre 2010 e 2020.

Posteriormente às atividades de pesquisa de publicações científicas, fora executada uma análise qualitativa dos estudos, por meio da leitura prévia dos títulos e resumos, a fim de descartar os estudos que não contemplavam o tema central de interesse da presente pesquisa. Finalmente, foram selecionados aqueles que iriam compor o corpo amostral da revisão.

Essa revisão sistemática foi realizada conforme o conjunto de recomendações PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis*), como evidenciado na Figura 1. Os estudos foram analisados separadamente e seus dados foram agrupados de acordo com suas temáticas centrais, a fim de responder à questão norteadora da pesquisa: “Qual a efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia?”.



Fonte: Elaborado pelos autores

Fluxograma 1 - Fluxograma da construção da revisão sistemática em suas diferentes fases

RESULTADOS

Inicialmente, a estratégia de busca identificou 86 publicações científicas. Após a exclusão dos duplicados e aplicação dos filtros, encontrou-se 34 artigos. Em seguida, foi feita uma análise prévia, excluindo-se 6 artigos, em virtude dos seguintes motivos: artigos duplicados (2), revisão de literatura (2), abordar outras artropatias inflamatórias sistêmicas (1), não estar disponível na íntegra (1), não estar disponível gratuitamente (2). Dessa forma, foram selecionados 28 artigos. Após a leitura dos títulos e dos resumos dessas produções, 22 foram excluídas, uma

vez que não abordavam a terapia em grupo e tratavam de aspectos como: resposta do tratamento multidisciplinar relacionada ao índice de massa corporal (IMC) basal¹⁸; higiene do sono¹⁹; gerenciamento dos sintomas pelas pacientes²⁰; e eficácia do Shiatsu nos sintomas²¹. Por fim, restaram 6 artigos, os quais compuseram o corpo amostral do estudo.

Com o intuito de apresentar uma caracterização dos artigos científicos selecionados, foi elaborado o Quadro 1. A visão geral das publicações foi confeccionada no que se refere ao título do artigo, objetivos e desenho de estudo.

Quadro 1. Caracterização das publicações científicas relacionadas à efetividade das terapias em grupo na qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia.

TÍTULO DO ARTIGO	OBJETIVOS	DESENHO DO ESTUDO
A1 – Desafios de demonstrar a eficácia do tratamento multidisciplinar na qualidade de vida, participação e utilização dos cuidados de saúde em pacientes com fibromialgia: um ensaio clínico randomizado	Examinar a eficácia da intervenção multidisciplinar em comparação com exercício aeróbico e cuidados habituais, em pacientes recentemente diagnosticados com fibromialgia	Ensaio clínico randomizado
A2 – Contribuições de um programa de exercícios em grupo para lidar com a fibromialgia: um estudo qualitativo que dá voz às pacientes do sexo feminino	Fornecer uma descrição e análise aprofundadas dos benefícios físicos e psicossociais percebidos com a participação no programa de exercícios em grupo	Estudo qualitativo
A3 – Estudo randomizado e controlado de uma intervenção terapêutica grupal em pacientes com síndrome fibromiálgica	Avaliar a eficácia de um programa interdisciplinar semanal composto por atividades físicas e psicossociais, e determinar sua efetividade em curto e médio prazos para a melhora dos sintomas da fibromialgia	Estudo unicêntrico, randomizado, simples cego e controlado
A4 – Práxis interdisciplinar de cuidado em grupo de pessoas com fibromialgia	Analisar o modelo da terapia comunitária integrativa para o empoderamento de pessoas que vivem com fibromialgia e discutir a repercussão dessa intervenção interdisciplinar no processo saúde-doença e autocuidado	Estudo qualitativo de abordagem participativa
A5 – Desenvolvimento e implementação de um modelo de cuidado com a fibromialgia baseado na comunidade: um estudo de viabilidade	Avaliar o desenvolvimento e implementação de um modelo abrangente, integrado e comunitário de atendimento à fibromialgia	Estudo prospectivo de viabilidade
A6 – O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado	Descrever o cotidiano das mulheres que vivem com fibromialgia durante a intervenção do grupo interdisciplinar e analisar seus benefícios à saúde das mulheres após a intervenção	Estudo descritivo exploratório de abordagem qualitativa

Fonte: Elaborado pelos autores

Quanto ao título dos artigos, a maioria contém os descritores que foram usados para a estratégia de busca ou termos similares, como: fibromialgia, terapêutica grupal, cuidado em grupo, cuidado baseado na comunidade e intervenção interdisciplinar. Em relação aos objetivos estabelecidos pelos autores, todos os artigos encontrados fazem menção às intervenções e cuidados interdisciplinares em grupos para os pacientes com fibromialgia, além dos seus benefícios biopsicossociais. Já em relação aos desenhos dos estudos, observa-se que a maioria apresenta uma abordagem qualitativa.

Posteriormente, para um melhor entendimento da presente pesquisa, foi elaborado o Quadro 2, o qual apresenta a distribuição dos periódicos e ano de publicação, idioma e população dos estudos. Do total de artigos analisados, a metade foi publicada em periódicos nacionais (3), enquanto a outra em internacionais (3). Os participantes de todas as pesquisas foram pacientes diagnosticados com fibromialgia, sendo que, em 3 artigos, eles eram de ambos os gêneros; em 2, eram apenas do sexo feminino; e, em 1 artigo, o gênero da população estudada não foi identificado. Além disso, em 2 dos estudos, também participaram os profissionais de saúde.

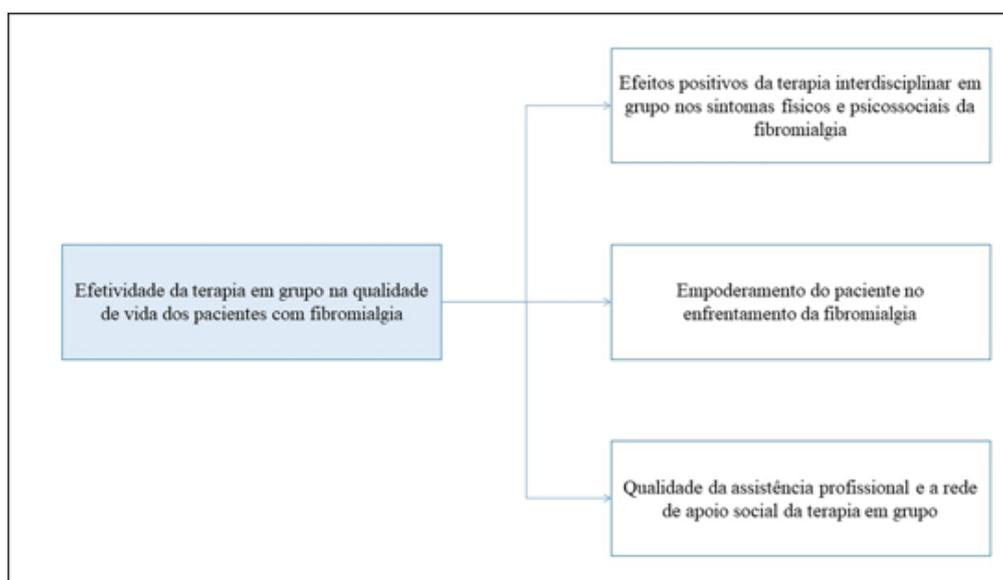
Quadro 2. Distribuição dos artigos selecionados de acordo com os periódicos/ano de publicação, idioma e população do estudo.

PERIÓDICO – ANO	IDIOMA	POPULAÇÃO DO ESTUDO
A1 – Clinical Rheumatology – 2013	Inglês	Pacientes recentemente diagnosticados com fibromialgia (< 3 meses), entre 18 e 65 anos, de ambos os gêneros
A2 – Women & Health – 2013	Inglês	Pacientes diagnosticados com fibromialgia, entre 38 e 82 anos, do sexo feminino
A3 – Revista Brasileira de Reumatologia – 2014	Português	Pacientes diagnosticados com fibromialgia, entre 28 e 67 anos, de ambos os sexos
A4 – Revista Brasileira de Enfermagem – 2016	Português	Pacientes diagnosticados com fibromialgia, de ambos os sexos e profissionais da saúde
A5 – Pain Research and Management – 2017	Inglês	Pacientes diagnosticados com fibromialgia, entre 39 e 79 anos e profissionais da saúde
A6 – Revista Gaúcha de Enfermagem – 2019	Português	Pacientes diagnosticados com fibromialgia, entre 33 e 73 anos, do sexo feminino

Fonte: Elaborado pelos autores

A partir da análise do corpo amostral estudado, foi possível elencar três categorias temáticas: 1) Efeitos positivos da terapia interdisciplinar em grupo nos sintomas físicos e psicossociais da fibromialgia; 2) Empoderamento

do paciente no enfrentamento da fibromialgia; e 3) Qualidade da assistência profissional e a rede de apoio social da terapia em grupo (Figura 2).



Fonte: Elaborado pelos autores

Figura 2 – Esquema das categorias temáticas encontradas após análise dos artigos selecionados

DISCUSSÃO

Efeitos positivos da terapia interdisciplinar em grupo nos sintomas físicos e psicossociais da fibromialgia

A diversidade e a intensidade dos sintomas que compõem a síndrome fibromiálgica acarreta um impacto negativo na qualidade de vida de seus portadores. A dor crônica, a baixa qualidade do sono e incapacidade funcional resultante são os principais contribuintes para uma piora na qualidade de vida dos pacientes⁷. Segundo Oliveira et al.⁷, os indivíduos portadores de fibromialgia apresentam maior índice de dor quando comparados ao grupo controle de pessoas saudáveis. Além disso, tal grupo também

apresentou mais distúrbios do sono, sintomas depressivos e um maior impacto negativo na qualidade de vida⁷. Por conseguinte, uma pior qualidade de vida intensifica o quadro álgico e todos os outros sintomas da fibromialgia, criando um círculo vicioso³.

Dessa forma, o tratamento da fibromialgia deve ser amplo e incluir a participação de profissionais de diversas áreas da saúde¹³. A terapia interdisciplinar e em grupos se faz necessária para englobar a abordagem biopsicossocial da doença, uma vez que a sua inclusão no tratamento tem mostrado maior eficácia em relação à abordagem focada apenas nos sintomas físicos²². Assim, a atuação integrada dos profissionais objetiva melhorar a capacidade funcional,

bem como a qualidade de vida^{22,23}.

Neste contexto, a análise das publicações que fizeram parte do corpo deste estudo concluiu, em sua totalidade, que as terapias interdisciplinares em grupos proporcionam efeitos positivos nos sintomas e nas repercussões deles na vida dos fibromiálgicos. Para exemplificar, o estudo A3 avaliou a eficácia de um programa interdisciplinar semanal composto por atividades físicas e psicossociais, e determinou sua efetividade para a melhora dos sintomas da fibromialgia. Tal estudo mostrou que a terapia empregada gerou um maior controle dos sintomas (como sono, ansiedade e depressão), além de haver um aumento da capacidade funcional e motivação.

A análise do estudo A1 evidenciou que a terapia interdisciplinar em grupo reduziu a ausência ao trabalho dos pacientes e as visitas aos médicos. Ademais, constatou a melhora na qualidade de vida destes indivíduos. Ao encontro destas conclusões, o estudo A2 mostrou que a redução da dor das pacientes também pode ter ocorrido devido ao efeito de distração de participar de uma atividade socialmente agradável.

Empoderamento do paciente no enfrentamento da fibromialgia

A fim de alcançar o sucesso no tratamento, os pacientes devem ser incluídos desde o desenvolvimento do seu plano terapêutico²⁴. Ao se tornar um participante de seus cuidados, o paciente assume o controle de sua vida e adquire a capacidade de mudar seu estilo de vida positivamente²⁴. O foco deixa de ser a condição crônica e passa a ser viver com qualidade²⁴.

Percebe-se que os estudos A2, A4, A5 e A6 concluíram que as experiências vividas nas terapias em grupo promoveram o empoderamento dos pacientes, colocando-os como protagonistas no enfrentamento à fibromialgia. Os estudos A2 e A5 constataram que as terapias empregadas encorajaram os pacientes a desenvolver uma atitude positiva para o enfrentamento da doença, almejando uma vida mais saudável.

Já o estudo A4, cujo objetivo foi analisar o modelo da terapia comunitária integrativa para o empoderamento de pessoas com fibromialgia, demonstrou que as participantes da pesquisa desenvolveram sentimentos e sensações de empoderamento frente aos desafios que a condição crônica gera. Tais pacientes tornaram-se mais conscientes da necessidade do autocuidado e foram capazes de gerenciar melhor seus sintomas. Por fim, o estudo A6 demonstrou que a participação ativa do paciente no tratamento possibilita a conquista de resultados duradouros no processo de promoção e reabilitação em saúde.

Qualidade da assistência profissional e a rede de apoio social da terapia em grupo

A qualidade da assistência em saúde foi sendo

aprimorada ao longo dos séculos, sendo um dos seus principais precursores o médico libanês Avedis Donabedian²⁵. Ele considerava que um cuidado de qualidade deveria priorizar o bem-estar do paciente, após a análise minuciosa dos riscos e benefícios de todas as etapas do processo²⁵. A fim de divulgar uma melhor compreensão do conceito de qualidade em saúde, Donabedian²⁵ criou os sete atributos do cuidado: eficácia, efetividade, eficiência, otimização, aceitabilidade, legitimidade e equidade.

O estudo A2, cujo objetivo foi fornecer uma descrição e análise dos benefícios biopsicossociais de um programa de exercícios em grupo, revelou que as pacientes com fibromialgia se sentiram acolhidas, seguras e bem atendidas pelo profissional responsável. Isto é essencial para o desenvolvimento das terapias em grupo, já que vários pacientes possuem dúvidas acerca da patologia e suas consequências.

Já o estudo A5, além de avaliar a percepção dos pacientes no desenvolvimento e implementação de um modelo abrangente, integrado e comunitário, também analisou o ponto de vista dos profissionais da saúde. Estes realizaram reuniões em equipe mensais, as quais mostraram-se eficientes em identificar os problemas do atendimento e, assim, propiciar resoluções mais rápidas.

Em relação à rede de apoio social, conforme Freitas et al.²⁶, os pacientes com fibromialgia que possuem um apoio social deficiente apresentam maiores índices de dor e depressão em relação àqueles que têm um apoio social considerado satisfatório. Dessa forma, nota-se que o ideal é ampliar as dimensões do cuidado para com esses pacientes. Ou seja, a abordagem terapêutica, além de interdisciplinar, deve incluir os familiares, esclarecendo dúvidas e estimulando o apoio para o ente adoecido.

Os estudos A2, A5 e A6 revelam a importância das terapias em grupo para a construção de uma rede de apoio para os pacientes fibromiálgicos. No estudo A2, foi possível observar que o programa em grupo permitiu que as pacientes tivessem uma melhora em sua vida social, principalmente para àquelas que viviam mais solitárias.

O estudo A5 mostrou que, antes da intervenção, as participantes da pesquisa não conheciam outros pacientes com fibromialgia e sentiam-se receosas em discutir abertamente sua condição de saúde. Este temor foi o resultado da falta de suporte dos profissionais e da comunidade que elas vivenciavam antes de participarem da pesquisa. Além disso, apesar de ter sido necessário um período de tempo para que pudessem criar um relacionamento, elas foram capazes de se conectar e compartilhar experiências comuns.

As participantes do estudo A6 destacaram os principais benefícios da terapia em grupo na criação da rede de apoio, sendo eles: acolhimento, escuta ativa, solidariedade, e a interação entre elas e os profissionais, construídos pela confiança, atenção, proteção e sensibilidade. Deste modo, as pacientes puderam,

confortavelmente, debater seus problemas e relatar suas experiências umas com as outras.

CONCLUSÃO

O desenvolvimento desta pesquisa possibilitou identificar que a aplicação das terapias em grupos gera resultados positivos para a melhora da qualidade de vida dos pacientes com fibromialgia, alcançando os aspectos físico, psicoemocional e social.

Além disso, foi possível observar que o empoderamento dos pacientes para o autocuidado e sua inclusão como protagonista de seu tratamento estimula-os

a desenvolver uma atitude positiva para o enfrentamento da doença. Dessa forma, os pacientes recebem as ferramentas e se tornam aptos para viver uma vida mais saudável.

Por fim, a partir do presente estudo, enfatizamos a necessidade do acesso ao cuidado profissional de qualidade. É fundamental a inclusão da abordagem interdisciplinar no tratamento dos fibromiálgicos, assim como a inclusão dos seus familiares e amigos neste processo. Deste modo, cria-se uma rede de apoio psicossocial para estes pacientes acometidos por uma doença tão ampla e complexa.

Em virtude da pouca quantidade de publicações científicas disponíveis acerca do tema abordado na presente pesquisa, sugere-se a realização de novos estudos.

Lista de abreviações: BVS: Biblioteca Virtual em Saúde; LILACS: Literatura Latino-Americana do Caribe em Ciência da Saúde; MEDLINE: *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online*; ACR: Colégio Americano de Reumatologia; WPI: Widespread pain index; SSS: Symptom severity scale; FS: Fibromyalgia severity; EULAR: European League Against Rheumatism; OMS: Organização Mundial da Saúde; IMC: Índice de Massa Corporal.

Contribuição dos autores: IC e CFC - coletaram, analisaram e interpretaram os dados da revisão sistemática. IC, CFC, FBMR e VPSL - fizeram uma revisão crítica do artigo. Todos os autores leram e aprovaram o manuscrito final.

Interesses competitivos: Os autores declaram não ter interesses conflitantes.

REFERÊNCIAS

- Lisboa LL, Sonehara E, Oliveira KCAN, Andrade SC, Azevedo GD. Efeito da cinesioterapia na qualidade de vida, função sexual e sintomas climatéricos em mulheres com fibromialgia. *Rev Bras Reumatol*. 2015;55(3):209-15. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rbr.2014.08.019>
- Martinez JE, Paiva ES, Rezende MC, Heymann RE, Helfenstein M, Ranzolin A, et al. EpiFibro (Registro Brasileiro de Fibromialgia): dados sobre a classificação do ACR e preenchimento dos critérios diagnósticos preliminares e avaliação de seguimento. *Rev Bras Reumatol*. 2017;57(2):129-33. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbr.2016.07.003>
- Conte MS, Dumbra GAC, Roma DVP, Fucuta PS, Miyazaki MCOS. Fibromialgia: atividade física, depressão e qualidade de vida. *Medicina (Ribeirão Preto)*. 2018;51(4):281-90. doi: <https://doi.org/10.11606/issn.2176-7262.v51i4p281-290>
- Batista ED, Andretta A, de Miranda RC, Nehring J, Dos Santos Paiva E, Schieferdecker MEM. Food intake assessment and quality of life in women with fibromyalgia. *Rev Bras Reumatol Engl Ed*. 2016;56(2):105-10. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rbre.2015.08.015>
- Carvalho MAP, Lanna CCD, Bertolo MB, Ferreira GA. *Reumatologia - diagnóstico e tratamento*. 4a ed. São Paulo: AC Farmacêutica; 2014.
- Tossini NB, Silva GRC, Petrella M, Soares VEB, Brandão A, Serrão PRMS. Influência da realidade virtual sobre a dor, fadiga, capacidade funcional e qualidade de vida na fibromialgia: estudo de caso. *Acta Fisiatr*. 2017;24(4):212-5. doi: <https://doi.org/10.5935/0104-7795.20170039>
- Oliveira AKF, Soares AC, Fonseca BO, Gontijo PM, Lage PTS, Mitre NCD, et al. Estudo sobre os fatores associados ao impacto da fibromialgia na qualidade de vida. *Fisioter Bras*. 2018;19(3):316-23. <https://doi.org/10.33233/fb.v19i3.2132>
- Heymann RE, Paiva ES, Martinez JE, Helfenstein M, Rezende MC, Provenza JR, et al. Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia. *Rev Bras Reumatol*. 2017;57:467-76. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.rbr.2017.05.006>
- Wolfe F, Smythe HA, Yunus MB, Bennett RM, Bombardier C, Goldenberg DL, Tugwell P, Campbell SM, Abeles M, Clark P, et al. The American College of Rheumatology 1990 criteria for the classification of fibromyalgia. *Arthritis Rheum*. 1990;33(2):160-72. doi: <http://dx.doi.org/10.1002/art.1780330203>
- Wolfe F, Clauw DJ, Fitzcharles MA, Goldenberg DL, Katz RS, Mease P, Russell AS, Russell IJ, Winfield JB, Yunus MB. The American College of Rheumatology preliminary diagnostic criteria for fibromyalgia and measurement of symptom severity. *Arthritis Care Res (Hoboken)*. 2010;62(5):600-10. doi: <http://dx.doi.org/10.1002/acr.20140>
- Wolfe F, Clauw DJ, Fitzcharles MA, Goldenberg DL, Häuser W, Katz RL, Mease PJ, Russell AS, Russell IJ, Walitt B. 2016 Revisions to the 2010/2011 fibromyalgia diagnostic criteria. *Semin Arthritis Rheum*. 2016;46(3):319-29. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.semarthrit.2016.08.012>
- Macfarlane GJ, Kronisch C, Dean LE, Atzeni F, Häuser W, Fluß E, et al. EULAR revised recommendations for the management of fibromyalgia. *Ann Rheum*

- Dis. 2017;76:318-28. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/annrheumdis-2016-209724>
13. Oliveira Júnior JO, Almeida MB. The current treatment of fibromyalgia. *Br J Pain*. 2018;1(3):255-62. doi: <http://dx.doi.org/10.5935/2595-0118.20180049>
 14. World Health Organization (WHO). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. *Social Sci Med*. 1995;41(10):1405. doi: [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(95\)00112-k](https://doi.org/10.1016/0277-9536(95)00112-k)
 15. Barboza MA, Souza PC, Bittar CML. Relatos de mulheres fibromiálgicas: grupo como estratégia para a promoção da saúde. *Rev Psicol (Fortaleza)*. 2016;7(2):131-41. <http://www.periodicos.ufc.br/psicologiaufc/article/view/6281>
 16. Arfuch VM, Gonçalves AQ, Angelats RC, Martín CA, Querol NC, Sol SC. Patients' appraisals about a multicomponente intervention for fibromyalgia syndrome in primary care: a focus group study. *Int J Qual Stud Health Well-being*. 2021;16(1). doi: <https://doi.org/10.1080/17482631.2021.2005760>
 17. Antunes MD, Schmitt ACB, Marques AP. Amigos de Fibro (Fibro Friends): validation of an Education Program to Promote Health in Fibromyalgia. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19:5297. doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph19095297>
 18. Castel A, Castro S, Fontova R, Poveda MJ, Cascón-Pereira R, Montull S, et al. Body mass index and response to a multidisciplinary treatment of fibromyalgia. *Rheumatol Int*. 2015;35(2):303-14. doi: <https://doi.org/10.1007/s00296-014-3096-x>
 19. Orlandi AC, Ventura C, Gallinaro AL, Costa RA, Lage LV. Melhora da dor, do cansaço e da qualidade subjetiva do sono por meio de orientações de higiene do sono em pacientes com fibromialgia. *Rev Bras Reumatol* 2012;52(5):672-8. <https://www.scielo.br/j/rbr/a/GYpzh6mLY7wQDsnWTwhcYBh/?lang=pt>
 20. Kengen Traska T, Rutledge DN, Mouttapa M, Weiss J, Aquino J. Strategies used for managing symptoms by women with fibromyalgia. *J Clin Nurs* 2012 mar;21(5-6):626-35. doi: <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2010.03501.x>
 21. Yuan SLK. Eficácia do Shiatsu na dor, sono, ansiedade, nível de confiança no equilíbrio e qualidade de vida de indivíduos com fibromialgia: um ensaio clínico controlado [Dissertação]. São Paulo: Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo; 2012. doi: <http://dx.doi.org/10.11606/D.5.2012.tde-12122012-150337>
 22. Lima CQB, Tavares DS, Maeno M, organizadores. Proposta de diretrizes para uma política de reabilitação profissional. São Paulo: Fundacentro; 2013.
 23. Gatchel RJ. Musculoskeletal disorders: primary and secondary interventions. *J Electromyogr Kinesiol*. 2004;14(1):161-70. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jelekin.2003.09.007>
 24. Jahan F, Nanji K, Qidwai W, Qasim R. Fibromyalgia Syndrome: An Overview of Pathophysiology, Diagnosis and Management. *Oman Med J*. 2012; 27(3):192-5. doi: <https://doi.org/10.5001%2Fomj.2012.44>
 25. Brasil. Ministério da Saúde. Documento de referência para o Programa Nacional de Segurança do Paciente / Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz; Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Brasília: Ministério da Saúde; 2014.
 26. Freitas RPA, Andrade SC, Spyrides MHC, Micussi MTABC, Sousa MBC. Impacts of social support on symptoms in Brazilian women with fibromyalgia. *Rev Bras Reumatol*. 2017;57(3):197-203. doi: <https://doi.org/10.1016/j.rbre.2016.07.001>
- Recebido: 19.04.2022
Aceito: 18.05.2022