

TERAPIAS COMPLEMENTARES NO TRATAMENTO DA FIBROMIALGIA, SEUS EFEITOS E A RELAÇÃO COM O FAZER FISIOTERAPÊUTICO

Maria Lígia de Lima Corrêa¹

Maria Clara Espínola Araújo²

Glenda Maria Correia de Oliveira³

Francisca Rêgo Oliveira de Araújo⁴

Patrícia Froes Meyer⁵

RESUMO

Introdução: A fibromialgia é uma doença reumatológica com elevada complexidade, de causa ainda desconhecida e que se caracteriza por dor musculoesquelética crônica e generalizada, contudo, outros sintomas como fadiga, depressão, distúrbios do sono, entre outros também associados. **Objetivo:** Diante do exposto, imprescindível se faz questionar acerca das práticas complementares, os efeitos e a relação com o fazer fisioterapêutico nos tratamentos da fibromialgia. **Métodos:** O estudo se caracterizou como uma revisão bibliográfica do tipo narrativa. Os dados colhidos foram analisados de forma crítica da literatura qualitativa descritiva simples e apresentados em forma de texto. **Resultados:** Foram encontrados 32 artigos e selecionados 18 artigos que tratavam das terapias complementares e de sua eficácia no tratamento da fibromialgia. **Conclusão:** Conclui-se, então, que as terapias complementares têm um papel importante para a redução dos sintomas, tais como dores no corpo, distúrbios do sono, ansiedade e depressão, resultando assim, na melhora da qualidade de vida.

Palavras-chave: Fibromialgia. Terapias complementares. Fisioterapia.

¹ Graduando do curso de Fisioterapia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNI-RN

² Graduando do curso de Fisioterapia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNI-RN

³ Graduando do curso de Fisioterapia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNI-RN

⁴ Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNI-RN

⁵ Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário do Rio Grande do Norte – UNI-RN

COMPLEMENTARY THERAPIES IN THE TREATMENT OF FIBROMYALGIA, ITS EFFECTS AND THE RELATIONSHIP WITH PHYSIOTHERAPY.

Introduction: Fibromyalgia is a highly complex rheumatologic disease, the cause of which is still unknown and characterized by chronic and generalized musculoskeletal pain. However, other symptoms such as fatigue, depression, sleep disturbances, sensory sensitivities, cognitive impairment, digestive problems can also be identified. **Objectives:** In view of the above, it is essential to research about complementary practices, the effects and the relationship with physical therapy in the treatments of fibromyalgia. **Methods:** The study was characterized as a narrative literature review. The collected data were critically analyzed, based on simple descriptive qualitative literature, and presented in text form. **Results:** We found 32 articles and selected 18 of them, which dealt with complementary therapies and their effectiveness in the treatment of fibromyalgia. **Conclusion:** It is concluded, then, that complementary therapies play an important role in reducing symptoms, such as body aches, sleep disorders, anxiety and depression, thus resulting in improved quality of life.

Keywords: Fibromyalgia. Complementary therapies. Physiotherapy.

1 INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares em saúde (PICS), como são denominadas no Brasil, são práticas que visam prevenir doenças e recuperar a saúde do paciente como um tratamento complementar ao convencional. Elas são incentivadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS), pois levam em consideração a importância da relação entre o cuidador e paciente, são meios terapêuticos simples, de baixo custo, além de apresentarem igual ou maior eficácia no tratamento e controle de patologias. Por demandas apresentadas na Conferência Nacional de Saúde (CNS) e nas recomendações da OMS, o Ministério de Saúde (MS) aprovou em 2006 os documentos: Políticas Nacionais de Plantas Medicinais e Fitoterápicos e Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC) que norteiam o desenvolvimento das PIC no SUS (RUELA *et al.*, 2019).

Já faziam parte dos serviços, desde abril de 2016, a terapia comunitária, dança circular, yoga, oficina de massagem/automassagem, auriculoterapia, massoterapia (shiatsu), tratamento termal/crenoterápico. Em 2018, foi realizado o 1º Congresso Internacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde Pública onde foi anunciado pelo MS a inclusão de outras 10 práticas no SUS, através da Portaria nº 702/2018: aromaterapia, apiterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mão, ozonioterapia e terapias de florais. Este trabalho se justifica pela sua viabilidade, baixo custo e, sobretudo, a relevância da temática que as PICS estão voltadas à Atenção Primária em Saúde no Brasil e tendo em vista os mais de 15 anos de publicação da PNPIC, surge a inquietação de investir na formação e capacitação de profissionais de saúde para que estes se tornem aptos a realizar essas práticas (HABIMORAD *et al.*, 2020).

As PICS vêm se ampliando e dentre sua abrangência de aplicabilidade no aspecto biopsicossocial, físico e funcional as patologias de aspectos psicossomáticos, crônico e degenerativas são contempladas com um cuidado mais Holístico e coadjuvante a outras práticas em saúde. Dentre todas as PICS acima citadas, os artigos trouxeram as PICS de forma abrangente, mas as que mais se destacaram foram: Shiatsu, Yoga e Auriculoterapia e suas correlações com o tratamento da Fibromialgia.

Nesse sentido, a Fibromialgia sendo uma doença reumatológica com elevada complexidade, de causa ainda desconhecida, com ocorrência de dor difusa e crônica por períodos maiores que três meses, com pontos dolorosos e sensíveis à palpação, de caráter osteomioarticular e com componentes psicossomáticos e multifatoriais, apresenta ainda sintomas como dor musculoesquelética crônica e generalizada, fadiga, depressão, distúrbios do sono, sensibilidades sensoriais, comprometimento cognitivo, problemas digestivos, entre outros também associados, e muitas pessoas que convivem com esse distúrbio referem sofrimento específico de dor e sofrimento psicológico associado, sendo assim uma condição incapacitante, na funcionalidade, incluindo saúde física, social e mental com isso impactando diretamente na qualidade de vida. Ela acomete indivíduos com faixa etária de 35 a 60 anos e afeta a população mundial cerca de 2,5%, sendo mais prevalente no sexo feminino (FARIA *et al.*, 2014; SOUZA; PERISSINOTTI, 2018).

O tratamento para a fibromialgia ainda é um desafio para os profissionais da saúde visto que ela não tem cura e há uma dificuldade para se determinar a causa da

doença, então, ele busca apenas reduzir ou tratar os sintomas. O tratamento medicamentoso é baseado em antidepressivos, anti-inflamatórios, analgésicos, ansiolíticos entre outros medicamentos para outros sintomas que o indivíduo possua. Outras alternativas são as Terapias Complementares como: Auriculoterapia, Shiatsu e Yoga, pois melhoram a qualidade do sono, reduzem a ansiedade e depressão, diminui a fadiga e conseqüentemente melhora a qualidade de vida desses indivíduos, tanto de forma isolada quanto em associação à fisioterapia (ANDRÉ, VALENTE, ANDRÉ, 2022).

Diante do exposto, imprescindível se faz questionar acerca das práticas complementares, os efeitos e a relação com o fazer fisioterapêutico nos tratamentos da fibromialgia, bem como, especificamente vislumbrou propósitos de levantar as terapias complementares utilizadas no tratamento da fibromialgia e identificar os efeitos das PICS no tratamento da fibromialgia.

2 MATERIAL E MÉTODOS

O estudo se caracterizou como uma revisão bibliográfica do tipo narrativa. A revisão narrativa trata de publicações amplas sobre um determinado tema, sem que para isso sejam esgotadas todas as fontes, utilizam-se da análise qualitativa descritiva simples, pessoal do pesquisador, da literatura em livros, artigos, revistas impressas e/ou digital, apropriada para trabalhos de conclusão de curso e tem papel importante à educação continuada (CORDEIRO *et al.*, 2007).

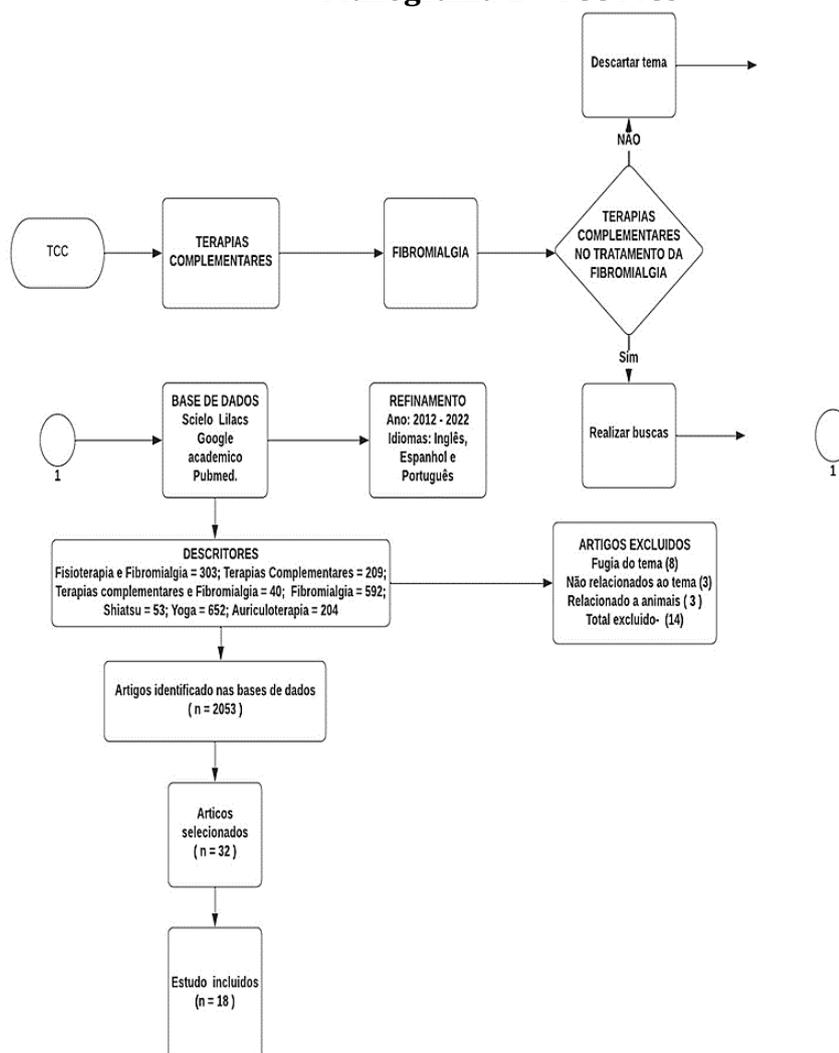
Para o desenvolvimento da pesquisa foram feitas as perguntas: Quais os efeitos das terapias complementares no tratamento da fibromialgia? Qual a relação das terapias complementares com a Fisioterapia? É possível correlacioná-las? As terapias complementares são eficazes no tratamento da fibromialgia? Foi desenvolvida de janeiro a junho de 2022 e para tal foram realizadas buscas em bancos de dados eletrônicos como Scielo, Lilacs, Google acadêmico e Pubmed. Os artigos foram localizados utilizando os seguintes termos em inglês: “Shiatsu”, “Fibromyalgia”, “Physiotherapy and Fibromyalgia”, “Complementary Therapies”, “Auriculotherapy”, “Yoga” e seus equivalentes em português: “Shiatsu”, “Fibromialgia”, “Fisioterapia e Fibromialgia”, Terapias Complementares, Auriculoterapia e Yoga. Foram incluídos artigos de revisão de literatura e do tipo observacional, tais como estudos de caso, caso-controle, pesquisa descritiva narrativa, dos períodos de 2012 a 2022, artigos publicados

em inglês, espanhol e português. Foram excluídos artigos que fugiam do tema do estudo, artigos sobre animais ou que não tinham relevância sobre o tema.

Os dados colhidos foram analisados de forma crítica da literatura qualitativa descritiva simples e apresentados em forma de texto. Foram colocadas em uma tabela e no final extraído as informações como autor, data de publicação, objetivo, metodologia aplicada e os resultados encontrados. As etapas da análise ocorreram de três formas: organização dos artigos, classificação conforme os critérios de inclusão e exclusão e por fim a análise do material escolhido, apresentados na Tabela 1.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Fluxograma 1 – TCC PICS



TCC PICS Fluxograma

Fonte: Elaborado pelos autores (2022) com base lucidchart (2022).

Tabela 1 – Artigos selecionados referentes à atuação das práticas integrativas no tratamento da Fibromialgia

AUTORES/ ANO	TÍTULO	OBJETIVO DO ESTUDO	MÉTODO	RESULTADOS
Ruela <i>et al.</i> , 2019.	Implementação, acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revisão da literatura.	Analisar a implementação, o acesso e o uso das PIC no Sistema Único de Saúde (SUS) após a implantação da política.	Revisão integrativa de literatura.	Os temas mais abordados foram: as principais PICs adotadas no SUS, o acesso a essas práticas, e o preparo dos serviços e dos profissionais da saúde para a Implementação e utilização das mesmas ainda de forma tímida.
Rodrigues <i>et al.</i> , 2019.	O uso de terapias integrativas e complementares como abordagem terapêutica.	Buscar entender as PIC's e relatar estudos que foram feitos em relação ao uso destas práticas.	Estudo de revisão.	No Brasil as praticas mais procuradas são Acupuntura, Reike e Auriculoterapia porem é ofertada 29 praticas no SUS.
Amado <i>et al.</i> , 2020.	Práticas integrativas e complementares em saúde.	Analisar as experiências submetidas ao prêmio APS e incorporadas na APS	Revisão integrativa	A auriculoterapia teve maior destaque entre as práticas integrativas relatadas como experiência em uma condição ou situação específica em saúde, inclusive na fibromialgia.
André, Valente e, André, 2022.	Dialogando sobre práticas integrativas e complementares para trabalhadores da saúde com fibromialgia.	Identificar na literatura quais práticas integrativas e complementares são recomendadas aos trabalhadores de saúde portadores de fibromialgia e analisar, diante do material encontrado, o impacto da utilização dessas práticas na saúde do trabalhador.	Revisão integrativa.	Identificaram positivamente a prática de exercícios aeróbicos e de força, além da associação com a acupuntura, terapias individuais e coletivas para a melhoria da saúde do trabalhador.
Morales <i>et al.</i> , 2019.	O uso da técnica manual shiatsu no alívio dos sintomas decorrentes da fibromialgia.	Verificar os efeitos da técnica manual Shiatsu no alívio dos sintomas decorrentes da fibromialgia, especificamente o quadro algico e sobre a qualidade de vida.	Estudo clinico transversal e observacional com pacientes	Redução da intensidade da dor, melhora no nível de qualidade de vida, possivelmente devido ao aumento dos níveis de neurotransmissores, como a serotonina e a dopamina.
Cardoso, Polezel e Padilha, 2014.	O shiatsu como alternativa terapêutica no tratamento da fibromialgia.	Investigação exploratória e bibliográfica que aborda pesquisas desenvolvidas dando ênfase em seus aspectos clínicos e ocupacionais.	Revisão de Literatura.	A pressão nessas regiões promove: melhora do fluxo sanguíneo, remoção de metabólicos e relaxamento muscular, redução do quadro de dor e melhora na qualidade de vida.
Rocha e Matos, 2015.	Aplicabilidade do shiatsu na dor e na qualidade de vida de	Avaliar a aplicabilidade do Shiatsu em portadoras de fibromialgia.	Estudo de caso.	Redução significativa da intensidade do quadro algico após cada sessão da aplicação

	portadoras de fibromialgia.			do shiatsu.
Oliveira, Sousa e Godoy, 2014	Efeito da acupuntura na qualidade de vida e no tratamento da dor em pacientes com fibromialgia.	Avaliar o efeito da acupuntura na atividade eletrodermal, na qualidade de vida e na redução da dor em indivíduos fibromiálgicos..	Estudo de caso.	Diminuição na intensidade de dor e melhora na percepção da qualidade de vida. Os resultados obtidos pela avaliação da eletro condutividade da pele indicaram aproximação da homeostase.
Steffens <i>et al.</i> , 2013.	Efeito da prática conjunta da caminhada e yoga no sono, depressão e qualidade de vida em pacientes com síndrome da fibromialgia.	Investigar o efeito da prática conjunta da caminhada e yoga sobre o sono, depressão, impacto da fibromialgia na qualidade de vida, estresse e dor em indivíduos com a síndrome.	Estudo Clínico.	Ocorreram melhoras significativas do sono, diminuição da depressão e do impacto da fibromialgia na qualidade de vida após a prática conjunta da caminhada e yoga.
Oliveira e Winiawer, 2015.	Gestão de Corpo e Mente com Yoga: um Enfoque para Saúde, Bem-Estar e Qualidade de Vida.	Melhorar a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas que praticam técnicas terapêuticas integrativas destacam o Yoga e recomendada a sua implantação nos serviços públicos de saúde.	Revisão bibliográfica.	Aumento de 20% na pressão inspiratória máxima e qualidade funcional. Benéfico para qualquer problema de fundo emocional.
Almeida e Ferraz, 2021.	O impacto da realização de atividade física orientada e sua importância na qualidade de vida, dor e depressão para indivíduos portadores de fibromialgia: uma revisão narrativa.	Avaliar como a prática de atividade física impacta na vida de pacientes fibromiálgicos e qual sua importância para melhora da qualidade de vida.	Revisão narrativa.	As atividades mais indicadas para intervenção das manifestações da fibromialgia foram os exercícios aeróbios de baixa intensidade e de força.
Carmo e Antoniassi, 2018.	Avaliação da dor e qualidade de vida em mulheres com fibromialgia submetidas ao tratamento de auriculoterapia associada à fisioterapia ou exercícios físicos.	Verificar os efeitos da associação da auriculoterapia à fisioterapia e a exercícios físicos no tratamento da dor e na qualidade de vida (QV) de mulheres com fibromialgia.	Pesquisa de campo.	A auriculoterapia foi eficaz no quesito dor e QV tanto de forma isolada como associada à fisioterapia ou exercícios físicos.
Bettini e Parisotto, 2018.	Auriculoterapia como recurso terapêutico para pacientes com fibromialgia que apresentam queixas de dor e insônia.	Verificar se após 4 aplicações da técnica de auriculoterapia, as voluntárias apresentariam melhoras nos quadros de dor e insônia.	Pesquisa de campo.	As voluntárias apresentaram melhora de dor e qualidade do sono, com 4 aplicações de auriculoterapia.
Santos <i>et al.</i> , 2021.	A efetividade do tratamento para dor utilizando auriculoterapia: um artigo de	Realizar uma revisão literária onde possa ser identificado como auriculoterapia é utilizada como	Pesquisa bibliográfica descritiva	Houve grande significância do uso da auriculoterapia como método de analgesia.

	revisão.	processo terapêutico de analgesia em casos de dor.		
Faria <i>et al.</i> , 2014.	Fibromialgia: diagnóstico, fisiopatologia e tratamentos.	Reunir sintetizar critérios de diagnóstico, fisiopatologia, tratamentos farmacológicos e tratamentos não farmacológicos disponíveis.	Estudo de revisão.	Os melhores resultados terapêuticos são obtidos com a associação da medicação e do tratamento não medicamentoso. Essa associação, apesar de não promover a cura da FM, contribui significativamente para a melhora do quadro clínico e da qualidade de vida dos pacientes.
Souza e Perissinotti, 2018.	A prevalência da fibromialgia no Brasil-estudo de base populacional com base de dados secundários da pesquisa de prevalência de dor crônica.	Descrever o perfil da população brasileira com SFM.	Revisão descritiva	A predominância de fibromialgia foi no gênero feminino. Com intensidade de dor de 7,3, a frequência e duração da dor foi constante na maioria da amostra. A maioria dos casos relatou muita interferência da dor no sono, alguns classificam que a dor interfere muito no trabalho.
Menezes Filho <i>et al.</i> , 2021.	Manifestações de sintomas somáticos em pacientes com Fibromialgia.	Expor os sintomas somáticos de fibromialgia, analisar suas repercussões na qualidade de vida.	Revisão narrativa	A hidroterapia, a massoterapia, o yoga e outras atividades relaxantes, contribuem para o tratamento da doença, pois diminuem o tônus muscular e auxiliam em um melhor repouso dos pacientes e na melhoria do bem-estar desses indivíduos.
Habimorad <i>et al.</i> , 2020.	Potencialidades e fragilidades de impactação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares revisão narrativa.	Analisar a produção científica sobre as Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde. (SUS).	Revisão narrativa.	Fragilidade: Indefinição do propósito da PNPIC e falhas na gestão, falta de preparo para realização, baixa oferta de cursos iniciais para os profissionais, baixo conhecimento dos profissionais e gestores. Potencialidades: Experiência profissional dos profissionais do SUS, favorecer a promoção a saúde e interesse dos usuários as PIC oficiais.

Fonte: Elaborado pelas autoras (2022).

Estudos mostram que há uma prevalência no nível de estresse emocional, sendo 77% e ansiedade e depressão, sendo 63%. Evidenciam ainda que o distúrbio do sono está associado a depressão e pessimismo diante da dor e sofrimento psicológico no indivíduo com fibromialgia (MENEZES FILHO *et al.*, 2021).

O estudo de Cardoso, Polezel e Padilha (2014) sobre o Shiatsu concluiu que ele é uma técnica eficaz, mas que age apenas como um tratamento coadjuvante ao da fibromialgia e sugeriu novos estudos com maior número de aplicação da técnica e maior amostra para se obter resultados mais significativos. Já para Rocha e Matos (2015), foi possível verificar que após a aplicação da técnica do Shiatsu, as participantes de seu estudo apresentaram diminuição significativa da dor, o que pode resultar em maior produtividade e bem estar, indicando, assim, que o tratamento de Shiatsu foi benéfico, em relação as variáveis quadro algico e qualidade de vida. E assim como Rocha e Matos (2015), um estudo mais recente de Morales (2019) buscou verificar os efeitos da aplicação do Shiatsu em relação ao quadro de dor e a qualidade de vida dos pacientes e também mostrou que a terapia com aplicação do Shiatsu foi capaz de reduzir as dores e o impacto na qualidade de vida resultante da fibromialgia. Portanto, os resultados apontam que o tratamento com a aplicação do Shiatsu trouxe benefícios para os portadores de fibromialgia relacionados à dor e a melhoria na qualidade de vida, e não somente como um tratamento complementar, como sugeriu o estudo de Cardoso, Polezel e Padilha (2014).

Dentro das práticas complementares em saúde, a auriculoterapia obteve grande destaque nos estudos de Carmo e Antoniassi (2018), onde se observaram resultados positivos com a aplicação da auriculoterapia tanto de forma isolada quanto em associação à prática de fisioterapia e/ou exercícios físicos. Bettini e Parisotto (2018), obtiveram resultados positivos com a aplicação da auriculoterapia em voluntárias portadoras de Fibromialgia. Para Santos *et al.* (2021), após uma revisão na literatura concluiu que ela pode ser utilizada eficazmente para o tratamento da dor. Porém, diante de poucos estudos publicados fazem-se necessários mais estudos para se obter maior confiabilidade para as evidências científicas encontradas.

Para o estudo de Oliveira e Winiawer (2015) a prática do yoga favoreceu os participantes quanto à redução do estresse e da ansiedade e promoveu aumento na percepção da saúde mental e física. Entre os praticantes de Yoga, 70% apresentaram melhora no sono, e 20% afirmaram que a prática de Yoga os fez realizar mudanças no

estilo de vida. Também mostrou que a meditação afeta o funcionamento e a estrutura física do cérebro humano, fortalecendo os neurônios, e influencia positivamente a saúde e o bem-estar geral do indivíduo. Combinada com terapia cognitiva, a meditação é um excelente coadjuvante em tratamentos para depressão, ansiedade e doenças crônicas como fibromialgia. No estudo de Steffens *et al.*, (2013) ocorreu uma diminuição do impacto da SFM na qualidade de vida foi verificado que o Yoga realizado com poucas sessões não causa efeito significativo, mas que a longo prazo diminui o quadro algico e níveis de estresse e, por isso, requer-se uma quantidade maior de sessões, auxiliando em um estilo de vida mais saudável não só para o corpo, como também para a mente.

O uso das terapias complementares no Brasil se dá principalmente na Atenção Básica e são bastante procuradas pelos usuários. No entanto, ainda precisa haver mais estudos para provarem sua eficácia e também deve haver uma maior aceitação e divulgação entre os profissionais da área da saúde para uma melhor adesão à essas práticas já que tanto se vem mostrando atualmente que as práticas complementares em saúde trazem resultados positivos para a saúde dos indivíduos que a elas têm acesso e não somente como algo complementar ao tratamento de diversas patologias (RODRIGUES *et al.*, 2019).

4 CONCLUSÃO

Conclui-se, então que as PICS têm um papel importante para redução dos sintomas causados pela fibromialgia, com efeitos na redução do quadro algico e melhora na qualidade de vida, associada ou não a Fisioterapia.

Ainda que pouco explorada, as PICS têm bastante relevância e impacto na vida das pessoas com fibromialgia, por promover redução dos sintomas, bem-estar biopsicossocial, diminuição de depressão, ansiedade e sociabilidade.

A auriculoterapia, shiatsu e yoga foram as PICS mais referenciadas/utilizadas nesta pesquisa.

Por oportuno se faz necessário recomendar:

- Mais estudos clínicos acerca das PICS no tratamento da fibromialgia.
- Mais evidências das PICS associadas a Fisioterapia.
- Mais oferta aos usuários, pacientes, clientes dos serviços de saúde no âmbito público e privado.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, A. L. A. de; FERRAZ, L. L. **O impacto da realização de atividade física orientada e sua importância na qualidade de vida, dor e depressão para indivíduos portadores de fibromialgia**: uma revisão narrativa. 2021. 40 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Universidade de Brasília, Brasília, 2021.
- AMADO, D. M. *et al.* Práticas integrativas e complementares em saúde. **APS em Revista**, v. 2, n. 3, p. 272–284, 2020.
- ANDRÉ, R. H. da S.; VALENTE, G. S. C.; ANDRÉ, K. M. Dialogando sobre práticas integrativas e complementares para trabalhadores da saúde com fibromialgia. *Rev. Enfermagem Brasil*, v. 21 n. 2, 2022.
- BETTINI, S. M.; PARISOTTO, D. Auriculoterapia como recurso terapêutico para pacientes com fibromialgia que apresentam queixas de dor e insônia. **Revista Uniandrade**, v. 19, n. 1, p. 21-27, 2018.
- CARDOSO, F. de F. R. L.; POLEZEL, N. C.; PADILHA, E. L. O shiatsu como alternativa terapêutica no tratamento da fibromialgia. **Revista Científica da FHO, UNIARARAS**, v. 2, n. 2, 2014.
- CARMO, M. de A. do; ANTONIASSI, D. P. Avaliação da dor e qualidade de vida em mulheres com fibromialgia submetidas ao tratamento de auriculoterapia associada à fisioterapia ou exercícios físicos. **R. bras. Qual. Vida**, Ponta Grossa, v. 10, n. 1, e7474, jan./mar. 2018.
- CORDEIRO, A. M. *et al.* Revisão Sistemática: Uma Revisão Narrativa. CBC. Rio de Janeiro, v. 34, n. 6, nov./dez. 2007.
- FARIA, P. C. *et al.* Fibromialgia: diagnóstico, fisiopatologia e tratamentos. **Conexão ci.: r. cient.**, UNIFOR-MG, Formiga, v. 9, n. 1, p. 1-19, jan./jun. 2014.
- HABIMORAD, P. H. L. *et al.* Potencialidades e fragilidades de implantação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 25, n. 2, p. 395-405, fev. 2020.
- MENEZES FILHO, L. A. *et al.* Manifestações de sintomas somáticos em pacientes com Fibromialgia: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 27, e7901, 2021.
- MORALES, K. O. *et al.* O uso da técnica manual shiatsu no alívio dos sintomas decorrentes da fibromialgia. **Unisanta Health Science**, v.3, n. 1, p. 1-17, 2019.
- OLIVEIRA, R. M. de., SOUSA, H. A. de., Godoy, J. R. P., de. Efeito da acupuntura na qualidade de vida e no tratamento da dor em pacientes com fibromialgia. **Universitas: Ciências da Saúde**, Brasília, v. 12, n. 1, p. 37-48, jan./jun. 2014.

OLIVEIRA, M. C. S.; WINIAWER, F. B. Gestão de corpo e mente com yoga: um enfoque para saúde, bem-estar e qualidade de vida. **Unopar**, Florianópolis, v. 16, n.3, p. 201-207, 2015.

ROCHA, A. C. da; MATOS, R. C. V. Aplicabilidade do shiatsu na dor e na qualidade de vida de portadores de fibromialgia. Monografia (graduação) – Faculdade de Ciências da Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2015.

RODRIGUES, K. S. *et al.* O uso de terapias integrativas e complementares como abordagem terapêutica. **XXIV Seminário Internacional de Ensino, Pesquisa e Extensão**, 2019.

RUELA, L. de O. *et al.* Implementação acesso e uso das práticas integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde: revista da literatura. **Ciência e Saúde Coletiva**, v. 24, n.11, p. 4239-4250, 2019.

SANTOS, T. G. G. dos *et al.* The effectiveness of pain treatment using Auriculotherapy: a review article. **Research, Society and development**, v. 10, n. 12, p. 400101220517, 2021.

SOUZA, J. B. de; PERISSINOTTI, D. M. N. The prevalence of fibromyalgia in Brazil – a population-based study with secondary data of the study on chronic pain prevalence in Brazil. **BrJP.**, v. 1, n. 4 2018.

STEFFENS, R de A. K. *et al.* Efeito da prática conjunta da caminhada e yoga no sono, depressão e qualidade de vida em pacientes com sintomas da fibromialgia. **Conscientiae Saúde**, v. 12, n. 3, 2013.