

Estilos de vida de pessoas com adoecimento crônico a fibromialgia em tempos de pandemia do Coronavírus

Lifestyles of people with chronic fibromyalgia disease in times of Coronavirus pandemic

Estilos de vida de las personas con enfermedad de fibromialgia crónica en tiempos de pandemia de Coronavirus

Recebido: 02/06/2022 | Revisado: 13/06/2022 | Aceito: 16/06/2022 | Publicado: 28/06/2022

Nadja Maria Queiroz de Albuquerque

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2782-7684>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: nadja.qa@gmail.com

Lina Márcia Miguéis Berardinelli

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9481-8414>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: l.m.b@uol.com.br

Jéssica Rodrigues Lopes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9487-6166>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: l.rodriguesj@yahoo.com.br

Matheus de Albuquerque Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4764-0649>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: mas.uerj@gmail.com

Deise Breder dos Santos Batista

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6530-2657>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: deisebreder08@gmail.com

Maria Eunice Amaral Dantas

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9722-530X>

Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

E-mail: nice_dantas@yahoo.com.br

Mauro Leonardo Salvador Caldeira dos Santos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5027-6502>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: mcaleo@uol.com.br

Sandra Teixeira de Araújo Pacheco

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4612-889X>

Universidade Federal Fluminense, Brasil

E-mail: stapacheco@yahoo.com.br

Resumo

Este estudo foi realizado com o objetivo de identificar na literatura como está sendo discutidos por profissionais de saúde os hábitos e os estilos de vida de pessoas que vivenciam o adoecimento crônico a fibromialgia e as repercussões diante da situação de pandemia pelo coronavírus. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura que incide na realização de uma síntese dos artigos e a junção deles sobre a temática pesquisada; para o levantamento bibliográfico utilizou-se o fluxograma guiado pelo (PRISMA), compuseram a amostra final 10 artigos. As temáticas mais relevantes encontradas nos artigos foram, doenças crônicas, dimensões do cuidado humano, empoderamento de mulheres com fibromialgia, estilo de vida saudável, fibromialgia relacionado a atividade física, depressão e qualidade de vida, Covid-19 e doenças crônicas. Conclui-se que a adoção de bons hábitos contribui para a redução da probabilidade de a doença chegar a esse grupo de pessoas vulneráveis, com a pandemia da Covid-19 esses hábitos foram alterados desafiadoramente, exacerbando as emoções e ansiedades por conta da fibromialgia, acarretando prejuízos no tratamento e na dinâmica familiar. Além de contribuir para o sedentarismo, aumento do consumo de alimentos ultra processados e alto valor calórico, resultando em prejuízos para a saúde das pessoas. Sugere-se a implementação de políticas públicas que promovam atos de acessibilidade à saúde, com acolhimento e medidas preventivas a toda a população.

Palavras-chave: Fibromialgia; Doenças crônicas; Cuidados de enfermagem; Estilo de vida; Coronavírus.

Abstract

This study was carried out with the objective of identifying in the literature how the habits and lifestyles of people who experience chronic illness to fibromyalgia and the repercussions of the pandemic situation by coronavirus are being discussed by health professionals. This is an integrative review of the literature that focuses on the realization of a synthesis of the articles and the combination of them on the theme researched; for the bibliographic survey, the flowchart guided by the (PRISMA) was used, composing the final sample 10 articles. The most relevant themes found in the articles were chronic diseases, dimensions of human care, empowerment of women with fibromyalgia, healthy lifestyle, fibromyalgia related to physical activity, depression and quality of life, Covid-19 and chronic diseases. It is concluded that the adoption of good habits contributes to the reduction of the probability of the disease reaching this group of vulnerable people, with the pandemic of the Covid-19 these habits were changed defiantly, exacerbating emotions and anxieties because of fibromyalgia, causing damage in treatment and family dynamics. In addition to contributing to sedentary lifestyle, increased consumption of ultra processed foods and high caloric value, resulting in damage to people's health. It is suggested the implementation of public policies that promote acts of accessibility to health, with reception and preventive measures to the entire population.

Keywords: Fibromyalgia; Chronic diseases; Nursing care; Lifestyle; Coronavirus.

Resumen

Este estudio se realizó con el objetivo de identificar en la literatura cómo los hábitos y estilos de vida de las personas que experimentan enfermedades crónicas a la fibromialgia y las repercusiones de la situación de pandemia por coronavirus están siendo discutidos por los profesionales de la salud. Se trata de una revisión integradora de la literatura que se centra en la realización de una síntesis de los artículos y la combinación de los mismos sobre el tema investigado; para la encuesta bibliográfica se utilizó el diagrama de flujo guiado por el (PRISMA), componiendo la muestra final de 10 artículos. Los temas más relevantes encontrados en los artículos fueron enfermedades crónicas, dimensiones de la atención humana, empoderamiento de las mujeres con fibromialgia, estilo de vida saludable, fibromialgia relacionada con la actividad física, depresión y calidad de vida, Covid-19 y enfermedades crónicas. Se concluye que la adopción de buenos hábitos contribuye a la reducción de la probabilidad de que la enfermedad llegue a este grupo de personas vulnerables, con la pandemia del Covid-19 estos hábitos se cambiaron desafiadamente, exacerbando emociones y ansiedades a causa de la fibromialgia, causando daños en el tratamiento y la dinámica familiar. Además de contribuir al sedentarismo, aumenta el consumo de alimentos ultraprocesados y un alto valor calórico, lo que resulta en daños a la salud de las personas. Se sugiere la implementación de políticas públicas que promuevan actos de accesibilidad a la salud, con medidas de acogida y prevención a toda la población.

Palabras clave: Fibromialgia; Enfermedades crónicas; Cuidados de enfermería; Estilo de vida; Coronavirus.

1. Introdução

Compreender o fenômeno dos hábitos e estilos de vida de pessoas com fibromialgia (FM) não é uma tarefa fácil, considerando que há diversas mudanças e vulnerabilidades na vida dessas pessoas, principalmente dada à relevância do atual momento de pandemia do novo coronavírus.

Prezar pela qualidade do estilo de vida diante de uma etiologia multifatorial e complexa como a fibromialgia e principalmente em tempos de pandemia, é desafiador. Isso porque o receio do novo, de adotar medidas contra o padrão de comportamento e fatores de risco predisponentes é um complicador nesse sentido.

Estudos sobre estilo de vida relatam que os preditores que favorecem um estilo de vida mais saudável são o apoio social, a sua autossuficiência sobre os princípios da doença, além das características demográficas em que se vive (Nahas, 2017).

Partindo dessa compreensão, e levando em conta o contexto brasileiro, onde as carências e a exclusão social são elementos que delimitam o potencial dos hábitos, da qualidade de vida e saúde ao alcance da maioria, promover a saúde é sinônimo de transformação social (Nahas, 2017).

Em vista disso, e compreendendo que o estilo de vida seja constituído por um sistema complexo e que faz parte de um conjunto de comportamentos humanos, destaca-se que priorizar a educação pode capacitar essa pessoa na busca do estilo de vida mais saudável. Pois, a partir do momento que as práticas educativas os envolvem com empoderamento nas diversas ordens no contexto saúde-doença, há uma formação humana capaz de compreender e interferir na procura de comportamentos saudáveis. (Almeida et al., 2018; Pinheiro et al., 2020).

Estilo de vida (EV) é definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como conjunto de hábitos e costumes que sofrem influência, pelas modificações, pelos encorajamentos e que podem ser inibidos pelo prolongamento de artifício e de socialização (OMS, 2018). Complementando esse conceito, outro autor acrescenta que os hábitos, as culturas, as ações são permeadas pelas possibilidades e escolhas de aderir ou não a práticas saudáveis no seu cotidiano (Nahas, 2017).

Não há como dissociar doenças crônicas dos padrões de comportamentos, no âmbito da saúde-doença e bem-estar dessas pessoas. As pessoas com o adoecimento crônico, e, em particular neste estudo as pessoas vivem com fibromialgia são vítimas de eventos não desejáveis; que circundam a rotina diária pela dor generalizada, fadiga, má alimentação, problemas familiares aliados ao baixo senso de autoeficácia, que, de forma constante faz com que o comportamento individual comprometa ainda mais a saúde dessas pessoas (Pinheiro et al., 2020).

De acordo com essas características, as Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT) são responsáveis por 70% das mortes no mundo e por, aproximadamente, 75% das mortes no Brasil, configurando-se como o problema de saúde de maior expressividade no cenário mundial. As DCNT geram perdas na qualidade de vida das pessoas, das famílias e das comunidades em geral (Brasil, 2013; Malta et al., 2020).

No entanto, considerando o momento especial de pandemia do coronavírus, que o acompanhamento era realizado por equipes interdisciplinares foram alterados gerando mudanças diárias, fazendo com que as pessoas aprendessem rápido sobre como lidar e se prevenir contra o vírus da Covid-19, face o grande poder de disseminação.

A situação se complica um pouco mais, pois essas pessoas além de conviverem com a fibromialgia enfrentam ainda, outros adoecimentos crônicos associados, isso tem um significado maior na vida dessas pessoas. Reverberando na instabilidade emocional, psíquica, transtornos emocionais, gerando desordens físicas e necessidades mais intensas de orientação por conta da gravidade do quadro clínico, no caso de serem infectados pelo coronavírus.

A fibromialgia por ser uma doença reumatológica que envolve processos psicopatológicos as pessoas precisam ser acompanhadas durante toda sua vida, através de equipes interdisciplinares, em seus diferentes aspectos, com diferentes olhares e conhecimento (Almeida et al., 2018).

A pandemia da Covid-19 é uma situação de calamidade internacional que aciona diferentes processos de prevenção, diagnóstico e tratamento no sentido de preservação da vida humana. Essa situação foi constatada em dezembro de 2019, em que diversos casos de pneumonia por causa desconhecida surgiram na cidade de Wuhan, província de Hubei, China. A partir da análise do material genético isolado do vírus, constatou-se que se trata de um novo beta coronavírus, inicialmente denominado 2019-nCoV pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020).

Esses dados induzem a uma reflexão mais aprofundada sobre esta temática levantando a seguinte questão: os hábitos e o estilo de vida podem causar repercussões na vida das pessoas com fibromialgia em tempos de pandemia?

O presente estudo se justifica pela necessidade de identificar estilos de vida das pessoas que vivem com fibromialgia em tempos de pandemia do novo coronavírus, e poderá acrescentar novas discussões para o conhecimento dos estilos de vida pouco saudáveis desencadeadores da dor fibromiálgica.

E ao mesmo tempo é relevante para a sociedade de modo geral, pois pretende com esse estudo contribuir com mudanças de atitudes e independência, diante do adoecimento crônico em tempos de crise global de saúde; podendo contribuir também para o esclarecimento de dúvidas e promoção de conhecimentos para profissionais de saúde.

Este estudo foi realizado com o objetivo de identificar na literatura como está sendo discutidos por profissionais de saúde os hábitos e os estilos de vida de pessoas que vivenciam o adoecimento crônico a fibromialgia e as repercussões diante da situação de pandemia pelo coronavírus.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura (RIL), embasado nas obras Polit (2004), que incide na realização de uma síntese dos artigos e a junção deles sobre a temática pesquisada, possibilitando identificar, analisar e sintetizar resultados de estudos independentes e relevantes sobre temas que necessitam de maiores aprofundamentos objetivando o progresso da prática clínica.

Os dados encontrados em uma revisão integrativa, possibilita a fundamentação e a atualização sobre determinados temas, que segundo Mendes et al (2008) contribui para um possível efeito que favorece a qualidade dos cuidados oferecidos as pessoas e a atualização da área científica.

Para a construção do estudo realizou-se as etapas da identificação de um determinado assunto, levantamento bibliográfico, seleção da questão de pesquisa, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão dos estudos, descrição da pesquisa na base de dados, a sistematização dos principais achados, na sequência a análise desses resultados, por fim, a discussão dos achados como embasamento da presente revisão (Polit 2004; Brevidei; Domenico, 2008).

A pergunta norteadora levantada neste estudo foi: os hábitos e o estilo de vida podem causar repercussões na vida das pessoas com fibromialgia em tempos de pandemia?

Para promover o embasamento deste estudo foram utilizados os Descritores em Ciências da Saúde (DECS) obtidos através da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), conforme apresentado no Quadro 1.

Quadro 1. Categorização e definição dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS), Rio de Janeiro, 2022.

Descritor	Categoria/Código	Definição
Fibromialgia	C10.668.491.425	Síndrome reumática comum, não articular, caracterizada por mialgia e pontos múltiplos de dor muscular focal à palpação (pontos desencadeantes).
Doenças crônicas	C23.550.291.500	Doenças que têm uma ou mais das seguintes características: são permanentes, deixam incapacidade residual, são causadas por alteração patológica não reversível, requerem treinamento especial do paciente para reabilitação, pode-se esperar requerer um longo período de supervisão, observação ou cuidado.
Cuidados de enfermagem	N02.421.533	Cuidados prestados ao paciente pela equipe de enfermagem.
Estilo de vida	F01.829.458	Estilo ou modo típico de viver que caracteriza um indivíduo ou grupo.
Coronavírus	B04.820.504.540.150	Gênero da família “Coronaviridae” que causa doença respiratória ou gastrointestinal numa variedade de vertebrados.

Fonte: Autores (2022).

Os critérios de inclusão dos artigos foram: artigos completos, disponíveis nas plataformas online, na íntegra, gratuitos, envolvendo seres humanos; nos idiomas português, inglês e espanhol, dos últimos cinco anos, ou seja, de (2016 a 2021).

Como critérios de exclusão foram: artigos com tema central e outros termos discordantes da proposta desse estudo, como: editoriais, teses, dissertações e aqueles em duplicidade nas bases de dados.

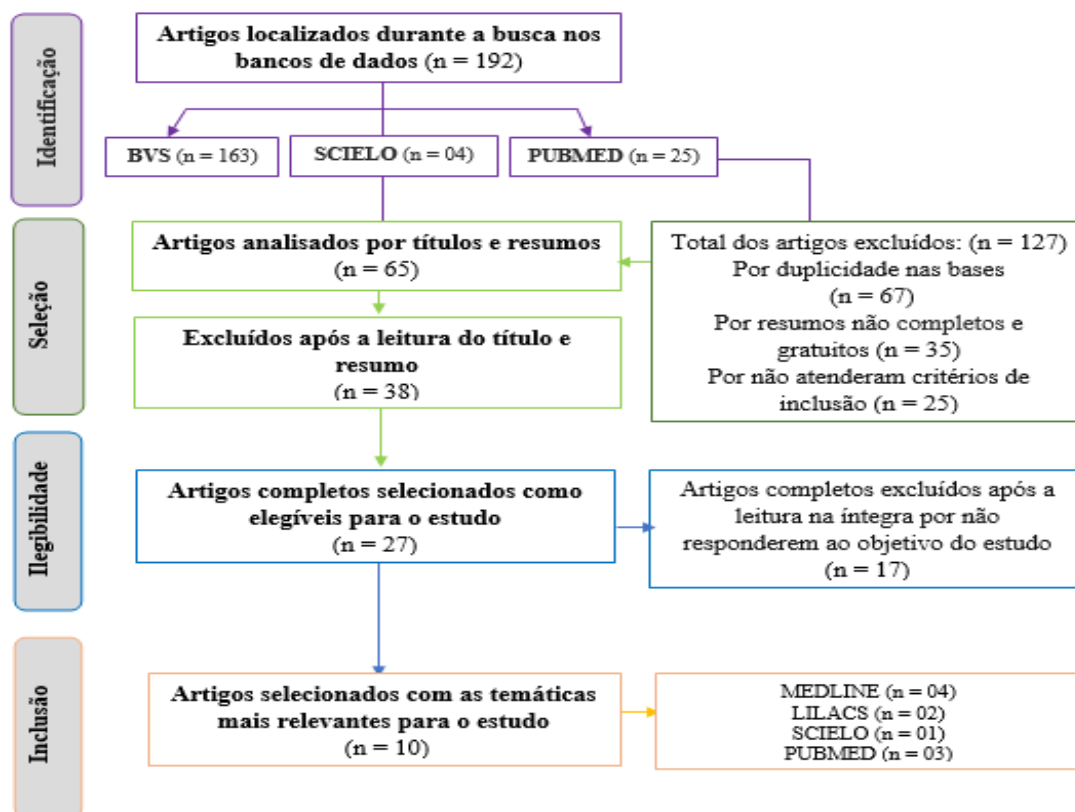
Para a busca de artigos utilizou-se os descritores: “Fibromialgia”, “Doenças crônicas”, “Estilo de vida”, “Cuidados de enfermagem” e “Coronavírus”, ligados pelos operadores booleanos AND e OR. Com a definição dos descritores, critérios de inclusão e exclusão, realizou-se a busca bibliográfica no mês de dezembro de 2021, no site da Biblioteca eletrônica Scientific Electronic Library Online (*SciELO*), na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e na base de dados Public/Publish Medline (PubMed).

A combinação entre descritores e operadores booleanos na seleção dos artigos se deu da seguinte forma: na BVS, fibromialgia OR doenças crônicas AND estilo de vida AND cuidados de enfermagem; na *SciELO*, fibromialgia OR doenças

crônicas AND Coronavírus. Já na PubMed realizou-se duas combinações: a primeira, fibromyalgia AND coronavírus AND nursing care e Fibromyalgia AND life style AND nursing care.

Os resultados obtidos no levantamento bibliográfico com as combinações dos operadores booleanos nos bancos de dados foram 192 artigos, para melhor entendimento do leitor, optou-se pela construção de um fluxograma guiado pelo *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA), que tem como objetivo, nortear os autores, otimizando a organização e exposição do levantamento obtido de revisões integrativas entre outros métodos de estudo (Bulhões et al., 2018).

Figura 1 – Fluxograma do resultado do levantamento bibliográfico, Rio de Janeiro, 2022.



Fonte: Autores (2022).

3. Resultados

Do total dos 27 artigos lidos na íntegra, 10 artigos mais relevantes para responder à questão do estudo compuseram a amostra final. As temáticas mais relevantes encontradas nos artigos selecionados foram: doenças crônicas, dimensões do cuidado humano, empoderamento de mulheres com fibromialgia, estilo de vida saudável, fibromialgia relacionado a atividade física, depressão e qualidade de vida, Covid-19 e doenças crônicas.

A síntese dos artigos será apresentada no Quadro 2 considerando os tópicos: título do artigo, autores/ano, periódico, tipo de estudo e nível de evidência. Para o nível de evidências utilizou-se a classificação definida pela Medicina Baseada em Evidências da Universidade de Oxford. Dos estudos selecionados, quatro apresentaram nível de evidência 3A e seis apresentaram nível 4C.

Na sequência será apresentado os resultados encontrados nos artigos e posteriormente a discussão.

Quadro 2 - Síntese dos artigos identificados no levantamento bibliográfico (continua).

Título do artigo	Autores/Ano	Periódico	Tipo de Estudo	Nível de Evidência
O empoderamento e a práxis interdisciplinar de cuidado em grupo de pessoas que vivem com Fibromialgia.	Miranda NCG; Berardinelli LMM; Sabóia VM; Santos ISB; Rosângela SS. 2016.	Revista Brasileira de Enfermagem	Estudo qualitativo de abordagem participativa.	4C
Developing and Implementing a Community-Based Model of Care for Fibromyalgia: A Feasibility Study.	Teo M et al. 2017.	Hindawi Pain Research and Management	Estudo prospectivo, métodos mistos de viabilidade, utilizou um projeto pré-post complementado com entrevistas com pacientes e grupos focais/entrevistas individuais.	3A
O cuidado e suas dimensões: uma revisão bibliográfica.	Mascarenhas YS et al. 2017.	Revista Trilhas Filosóficas	Revisão bibliográfica.	4C
Reflexões sobre a complexidade de um estilo de vida saudável.	Almeida CB et al. 2018.	Revista Avances em enfermería	Revisão bibliográfica.	4C
Fibromialgia: atividade física, depressão e qualidade de vida.	Conte MS et al. 2018.	Revista Medicina Ribeirão Preto	Estudo transversal, de abordagem quantitativa.	4C
The prevalence of fibromyalgia in Brazil – a population-based study with secondary data of the study on chronic pain prevalence in Brazil.	Souza JB, Perissinotti DM. 2018.	Revista Br J Pain.	Estudo qualitativo de dados secundários de um estudo prévio.	4C
O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado.	Oliveira JPR et al. 2019.	Revista Gaúcha de Enfermagem	Estudo descritivo exploratório, de abordagem qualitativa.	3A
Physical and psychological paths toward less severe fibromyalgia: A structural equation model.	Pulido-Martos M et al. 2020.	Annals of Physical and Rehabilitation Medicine	Estudo transversal observacional.	3A
Covid-19 e doenças crônicas: impactos e desdobramentos frente à pandemia.	Estela FM et al. 2020.	Revista baiana de enfermagem	Revisão bibliográfica narrativa.	3A
Doenças crônicas não transmissíveis e mudanças nos estilos de vida durante a pandemia de Covid-19 no Brasil	Malta, Deborah Carvalho et al. 2021	Revista Brasileira de Epidemiologia	Estudo transversal, com dados da pesquisa ConVid - Pesquisa de Comportamentos realizada entre abril e maio de 2020.	4C

Níveis de evidência: Oxford Centre for Evidence-Based Medicine. Levels of evidence [Internet], 2021. Fonte: Autores (2022).

O primeiro artigo intitulado “O empoderamento e a práxis interdisciplinar de cuidado em grupo de pessoas que vivem com Fibromialgia”, teve a sua publicação na Revista Brasileira de Enfermagem (REBEn). O objetivo do artigo foi 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. O estudo foi realizado com o método qualitativo e de abordagem participativa, desenvolvido com 11 participantes, no Laboratório de Fisiologia Aplicada à

Educação Física da Universidade do Estado do Rio de Janeiro. O artigo abrangeu o World Café, a observação dos participantes e a entrevista semiestruturada. Como resultados, o grupo de terapia foi um dinamizador na construção e ampliação do conhecimento sobre a fibromialgia e no empoderamento para o autocuidado. E concluiu que a estratégia de grupo se revelou um instrumento de práxis interdisciplinar que permite construir redes solidárias de cuidado (Miranda et al., 2016).

Partindo para as publicações do ano de 2017, a Revista *Hindawi* trouxe um artigo sobre a fibromialgia e doenças crônicas. Ele teve como objetivo avaliar o desenvolvimento e a implementação de um modelo abrangente, integrado e comunitário de atendimento à FM. A metodologia utilizada foi através de métodos mistos em um pequeno grupo no sul da Colúmbia Britânica, no Canadá. Os participantes da pesquisa foram 11 adultos com FM e uma equipe de sete profissionais de saúde. A intervenção foi aplicada em 10 semanas envolvendo educação, exercícios e controle do sono. Os dados incluíram questionários de saúde, entrevistas, grupos focais, além de entrevistas e pesquisas com fornecedores. A eficácia do modelo mostrou resultados promissores na qualidade do atendimento para doenças crônicas, bem como melhora da qualidade de vida e do sono. Concluiu-se que o modelo de atendimento comunitário para FM foi implementado com sucesso, sendo necessárias produções com uma amostra maior para determinar sua melhor eficácia (Teo et al., 2017).

Na sequência, um artigo com a temática centrada no cuidado e suas dimensões foi publicado na Revista do Departamento de Filosofia da UERN. Seu objetivo foi discutir o cuidado em uma perspectiva ampliada, envolvendo suas expressões subjetivas, espirituais, corporais e ambientais. Os autores fizeram uma revisão bibliográfica sobre as dimensões do cuidado, tendo como base autores da filosofia, sociologia, psicologia e enfermagem. Como resultado eles trouxeram os cinco eixos epistemológicos, sendo eles: cuidar de si e do outro, cuidar da terra, cuidar da psique e do espírito. E conclui em sua revisão que é perceptível que os indivíduos, em sua grandeza, necessitam adquirir uma nova atitude diante do cenário atual, e que o cuidado requer uma visão multidimensional (Mascarenhas et al., 2017).

Em 2018 os autores trouxeram um artigo, à luz do pensamento complexo de Edgar Morin, com o título, “Reflexões sobre a complexidade de um estilo de vida saudável”. Sua publicação foi na Revista *Avances em Enfermagem* na Colômbia. A síntese considerou o conceito de Saúde, estilo de vida, condição humana e multidimensionalidade. O artigo permitiu perceber que o estilo de vida saudável se distancia de um paradigma simplificador e constituinte de um sistema marcado pela interação entre as partes, no contexto em que está inserido. E conclui que a busca pela complementaridade possibilita uma nova perspectiva em relação ao significado do que é estilo de vida saudável, como um construto que não se reduz à soma das suas partes (Almeida et al., 2018).

Um artigo que abordou a temática sobre a fibromialgia e a prática de atividade física foi publicado na Revista de Medicina da USP em 2018. A finalidade do artigo foi avaliar a prática de atividade física, os sintomas de depressão e a qualidade de vida em pacientes com FM. O método foi observacional retrospectivo, com 50 pacientes adultos diagnosticados com FM de acordo com os critérios de classificação do *American College of Rheumatology* (ACR). A análise dos dados foi realizada por meio dos testes *Kruskal-Wallis*, *Mann-Whitney* e coeficiente de correlação de Pearson. Nos resultados eles observaram predominância do sexo feminino e idade média de 47 anos, havendo correlação positiva do escore do BDI-13 com o FIQ-total e do BDI-13. E concluem que os dados não sugerem impacto significativo da atividade física na melhora dos sintomas de dor, da Qualidade de Vida (QV) e da depressão em pacientes com fibromialgia (Conte et al., 2018).

Outro artigo desse mesmo ano optou por publicar na Revista de Enfermagem *Brazilian Journal of Pain*. Foi elucidado em seu objetivo a prevalência da síndrome fibromiálgica, assim como o perfil de consultas médicas. Na metodologia utilizaram dados secundários ao banco de dados construído por uma pesquisa prévia para identificar a prevalência de dor crônica no Brasil. As variáveis analisadas com os 13 participantes do estudo foram: idade, intensidade e frequência da dor, interferência da dor no autocuidado, na caminhada, no trabalho, na vida social, na vida sexual, na qualidade do sono, se a dor causa tristeza, deprime ou influencia os aspectos emocionais. Os 13 casos do banco de dados inicial foram selecionados por afirmarem ter

recebido o diagnóstico de síndrome de fibromialgia, representando 2% da população. Concluíram que a prevalência da síndrome de fibromialgia foi estimada em 2% da população brasileira, e as queixas relatadas pela maioria dos casos foram de dor intensa e diária e interferência da dor no sono (Souza; Perissinotti, 2018).

Posteriormente, outro artigo que trata de uma revisão integrativa foi publicado na Revista *Nursing SP* em 2019. Ele objetivou analisar as produções científicas sobre a QV e o autocuidado de mulheres que vivem com fibromialgia. Foi constituída uma amostra com 13 artigos sobre a temática, discutindo duas categorias: Qualidade de vida das pessoas com fibromialgia e Repercussões da educação em saúde para o autocuidado. Como conclusão os autores trouxeram que os sintomas da doença, a dor foi o principal fator que influenciou negativamente na QV. E conclui que as repercussões da educação em saúde em grupo foram positivas para potencializar o autocuidado, a melhoria da qualidade de vida e mudança de hábitos e comportamentos de saúde dos indivíduos (Oliveira et al., 2019).

Dando prosseguimento, em 2020 foi publicado na *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine*, um estudo transversal observacional, de base populacional, que incluiu 569 pessoas com fibromialgia. Nesse estudo o objetivo era examinar um modelo abrangente de determinantes da gravidade da fibromialgia. Para isso traçaram dois caminhos centrais, um caminho psicológico que conecta alta resiliência e baixa catástrofe com baixa angústia, e o segundo um caminho físico, conectando um estilo de vida mais ativo com baixa fadiga. O modelo estudado explicou 83% da gravidade da fibromialgia. Concluíram que o modelo atual integrou a complexidade de fatores da gravidade da fibromialgia, facilitando entender melhor a doença, reduzindo a angústia e a fadiga (Pulido-Martos et al., 2020).

Em 2020, na Revista Baiana de Enfermagem, foi publicado um artigo sobre o elevado risco de complicações da Covid-19 em pessoas portadoras de doenças crônicas não transmissíveis. O objetivo foi refletir sobre o elevado risco, bem como os possíveis desdobramentos para aqueles acometidos pela doença. Seu método foi uma revisão integrativa, desenvolvida com base em artigos nacionais. Os resultados elucidaram acerca da vulnerabilidade das pessoas com doenças crônicas no contexto da pandemia pelo novo Coronavírus, além dos impactos para esse público. Os autores concluem que o atual cenário se apresenta com muitos desafios para a população, o que requer ações de autocuidado e atendimento às medidas de prevenção que visem o resguardo individual e coletivo (Estrela et al., 2020).

Por fim, um artigo da Revista Brasileira de Epidemiologia, do ano de 2021, trouxe em sua publicação um estudo transversal, com o objetivo de comparar as mudanças de estilos de vida durante a pandemia da Covid-19, de pessoas com doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) ou não, em adultos brasileiros. Dos resultados obtidos houve redução da prática de atividade física (60%) nos sem DCNT e (58%) nos com DCNT. Verificou-se também o aumento no tempo de uso de televisão e computadores (302 e 43,5%) nos sem DCNT; e (196,5 e 30,6%) nas pessoas com DCNT. Quanto ao consumo de congelados (43,6%) nos sem DCNT, e (53,7%) com DCNT; salgadinhos (42,3%) sem DCNT e (31,2%) com DCNT; e chocolate (14,8%) sem DCNT. Durante a pandemia, portadores de DCNT apresentaram menor prática de atividade física suficiente (RPa = 0,77; IC95% 0,65 - 0,92) e maior hábito de assistir à televisão (RPa = 1,16; IC95% 1,08 - 1,26). Concluiu-se que adultos com DCNT tiveram seus estilos de vida mais alterados durante a pandemia de Covid-19 (Malta et al., 2021).

Dos 10 artigos analisados, um deles abordou as dimensões do cuidado humano de forma geral envolvendo suas expressões subjetivas, espirituais, corporais e ambientais das pessoas. Outros dois abordaram o tema terapia comunitária integrativa como modelo terapêutico, sua eficácia e empoderamento ou autogestão e implementou um modelo comunitário de atendimento à FM, avaliando seu desenvolvimento do paciente com FM.

Dos artigos, dois artigos trataram do tema voltado para hábitos e qualidade de vida centrada na pessoa com doenças crônicas não transmissíveis. Outros dois artigos tiveram temas diversos abrangendo a fibromialgia: um artigo trabalhou a prática de atividade física, os sintomas de depressão e a qualidade de vida. E o outro versou sobre a prevalência da síndrome fibromiálgica e o perfil de consultas médicas.

Finaliza-se esta revisão com dois artigos que abrangeram os temas sobre as complicações da Covid-19 em pessoas portadoras de doenças crônicas não transmissíveis e as mudanças de estilos de vida durante a pandemia Covid-19.

Isto posto, cabe ressaltar que estilos de vida não é um tema novo, mas buscar na literatura artigos sob a perspectiva atual da pandemia e as associações que deixam as pessoas mais vulneráveis e expostas ao coronavírus, é relevante. Porque nenhuma das obras pesquisadas trabalhou os hábitos e os estilos de vida das pessoas com fibromialgia em tempos de pandemia do novo Coronavírus, bem como as repercussões na vida dessas pessoas nesse período de pandêmico.

Ressalta-se que existem muitos estudos sobre fibromialgia em bases de dados nacionais e internacionais. Os estudos nacionais abordaram práticas educativas que visam autocuidado e empoderamento, através de práticas de atividades físicas e participação em grupo terapêutico interdisciplinar de educação em saúde, objetivando a melhora do quadro algico e das relações sociais e familiares, evidenciando uma lacuna sobre o objeto e a temática abordados neste estudo.

Todo o material encontrado nos bancos de dados dessa revisão fora escrito por diversas categorias profissionais, dentre estes, a grande maioria por enfermeiros, seguidas por médicos, fisioterapeutas, educador físico, nutricionistas e psicólogos.

4. Discussão

Estilo de vida é um princípio em constante construção e essa construção evolui para a compreensão de alguns comportamentos e percepções do seu estado de saúde. Considerar a vontade do livre-arbítrio ou o agir é considerado pelo autor como estruturas estruturantes, as analogias com os ambientes e grupos sociais podem ser propícios ou não a escolhas e mudanças de comportamento das pessoas (Cockerham, 2014).

É importante considerar que a pessoa com o adoecimento crônico vivenciado pela fibromialgia e a proximidade com determinados grupos sociais, corrobora para que tenham melhor qualidade de vida por meio das semelhanças nos discursos e nos comportamentos. Além de incentivo no alcance de suas necessidades de autocuidados e melhora dos sintomas da doença. Pois, a fragmentação desses comportamentos, devido o distanciamento social pela pandemia da covid-19 podem estimular mudanças comportamentais nas pessoas (Miranda et al., 2016; Teo et al., 2017; Madeira et al, 2018).

Para além de fatores biológicos, o alto índice de DCNT no Brasil está atrelado aos estilos de vida adotados pela nossa população, muitas vezes, não necessariamente, vai de acordo com os desejos da população, mas sim, pelas interferências de determinantes sociais e fatores econômicos (Almeida et al, 2018).

Revelando então agravos que abrangem sem distinção pessoas de qualquer classe social, gênero, raça/cor e idade, afetando de maneira mais intensa grupos vulneráveis ligados à baixa escolaridade e ao baixo nível socioeconômico cultural, esse fato demonstra que, em um país caracterizado pela desigualdade social, não são apenas as particularidades fisiopatológicas que agravam o estado de saúde-doença dessas pessoas (Madeira et al, 2018).

No que tange os hábitos e estilos de vida das pessoas com fibromialgia diante do cenário de pandemia da Covid-19 e as preocupações com o agravamento das pessoas que vivem com DCNT, percebe-se que alguns autores trazem discussões sobre os impactos e possíveis desdobramentos da população diante do desafio em realizarem o autocuidado e ao mesmo tempo atender as medidas de prevenção a esse vírus mortal. Sobretudo, este desafio abrange não só as pessoas que vivenciam as doenças crônicas, mas a área da saúde também, diante da necessidade de estruturação para a promoção e a capacitação dos profissionais de saúde (Estrela et al., 2020; Malta et al., 2021).

A adoção de bons hábitos contribui para a redução da probabilidade de a doença chegar a esse grupo de pessoas vulneráveis e, por sua vez, reduz os índices de morbimortalidade dessa população (Estrela et al., 2020).

Alguns estudos, sinalizam que a atividade física é uma atividade básica essencial para uma vida saudável, e, a fibromialgia tende a reduzir essa prática pelos sintomas de dor generalizada que ela causa, aumentando a redução da qualidade de vida dessas pessoas (Matsudo; Lillo, 2019; Pinheiro et al., 2020).

Há evidências recentes de que a prática regular de atividade física é considerada como a primeira estratégia não farmacológica, não aumenta os sintomas causados pela doença e fornece benefícios na saúde física e mental, melhorando a capacidade funcional e contribuindo para a qualidade de vida das pessoas (Matsudo; Lillo, 2019; Pinheiro et al., 2020).

Com a pandemia da Covid-19 esses hábitos foram alterados e o sedentarismo passou a fazer parte da vida dessas pessoas. Em um estudo transversal realizado sobre a pandemia e o estilo de vida dos brasileiros, verificou-se que nesse período pandêmico as pessoas vivem realmente o sedentarismo. No estudo, o tempo médio das pessoas diante de uma televisão foi de 3,31 horas diárias, o que significa o aumento de 1 hora e 45 minutos em relação ao tempo dedicado à televisão antes da pandemia do novo Coronavírus. O estudo observou ainda, que esse tempo de dedicação diante da televisão foi em pessoas de ambos os sexos durante a restrição social (Malta et al., 2020; Malta et al., 2021).

Outros estudos sobre a temática demonstram que o consumo de alimentos ultraprocessados, alto valor calórico e de elevada densidade energética aumentou o consumo, resultando em prejuízos para a saúde. No estudo que avaliou alimentos como batatas fritas, pipoca, chocolates e sorvetes, observou-se que esses alimentos resultam em aumento da obesidade, da hipertensão e doenças de cardiovasculares nos adultos. Ou seja, o isolamento social pode influenciar na ingestão desses alimentos devido a ansiedade e conseqüentemente o aumento das doenças crônicas (Bhutani et al., 2020; Malta et al., 2021).

Em um estudo conduzido por autores da Itália, Espanha, Chile, Colômbia e Brasil evidenciou que a pandemia alterou desafiadoramente as questões alimentares, os estilos de vida e os hábitos das pessoas, embora ficar em casa e praticar o distanciamento social seja necessário para as populações. Contudo, para algumas famílias durante esse tempo o hábito de cozinhar e consumir frutas e vegetais tornou-se mais frequentes em pessoas mais jovens (Ruiz-Roso et al., 2020).

Com a alteração dos hábitos e estilos de vida devido a pandemia da covid-19, exigidas pelo distanciamento social, percebe-se na literatura as repercussões na vida das pessoas com fibromialgia e com outros adoecimentos crônicos. As pessoas estão sem conviver com suas famílias, parentes e amigos, o que denota a elas a sensação de desamparo e solidão. As emoções e ansiedades por conta da fibromialgia se exacerbam nessas circunstâncias, acarretando prejuízos no tratamento e na dinâmica familiar. A maioria dessas pessoas possuem outras comorbidades e ficar exposto durante a pandemia propiciar o risco de infecção e evolução para a forma mais grave da doença (Nascimento et al., 2020).

Nesse sentido, em tempos de pandemia é necessária nova postura diante do cenário das DCNT, considerando que as pessoas necessitam de orientação com visão ampliada e multidimensional para o atendimento das necessidades e sua efetiva concretização, com uma perspectiva que vai além do cuidado tecnicista (Nascimento et al., 2020).

Faz-se necessário valorizar o ser humano, mudando as atitudes, as formas de cuidar, bem como a maneira de nos relacionar, a partir dos hábitos e do modo em que as pessoas estão inseridas na sociedade, cuidando não somente do corpo físico, mas de seus desejos, emoções, medos e ansiedade pelo atual momento de pandemia. A partir de ações solidárias e humanizadas de cuidados em saúde (Mascarenhas, 2017).

5. Conclusão

Esse estudo foi realizado com o objetivo de identificar na literatura como está sendo discutidos por profissionais de saúde os hábitos e os estilos de vida de pessoas que vivenciam o adoecimento crônico à fibromialgia e, as repercussões diante da situação de pandemia pelo Coronavírus.

Foi possível identificar como tem sido discutido por profissionais de saúde, os hábitos e os estilos de vida de pessoas que vivem com fibromialgia, doenças crônicas e o novo coronavírus. Além disso, os aspectos dificultadores como o isolamento social na vida das pessoas evoluíram para o sedentarismo e mau hábito alimentar.

As manobras do estilo de vida para a melhora da qualidade de vida se deram através da atividade física e alimentação saudável. O empoderamento em relação aos cuidados a pessoa com fibromialgia também foi um dos assuntos encontrados nos artigos.

Ademais, destaca-se as limitações na construção do estudo sobre o reduzido número de artigos com a temática fibromialgia e as possíveis repercussões nas vidas dessas pessoas na pandemia da Covid-19, acredita-se que o fato se deu devido ser uma doença ainda em estudo.

Em suma, nossos achados sugerem que as discussões sobre os hábitos e os estilos de vida de pessoas que vivenciam o adoecimento crônico à fibromialgia diante da situação de pandemia pela covid-19 sejam intensificadas, pois, há lacunas a serem estudadas diante de ações de autocuidado, atendimento e medidas de prevenção, que contribua com o bem-estar individual e coletivo das pessoas, diante dessa crise global em que toda a população está vivenciando. Tornando-se indispensável a implementação de políticas públicas que promovam atos de acessibilidade à saúde, com acolhimento e medidas preventivas a toda a sociedade.

Espera-se que essa revisão possa cooperar para a ampliação do olhar as pessoas com fibromialgia e aos doentes crônicos de forma geral, para que assim, as ações de cuidado voltadas a essa população possa ser correlacionada com orientações e manejos clínicos precisos. De igual maneira possa oferecer suporte teórico e científico, contribuindo para futuras publicações que aborde sobre a temática deste estudo, favorecendo toda a população científica, assim como todos os profissionais de saúde.

Agradecimentos

Agradeço a CAPES pela bolsa de estudos concedida.

Referências

- Bhutani, S., & Cooper, J. A. (2020). Covid-19- Confinamento domiciliar relacionado em adultos: Riscos e oportunidades de ganho de peso. *Obesidade*, 28(9), 1576-1577. <<https://doi.org/10.1002/oby.2290>>.
- Bispo de Almeida, C., Casotti, C. A., & Lago da Silva Sena, E. (2018). Reflexões sobre a complexidade de um estilo de vida saudável. *Avances en Enfermería*, 36(2), 220-229. <<https://doi.org/10.15446/av.enferm.v36n2.67244>>.
- Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Diretrizes para o cuidado das pessoas com doenças crônicas nas redes de atenção à saúde e nas linhas de cuidado prioritárias / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília. *Ministério da Saúde*, 2013. 28 p.: il. <http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/diretrizes_doencas_cronicas.pdf>.
- Brevideilli, M. M., & De Domenico, E. B. (2008). Trabalho de conclusão de curso: guia prático para docentes e alunos da área da saúde. (2a ed.). Iátria.
- Bulhões, L. C. C., Lima Filho, B. F. D., Fontes, F. P., Varella, L. R. D., & Brasileiro, J. S. (2018). Efeito do treinamento resistido na redução da dor no tratamento de mulheres com fibromialgia: revisão sistemática. *Revista brasileira de Ciência e Movimento*, 26(2), 170-175. <<http://fi-admin.bvsalud.org/document/view/v33sy>>.
- Cockerham, W. C. (2014). The sociology of health in the United States: recent theoretical contributions. *Ciência & saúde coletiva*, 19, 1031-1039. <<https://doi.org/10.1590/1413-81232014194.14872013>>.
- Conte, M. S., Dumbra, G. A. C., Roma, D. V. P., da Silva Fucuta, P., & Miyaza, M. C. D. O. S. (2018). Fibromialgia: atividade física, depressão e qualidade de vida. *Medicina* (Ribeirão Preto), 51(4), 281-290. <<https://doi.org/10.5935/2595-0118.20180065>>.
- Estrela, F. M., Soares, C. F. S., Cruz, M. A. D., Silva, A. F. D., Santos, J. R. L., Moreira, T. M. D. O., & Silva, M. G. (2020). Pandemia da Covid 19: refletindo as vulnerabilidades a luz do gênero, raça e classe. *Ciência & saúde coletiva*, 25, 3431-3436. <<https://doi.org/10.1590/1413-81232020259.14052020>>.
- Madeira, F. B., Filgueira, D. A., Bosi, M. L. M., & Nogueira, J. A. D. (2018). Estilos de vida, hábitos e promoção da saúde: algumas aproximações. *Saúde e Sociedade*, 27, 106-115. <DOI 10.1590/S0104-12902018170520>.

- Malta, D. C., Gomes, C. S., Barros, M. B. D. A., Lima, M. G., Almeida, W. D. S. D., Sá, A. C. M. G. N. D., & Szwarcwald, C. L. (2021). Doenças crônicas não transmissíveis e mudanças nos estilos de vida durante a pandemia de COVID-19 no Brasil. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 24. <<https://doi.org/10.1590/1980-549720210009>>.
- Malta, D. C., Szwarcwald, C. L., Barros, M. B. D. A., Gomes, C. S., Machado, Í. E., Souza Júnior, P. R. B. D., & Gracie, R. (2020). A pandemia da Covid-19 e as mudanças no estilo de vida dos brasileiros adultos: um estudo transversal. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*, 29. <<https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400026>>.
- Mascarenhas, Y. S., da Cunha, C. N., de Lira Fernandes, C., dos Santos, R. M., & de Moraes, I. F. (2017). O cuidado e suas dimensões: uma revisão bibliográfica. *Trilhas Filosóficas*, 10(1), 85-106. <<http://periodicos.uern.br/index.php/trilhasfilosoficas/article/view/3064/pdf>>.
- Matsudo, S. M., & Lillo, J. L. P. (2019). Fibromialgia, atividade física e exercício: revisão narrativa. *Revista diagnóstico e tratamento*, 24, ed. 4, 174. <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/02/1049395/rdt_v24n2_174-182.pdf>.
- Mendes, K. D. S., Silveira, R. C. D. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & contexto-enfermagem*, 17, 758-764. <<http://dx.doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>>.
- Ministério da Saúde. Comissão nacional de incorporação de tecnologias no SUS-CONITEC. 2021. Nível de Evidência Científica por Tipo de Estudo. "Oxford Centre for Evidence-based Medicine". <http://conitec.gov.br/images/Artigos_Publicacoes/Oxford-Centre-for-Evidence-Based-Medicine.pdf>.
- Miranda, N. A. C. G., Berardinelli, L. M. M., Sabóia, V. M., Brito, I. D. S., & Santos, R. D. S. (2016). Interdisciplinary care praxis in groups of people living with fibromyalgia. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 69, 1115-1123. <<http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0279>>.
- Nahas, M. V. (2017). *Atividade física, saúde e qualidade de vida*. Londrina: (7ª ed.). Midiograf, 3, 278.
- Nascimento, V. F., Hattori, T. Y., & Terças-Trettel, A. C. P. (2020). Necessidades pessoais de enfermeiros durante a pandemia da COVID-19 em Mato Grosso. *Enfermagem em Foco*, 11(1. ESP). <<https://doi.org/10.21675/2357-707X.2020.v11.n1.Esp.3595>>.
- Oliveira, J. P. R., Berardinelli, L. M. M., Cavaliere, M. L. A., Rosa, R. C. A., Costa, L. P. D., & Barbosa, J. S. D. O. (2019). O cotidiano de mulheres com fibromialgia e o desafio interdisciplinar de empoderamento para o autocuidado. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, 40. <<http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20180411>>.
- Organização Mundial da Saúde (OMS). Q&A on Coronaviruses (Covid-19). 2020. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-coronavirusestext=symptoms>.
- Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS). Novas estatísticas mundiais de saúde. Brasil. 2018. Available from: <https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5676>.
- Pinheiro, Gilson. A., de Loiola Araújo, D. S., & das Dores Gomes, R. (2020). Rompendo o silêncio... Muito mais que dores físicas: atendimento psicoterápico em vítima de abuso sexual e fibromialgia. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(1), 186-201. <<http://doi:10.34119/bjhvr3n1-013>>.
- Polit, D. F., Beck, C. T., Hungler, B. P. (2004). *Fundamentos de pesquisa em enfermagem: métodos, avaliação e utilização*. (5ª ed.). Artmed.
- Pulido-Martos, M., Luque-Reca, O., Segura-Jiménez, V., Álvarez-Gallardo, I. C., Soriano-Maldonado, A., Acosta-Manzano, P., & Estévez-López, F. (2020). Physical and psychological paths toward less severe fibromyalgia: A structural equation model. *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine*, 63(1), 46-52. <<https://doi.org/10.1016/j.rehab.2019.06.017>>.
- Ruiz-Roso, M. B., de Carvalho Padilha, P., Mantilla-Escalante, D. C., Ulloa, N., Brun, P., Acevedo-Correa, D., & Dávalos, A. (2020). Covid-19 confinement and changes of adolescent's dietary trends in Italy, Spain, Chile, Colombia and Brazil. *Nutrients*, 12 (6), 1807. *Journal of The Royal Society of New Zealand*, S21.
- Souza, J. B. D., & Perissinotti, D. M. N. (2018). A prevalência da fibromialgia no Brasil—estudo de base populacional com dados secundários da pesquisa de prevalência de dor crônica brasileira. *BrJP*, 1, 345-348.
- Teo, M., Mohan, B., & Oelke, N. D. (2017). Developing and implementing a community-based model of care for fibromyalgia: a feasibility study. *Pain Research and Management*, 2017. <<https://doi.org/10.1155/2017/4521389>>.