

## Eficácia de Exercícios Físicos em Pacientes com Fibromialgia na Atenção Primária

### Autor(es)

Matheus Lima De Oliveira  
Isabely Vitória Pires Oliveira  
Kauê Vitor Silva Pires  
Ana Célia Ramos Ribeiro  
Rebecca Portuense Beltrame  
Rafaela Soares Ramalho Da Silva  
Ivan Ferreguetti Teixeira

### Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

### Resumo

A fibromialgia é uma síndrome crônica que afeta principalmente mulheres, caracterizada por dor difusa, fadiga e comprometimento na qualidade de vida. Estudos sugerem que a debilitação física e a sensibilização central à dor são fatores cruciais para a intensificação dos sintomas. Os estudos analisados utilizaram diferentes metodologias, incluindo a quantitativa, qualitativa e a revisão bibliográfica.

Os resultados mostraram que as intervenções não farmacológicas, como exercícios físicos e autocuidado, são eficazes em reduzir a dor e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.