

# **APLICAÇÃO DE TENS ASSOCIADO À PRÁTICA DE YOGA VISANDO A MELHORA DA DOR E QUALIDADE DE VIDA EM PACIENTES COM FIBROMIALGIA (APOIO UNIP)**

**Aluna:** Rebeca Lima dos Santos

**Orientador:** Prof. Roger Palma

**Curso:** Fisioterapia

**Campus:** Bauru

A pesquisa teve por objetivo avaliar a efetividade da aplicação de TENS associado à prática de *yoga* na melhora da dor e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia em comparação à aplicação isolada dos métodos. Devido às circunstâncias impostas pela pandemia pelo SARS-Cov-2, o quadro de pacientes reduziu drasticamente e a amostra foi dividida em 3 grupos, sendo que as pacientes eram atendidas individualmente em domicílio, entre maio e julho de 2020. O tratamento durou 12 semanas, com duas sessões semanais. O primeiro grupo (A) era submetido à aplicação de TENS durante 20 minutos. O segundo grupo (B) realizava exercícios da *yoga* durante 30 minutos. O terceiro grupo (C) realizava exercícios da *yoga* durante 30 minutos, seguido da aplicação de TENS por 20 minutos. Durante o tratamento houve flutuação no quadro clínico das pacientes, o que se liga diretamente ao estado emocional das mesmas. Apesar de não ter sido observado grande melhora no nível de dor, em relação à avaliação inicial viu-se melhora significativa na qualidade de vida das pacientes do grupo B: aumento acima de 12 pontos em 4 domínios do SF-36, além de manter outros dois domínios estáveis. As pacientes do grupo C relataram leve aumento da dor, porém tiveram melhora acima de 12 pontos em 3 domínios do SF-36. As pacientes do grupo A, apesar de manterem o nível de dor, tiveram melhora acima de 12 pontos em apenas 2 domínios do SF-36. Concluiu-se que a pandemia pela Covid-19 pode ter interferido negativamente na melhora das pacientes, uma vez que alterações no quadro emocional de indivíduos com fibromialgia repercutem diretamente em seu nível de dor. Apesar de não obter significativa redução da dor, notou-se melhora em alguns

aspectos na qualidade de vida de todas as pacientes, sendo mais perceptível entre as submetidas somente à prática de *yoga*.