

DOR INVISÍVEL, CUIDADO VISÍVEL: EXPERIÊNCIA DE UMA RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE COLETIVA NO CUIDADO INTEGRAL DE MULHERES COM FIBROMIALGIA

Fibromialgia; Educação em Saúde; Práticas Corporais

Introdução

A fibromialgia é uma síndrome crônica multifatorial que causa dores no sistema musculoesquelético, fadiga e sofrimento psíquico, gerando grande impacto na qualidade de vida e bem estar. A síndrome atinge cerca de 2% da população geral, com maior prevalência entre 30 a 55 anos, principalmente no sexo feminino. Na Atenção Primária à Saúde (APS), o cuidado a essas mulheres é desafiador, pois a dor invisível frequentemente é subestimada, gerando sentimento de invalidação. Diante do exposto, estratégias coletivas promovem cuidado e humanização, neste contexto, surge o grupo "Mulheres de Fibras", desenvolvido por um grupo de residentes em saúde coletiva em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), com a utilização de práticas como pilates solo, educação em saúde e escuta ativa para tornar visível o cuidado e acolhimento. Objetivo: Relatar as contribuições das práticas corporais e das ações de educação em saúde, conduzidas por um grupo multiprofissional, no cuidado integral de mulheres com fibromialgia na APS.

Métodos

O presente estudo trata-se de relato de experiência, com caráter descritivo e abordagem qualitativa, desenvolvido por residentes em Saúde Coletiva em uma UBS. As ações foram realizadas junto ao grupo "Mulheres de Fibras", composto por mulheres com diagnóstico de fibromialgia. Os encontros aconteceram semanalmente, com atividades de pilates, roda de conversa e discussões sobre diferentes temáticas em saúde. As intervenções foram planejadas e conduzidas pelos residentes das seguintes categorias profissionais: enfermagem, farmácia, educação física, fisioterapia e nutrição, visando fortalecer o cuidado e a promoção da saúde. O registro da experiência foi realizado por meio de observações, anotações, registros fotográficos e depoimentos das usuárias durante os encontros, que permitiram perceber os efeitos das atividades no cuidado integral das participantes.

Resultados / Discussão

O grupo apresentou um aumento na quantidade de participantes no decorrer das atividades, passando de 6 para 15, após três meses de acompanhamento, com isso, foi perceptível que as atividades estavam obtendo sucesso. Durante os encontros, observou-se maior interação entre as participantes, fortalecimento dos vínculos sociais e ampliação do espaço de acolhimento e troca de experiências relacionadas ao enfrentamento da fibromialgia. Os relatos das participantes indicaram melhora na disposição para as atividades diárias e maior compreensão acerca da condição de saúde. As práticas corporais, especialmente o pilates solo, podem ter contribuído para a promoção do bem-estar físico e o incentivo à adoção de hábitos saudáveis. As rodas de conversa e as ações de educação em saúde contribuíram para o compartilhamento de conhecimentos, esclarecimento de dúvidas e fortalecimento da autonomia no cuidado à saúde. Além disso, a atuação multiprofissional dos residentes possibilitou uma abordagem integral e humanizada, considerando não apenas os sintomas físicos, mas também os aspectos emocionais e sociais envolvidos na vivência da fibromialgia.

Considerações Finais

As vivências demonstraram que práticas corporais e ações de educação em saúde, desenvolvidas em grupos na APS, constituem estratégias eficazes no cuidado integral de mulheres com fibromialgia na APS. O aumento de participantes e os depoimentos evidenciam a importância das intervenções coletivas conduzidas por multiprofissionais.

Referência Bibliográfica

JURADO-PRIEGO, Lina Noelia; CUETO-UREÑA, Cristina; RAMÍREZ-EXPÓSITO, María Jesús; MARTÍNEZ-MARTOS, José Manuel. Fibromialgia: uma revisão dos mecanismos fisiopatológicos e estratégias de tratamento multidisciplinares. International Journal of Molecular Sciences, v. 25, n. 14, 2024. DOI: 10.3390/ijms25147654. FAPES. Fibromialgia: saiba mais sobre a doença que afeta de 2 a 3% da população brasileira. Rio de Janeiro, 27 fev. 2024. Disponível em: <https://www.fapes.com.br/noticias-interna/noticias-saude/fibromialgia--saiba-mais-sobre-a-doenca-que-afeta-de-2-a-3--da-populacao-brasileira?>