

Fibromialgia e a saúde da mulher: o papel do enfermeiro no cuidado integral

Brenda de Almeida Fraga¹; 0009-0008-7960-075X
Larissa Freitas de Almeida¹; 0009-0005-4360-9099
Ana Lúcia Alves Nogueira¹; 0009-0007-6742-8983
Maria de Fátima da Rocha Pinto¹; 0000000311962451
Carlos Marcelo Balbino¹; 0000-0003-0763-3620
Clarissa Ferreira Pontual de Oliveira¹ ; 0000-0002-2915-9205
Valquiria Jorge Sepp¹; 0000-0001-8105-5780

1 – UniFOA, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, RJ.
brendafraga@hotmail.com

Resumo: A fibromialgia é uma síndrome crônica caracterizada por uma dor musculoesquelética difusa e de pouca compreensão, com maior prevalência em mulheres e de difícil diagnóstico. Estudos evidenciam que pode estar atrelada a fatores genéticos, hormonais e emocionais. O enfermeiro desempenha um papel decisivo no manejo integral dessas pacientes. **Objetivo:** identificar na literatura o cuidado integral à mulher com fibromialgia, destacando o papel do enfermeiro no cuidado a essa doença. **Metodologia:** revisão bibliográfica com abordagem qualitativa, do tipo exploratória descritiva. Os dados foram organizados em categorias temáticas, sendo a primeira, o diagnóstico tardio da fibromialgia, devido a insuficiência de estratégias claras de diagnóstico e tratamento; a segunda categoria aborda a vulnerabilidade da mulher portadora da síndrome, pois os sintomas afetam negativamente a qualidade de vida das mulheres e a terceira categoria aborda sobre os efeitos dos hábitos de vida à mulher com fibromialgia, visto que a dor afeta, a dimensão biológica, psicológica e comportamental. Com isso conclui-se que é fundamental que o enfermeiro tenha um conhecimento profundo sobre a fibromialgia e se mantenha atualizado, garantindo assistência eficaz e cuidado humanizado.

Palavras-chave: Fibromialgia. Saúde da Mulher. Enfermagem.



INTRODUÇÃO

Diversas pesquisas indicam que as mulheres são o maior público que usufrui do Sistema Único de Saúde (SUS) e elas apresentam maior incidência de doenças. Ademais essa vulnerabilidade está frequentemente associada à desigualdade social e à discriminação de gênero, mais do que a fatores biológicos propriamente ditos (Costa e Gonçalves, 2019). Outrossim, a fibromialgia (FM) é uma síndrome crônica mais presente em mulheres, caracterizada pela dor musculoesquelética difusa, de origem multifatorial e de pouca compreensão. Manifesta-se por dores generalizadas e com pontos específicos de sensibilidade à palpação, conhecidos como *tender points*. Além disso, está associada a distúrbios do sono, fadiga, sintomas somáticos, alterações cognitivas e problemas psíquicos (Marques *et al.*, 2016).

Por certo, esta patologia compromete a qualidade de vida do paciente, pois suas limitações físicas fazem com que não consiga realizar suas tarefas rotineiras e isso traz insegurança quanto ao seu desempenho na vida pessoal e profissional (Martinez, 2006 apud Pita *et al.*, 2022). Por outro lado, estudos como de Graminha *et al.*, 2020 mostram o efeito considerável que a FM causa na qualidade de vida das mulheres, afetando-as física e psicologicamente além do impacto em sua vida social. Sem dúvida, em tempos atuais as doenças crônicas são vistas sob uma ótica mais integrada e multidisciplinar, com ênfase no manejo contínuo.

Assim, a enfermagem desempenha um papel importante na promoção da saúde, na prevenção de agravos e no cuidado integral as mulheres em diferentes contextos de adoecimento. Cabe ao enfermeiro, como membro da equipe multiprofissional, exercer um papel que é de suma importância no acompanhamento de pacientes com doenças crônicas, como a FM. Sua atuação vai desde o acolhimento, orientações para o manejo da dor, oferta de apoio psicológico e suporte contínuo, proporcionando atendimento integral e humanizado, promovendo o bem-estar físico, mental e social.

Diante disso, no SUS é o enfermeiro que mantém o contato mais próximo e contínuo com a paciente, o que permite uma assistência qualificada. Desse modo, essa proximidade favorece o desenvolvimento de estratégias de cuidado que consideram



não apenas os aspectos clínicos, mas também as necessidades psicossociais da paciente (Ali *et al.*, 2018).

Portanto, é fundamental o aprofundamento em estudos que avaliem a incidência, etiologia e estratégias de manejo da FM como investigações que podem subsidiar Políticas Públicas e práticas clínicas eficazes, contribuindo para o diagnóstico precoce e a redução de complicações graves associadas a essa condição. O tema é abrangente e com várias vertentes de estudo, porém neste momento optou-se por estudar o cuidado na FM realizado por enfermeiros em instituições de saúde. Nesse contexto emerge como questão norteadora do estudo: Quais estratégias identificadas na literatura podem contribuir no cuidado a mulheres com FM em instituições de saúde? Para responder a essa questão, traçou-se como objetivo de estudo: Identificar na literatura o cuidado integral à mulher com FM, destacando o papel do enfermeiro no manejo físico, emocional e social da doença.

Este estudo contribuirá na construção do conhecimento de profissionais que atuam em instituições de saúde ao adquirir novas práticas de cuidado. Contribuirá ainda na apreensão do conhecimento por acadêmicos da graduação no campo do ensino e na assistência, assim como na pesquisa científica para novos desafios de profissionais no campo da saúde.

MÉTODOS

Trata-se de uma revisão bibliográfica, qualitativa e exploratória, que buscou compreender o papel do enfermeiro no cuidado integral às mulheres com fibromialgia. A pesquisa foi realizada, utilizando as bases BVS, Scielo, Portal de Periódicos da Capes, Google Acadêmico e sites governamentais. Foram aplicadas as palavras-chave “Fibromialgia”, “Saúde da Mulher” e “Enfermagem”, considerando publicações em português, com texto completo no período de 2015 a 2025. Após os critérios de inclusão que envolveram a seleção de literaturas com base na relevância para o tema nos últimos dez anos e em textos completos no idioma português. Como exclusão, são os estudos de baixa relevância ou que não atendam aos critérios de inclusão. Após leitura dos artigos selecionados, os dados foram organizados em três categorias de análise.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados foram analisados e categorizados conforme a similaridade dos conteúdos e após a interpretação desses dados, foi possível construir as seguintes categorias temáticas: 1) Diagnóstico Tardio da Fibromialgia; 2) Vulnerabilidade da mulher com Fibromialgia; 3) Efeito de Hábitos de Vida da Mulher com Fibromialgia.

1) Diagnóstico Tardio da Fibromialgia: Souza *et al.*, 2022 afirmam que a fibromialgia é uma doença que não é completamente conhecida, portanto considerada de difícil diagnóstico, visto que os sinais e sintomas são difusos. O diagnóstico é apenas clínico, os exames laboratoriais e de imagem servem para descartar a presença de outras comorbidades que podem se confundir e uma forma de auxiliar profissionais médicos são os critérios de diagnóstico. Assim, esses critérios estabelecem que o paciente precisa apresentar dor difusa em pelo menos 4 das 5 regiões do corpo, desconsiderando as dores abdominal, mandibular e torácica. Além disso, os sintomas clínicos precisam persistir por um período mínimo de 3 meses e a escala de dor generalizada (WPI) precisa apresentar um valor ≥ 7 ; a escala de severidade de sintomas (SSS) um valor ≥ 5 ; ou WPI entre 4-6 e SSS ≥ 9 .

Oliveira *et al.*, (2019) apontam que a falta de estratégias claras de diagnóstico e tratamento da FM gera cuidado fragmentado, uso excessivo de medicamentos e maior incapacidade física. Já Rebonato *et al.*, (2025) ressaltam que, por envolver múltiplos sintomas e respostas individuais, a doença representa um desafio clínico, exigindo tratamento personalizado.

O enfermeiro pode contribuir nesse processo de diagnóstico auxiliando o paciente, administrando medicação prescrita, promovendo também ações não-farmacológicas como a educação em saúde, através de orientações quanto a importância de uma alimentação saudável, técnicas de relaxamento, a prática de exercícios físicos de baixo impacto. Pode ainda ofertar apoio emocional através da escuta ativa e incentivando o paciente a buscar melhor qualidade de vida (Souza et al., 2022).



2) Vulnerabilidade da Mulher com Fibromialgia: De acordo com os estudos analisados e relatos de mulheres com FM, é notável que a dor sentida é constantemente relegada pelos familiares e amigos, o que culmina para o isolamento social. Essa falta de compreensão e acolhimento contribui para o agravamento do sofrimento emocional, tornando ainda mais difícil o enfrentamento da doença.

Segundo Costa e Ferreira (2024) além dos inúmeros sintomas físicos característicos da FM, a doença também envolve aspectos psicossociais que atravessam todo o processo de adoecimento, afetando negativamente a vida da pessoa em diferentes dimensões, como a esfera familiar, social, profissional, cognitiva e emocional. Diante deste contexto, o enfermeiro deve adotar um papel ativo na identificação de suas necessidades, prestando uma assistência empática, escuta qualificada, orientações e intervenções que auxiliem no manejo da dor e na melhoria da qualidade de vida. Assim, o enfermeiro precisa ir além dos aspectos biomédicos, trazendo práticas humanizadas e terapias complementares que atendam às demandas físicas e psicossociais da paciente com FM.

Nesse sentido, práticas coletivas que estimulem a troca de experiências e o fortalecimento emocional tornam-se valiosas no cuidado à mulher com FM, possibilitando momentos de acolhimento e reconstrução do sentimento de pertença. Entre essas estratégias, destaca-se a terapia comunitária como recurso capaz de promover empoderamento e apoio mútuo entre as participantes. Oliveira *et al.*, (2019) explicam que essa intervenção, desenvolvida dentro de uma abordagem interdisciplinar, foi aplicada em um grupo que participou de encontros educativos ao longo de três meses, duas vezes por semana, conduzidos por uma equipe multiprofissional. Durante esse processo, os participantes discutiram temas que surgiam de forma espontânea no grupo, favorecendo reflexão, escuta e apoio coletivo. Essa abordagem evidencia a importância de espaços em que o enfermeiro e equipe, possam contribuir para o fortalecimento emocional e social dessas mulheres, proporcionando um cuidado mais ampliado e humanizado.

3) Efeito dos Hábitos de Vida à Mulher com Fibromialgia: Acerca da doença, Costa e Ferreira (2024) destacam que a dor crônica da FM afeta dimensões

biológicas, psicológicas e comportamentais, gerando ansiedade, depressão, distúrbios do sono, alterações de humor e apetite. Muitas vezes, os pacientes são incompreendidos, vistos como preguiçosos e até afastados do trabalho, o que favorece o isolamento social e a depressão silenciosa. Já Carvalho et al., (2024 apud Oliveira et al., 2024) ressaltam que a depressão compromete atividades diárias e interações sociais, estando associada a déficits cognitivos em memória, atenção, concentração e funções executivas, agravando o quadro clínico.

Assim, devido à complexidade das comorbidades envolvidas nesta síndrome, o diagnóstico e manejo surgem como um desafio para os profissionais da saúde no desenvolvimento de ações que disponibilizem condições favoráveis para a reabilitação de pessoas que apresentam a FM (Ressetti *et al.*, 2020). Portanto, evidencia-se a necessidade de criar e implementar ações que favoreçam não apenas o alívio dos sintomas, mas também a reabilitação integral do paciente, promovendo qualidade de vida e funcionalidade. Dessa forma, o enfermeiro que atua na Atenção Primária em Saúde (APS) tem papel central no cuidado às mulheres com fibromialgia, atuando no controle dos sintomas físicos, apoio à saúde mental e encaminhamentos necessários. Sua prática envolve articulação com nutricionistas, psicólogos, psiquiatras e profissionais de educação física, promovendo um atendimento integral, humanizado e interdisciplinar.

CONCLUSÃO

O cuidado ao paciente com FM exige não só conhecimento técnico, mas também sensibilidade para uma atuação integral e humanizada. A literatura destaca o papel do enfermeiro no cuidado a mulheres com FM, evidenciando melhorias na qualidade de vida e na percepção da doença. Na APS, sua abordagem clínica e empática permite identificar necessidades e desenvolver intervenções que aliviem sintomas físicos e emocionais.

Os estudos reforçam a importância da tecnologia diagnóstica, educação em saúde e escuta qualificada no manejo da FM. Para isso, o enfermeiro deve manter-se atualizado, garantindo assistência eficaz e individualizada, apesar das lacunas existentes no cuidado sistematizado.

Assim, o objetivo foi alcançado ao evidenciar o cuidado integral à mulher com FM, ressaltando o papel do enfermeiro no manejo físico, emocional e social. Conclui-se que práticas educativas, valorização da enfermagem e investimento em inovação diagnóstica são pilares para qualificar a assistência e ampliar o olhar sobre a complexidade do cuidado em FM.

AGRADECIMENTOS

À UniFoa expressamos nossa profunda gratidão pelo incentivo e apoio ao desenvolvimento desta pesquisa. E aos professores orientadores agradecemos a dedicação, apoio e valiosa contribuição para a realização deste trabalho.

REFERÊNCIAS

ALI, Yasmin Cardoso Metwaly Mohamed, et al.. Efeitos de uma intervenção de enfermagem no controle de sintomas de pacientes com fibromialgia. Relato de caso. **BrJP**, v. 1, n. 4, 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.5935/2595-0118.20180069>> acesso em 30 de Jul. 2025.

CARVALHO, Pedro Romero, et al.. DEPRESSÃO: DESAFIOS E TRATAMENTO. **BRAZILIAN JOURNAL OF IMPLANTOLOGY AND HEALTH SCIENCES**, v. 6, n. 8, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n8p3331-3342>> acesso em: 22 de Ago 2025.

COSTA, Larissa Pereira. FERREIRA, Márcia de Assunção. Saberes e estratégias no enfrentamento da fibromialgia. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 45, p. e20230213, 2024. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1983-1447.2024.20230213.pt>> acesso em 20 de Ago. 2025.

COSTA, Rayne da Conceição. GONÇALVES, Jonas Rodrigo. O DIREITO À SAÚDE, À EFETIVIDADE DO SERVIÇO E À QUALIDADE NO ACESSO ÀS POLÍTICAS PÚBLICAS DE ATENÇÃO À SAÚDE DA MULHER. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 2, n. 4, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.5281/zenodo.4458722>> acesso em 30 de Jul. 2025.

GRAMINHA, Cristiane Vitaliano, et al.. Relações entre sintomas depressivos, dor e impacto da fibromialgia na qualidade de vida em mulheres. **REFACS (online) Abr/Jun 2020; 8(2)**. Disponível em: <<https://doi.org/10.18554/refacs.v8i2.4332>> acesso em: 13 de Nov. 2024.

MARQUES, Amelia Pasqual, et al.. A prevalência da fibromialgia: atualização da revisão de literatura. **Revista Brasileira de Reumatologia**, v. 17, e. 4, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.rbr.2016.10.004>> acesso em: 15 de Nov. 2024.

OLIVEIRA, Juliana Pereira Ramos, et al.. O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 40, p. e20180411, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20180411>> acesso em 20 de Ago. 2025.

PITA, Luca, et al.. Fibromialgia associada aos transtornos mentais: depressão e ansiedade. *Visão Acadêmica*, Curitiba, v.23, n. 1, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.5380/acd.v23i1.83699>> acesso em: 13 de Nov. 2024.

REBONATO, Thaiza Acosta, et al. Programa FLOReSER: protocolo integrativo no cuidado de mulheres com fibromialgia no Sistema Único de Saúde. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v. 8, n.2, p. 01-18, mar./apr., 2025. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/79285/54779>>

RESSETTI, JULIANA ARAUJO, et al.. Evidências sobre a abordagem interdisciplinar de equipes de saúde no tratamento da fibromialgia: uma revisão integrativa. *Saúde (Santa Maria)*, v. 46, n. 1, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.5902/2236583434565>> acesso em 20 de Ago 2025.

SOUZA et al. Contribuições da equipe interdisciplinar na qualidade de vida de pacientes com fibromialgia: uma breve revisão. *Revista de Educação, Ciência e Saúde. Journal of Education, Science and Health* 2(2), 01-16, abr./jun., 2022. DOI: Disponível em: <https://bio10publicacao.com.br/jesh/article/view/119/52>