

O CORPO REABITADO: PRÁTICAS CORPORAIS E PRODUÇÃO DO CUIDADO NA FIBROMIALGIA

Fibromialgia; Integralidade em Saúde; Terapias Complementares

Introdução

A fibromialgia produz repercussões que extrapolam a dor física, atravessando relações sociais, modos de viver e formas de reconhecer o próprio corpo. A invisibilidade clínica da síndrome frequentemente submete as pessoas acometidas à desconfiança e à necessidade permanente de legitimar seu sofrimento, produzindo barreiras ao cuidado. Nesse contexto, práticas corporais associadas à escuta qualificada podem constituir dispositivos capazes de ampliar a produção do cuidado para além do manejo dos sintomas. Este trabalho objetiva refletir sobre como uma experiência grupal de relaxamento e automassagem contribuiu para ressignificar a relação das participantes com a dor e com o próprio cuidado.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência, fundamentado na sistematização de experiências em cinco tempos, desenvolvido durante a formação em residência multiprofissional em saúde. A intervenção ocorreu junto a um grupo de pessoas que vivem com fibromialgia e consistiu em encontros semanais envolvendo exercícios respiratórios, mobilidade, relaxamento e técnicas de automassagem inspiradas em Yoga e Pilates. A análise foi construída a partir de registros em diário de campo, privilegiando os sentidos produzidos nas interações entre participantes, práticas corporais e profissionais.

Resultados / Discussão

Mais do que alterações relacionadas à dor ou à funcionalidade, os registros evidenciaram mudanças na forma como as participantes passaram a ocupar o espaço das atividades e a perceber seus próprios corpos. Movimentos inicialmente evitados tornaram-se possíveis, acompanhados por maior confiança, fortalecimento dos vínculos e ampliação das estratégias de autocuidado. Um dos aspectos mais significativos da experiência foi a compreensão de que a validação do sofrimento operou como tecnologia de cuidado. À medida que a dor deixava de ser colocada sob suspeita, diminuía também a necessidade de reafirmá-la continuamente nas interações, abrindo espaço para outras narrativas sobre si, para além da identidade marcada pelo adoecimento. Nesse sentido, as práticas corporais produziram efeitos que ultrapassaram sua dimensão técnica, constituindo espaços de reconhecimento, pertencimento e reconstrução de sentidos acerca do viver com fibromialgia.

Considerações Finais

A experiência evidencia que o cuidado em saúde não se produz apenas pela prescrição de exercícios ou pelo controle dos sintomas. Ao legitimar experiências frequentemente invisibilizadas, o cuidado desloca seu foco do controle da doença para a produção de novas formas de relação com o corpo, consigo e com o outro. Assim, mais do que reduzir sintomas, intervenções dessa natureza fortalecem a integralidade do cuidado, ampliam a autonomia das pessoas acompanhadas e evidenciam o papel das tecnologias leves na produção do cuidado no SUS.

Referência Bibliográfica

PEREIRA, D. A. Da disease à illness: experiência de enfermidade de mulheres diagnosticadas com fibromialgia [dissertação de mestrado]. Aracaju: Universidade Federal de Sergipe, 2018. GOFFMAN, E. A representação do eu na vida cotidiana. 10. ed. Petrópolis: Vozes, 2008. VICTORA, C. Sofrimento social e a corporificação do mundo: contribuições a partir da Antropologia. RECIIS - Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde, v. 5, n. 4, p. 3-13, 2011. DOI: 10.3395/reciis.v5i4.552pt.