



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

HIDROTERAPIA NO TRATAMENTO DE FIBROMIALGIA EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Autor: José Carlos Corrêa da Cunha Filho¹; Coautores: Fernanda Lima de Vasconcellos²; Micael Valtoni Dantas do Nascimento³; Josenilda Silva⁴.

1- Acadêmico do curso de medicina na Universidade Federal de Campina Grande. Email: josecarlos.ccf@gmail.com.

2- Acadêmica do curso de medicina na Universidade Federal de Campina Grande. Email: nanda_lv@hotmail.com

3- Acadêmico do curso de medicina na Universidade Federal de Campina Grande. Email: micael_valtoni@hotmail.com.

4- Médica na Prefeitura Municipal de Campina Grande e preceptora do projeto Pró-Saúde/Pet-Saúde da Universidade Federal de Campina Grande. Email: josenildasilva98@yahoo.com.br

Introdução: A fibromialgia é uma síndrome dolorosa não-inflamatória, um estado de saúde complexo e heterogêneo no qual há um distúrbio no processamento da dor por mais de 3 meses associado a outras características secundárias como dores musculares difusas, fadiga, distúrbios de sono, parestesias, edema subjetivo, distúrbios cognitivos e dor em pontos específicos sob pressão (tender-points). Apesar da idade predominante do aparecimento dos sintomas oscilar entre os 20 e os 50 anos quando atinge indivíduos acima de 50 anos preocupa pela



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

morbidade associada, principalmente a dor crônica, problemas no sono e depressão, diminuindo muito a qualidade de vida. **Objetivo:** O objetivo dessa revisão sistemática foi avaliar a eficácia da hidroterapia como tratamento em pacientes idosos com fibromialgia bem como a melhoria da qualidade de vida após a introdução da terapia. **Metodologia:** A revisão sistemática foi realizada no primeiro semestre de 2013, os artigos utilizados foram encontrados Biblioteca Virtual de Saúde e estão indexados à SCIELO, LILACS e à MEDLINE. Foram encontrados 30 artigos inicialmente através dos descritores 'hydrotherapy' e 'fibromyalgia'. Foram filtrados os publicados a partir de 2008 e que envolviam seres humanos, a seleção foi reduzida à 13 artigos os quais após a leitura apenas 6 artigos se enquadravam nos objetivos da revisão. **Resultados:** Os estudos avaliaram a eficácia da hidroterapia no tratamento de pacientes portadores de fibromialgia que se enquadravam nos critérios do Colégio Americano de Reumatologia. Foram analisados a hidroterapia em monoterapia e associado outras terapias, foram comparadas também com tratamento tradicional (exercícios domiciliares). A análise dos dados dos estudos foi demonstrada a efetividade da hidroterapia no tratamento através de Escala Visual Analógica (EVA), Questionário de Impacto da Fibromialgia (QIF), Número de Tender-Points (NTP) e Questionário de Qualidade de Vida (QQV). Em todos os artigos foi demonstrado resultados positivos do tratamento com hidroterapia em pacientes fibromiálgicos. O tempo de tratamento variou de 4 à 24 semanas e o número de indivíduos nos estudos tiveram uma amostra média de 41. Em um dos estudos houve redução dos sintomas de 31 a 77% nas primeiras semanas e se manteve estável após 24 semanas em 28-68%, já outro comparando hidroterapia com atividade física domiciliar demonstrou melhor eficácia da atividade aquática no controle da dor em relação a atividade física domiciliar mostrando uma redução de 40 e 21% respectivamente e após 24 semanas somente a hidroterapia apresentou uma redução estatisticamente significativa. A meta-análise que envolveu um n de 446 indivíduos também demonstrou significativa redução da dor e melhora da qualidade de vida após a hidroterapia como tratamento, confirmando o bom desfecho dos resultados. **Conclusão:** A hidroterapia tem se mostrado ao longo dos anos uma excelente ferramenta no controle da dor em pacientes com fibromialgia melhorando da morbidade e a qualidade de vida, mesmo assim são necessários mais estudos para evidenciar a real eficácia do tratamento tendo em vista a baixa quantidade de estudos e com numero significativo de pacientes, uma terapia eficaz comprovada é ideal para evitar a morbidade principalmente em pacientes idosos que naturalmente já aumenta as chances de dor crônica. **Palavras – Chave:** Fibromialgia, Hidroterapia, Idoso.



Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

Campina Grande-PB/Brasil
13 a 15 de junho de 2013
www.cieh.com.br