



PAPEF – Projeto de Apoio a Pessoas com Fibromialgia Atenção e autogestão da saúde mental baseada em Educação para a Saúde de mulheres com fibromialgia

Ana Maria Veloso Noveli¹; Heloísa Braga Ribeiro Marcondes César²; Leonardo Pestillo de Oliveira³

⁽¹⁾ Acadêmica do curso de Medicina, Universidade Cesumar – Unicesumar, Campus Maringá-PR, Bolsista PIBEX/ICETI-Unicesumar, ananoveli@alunos.unicesumar.edu.br; ⁽²⁾ Acadêmica do curso de Medicina, Universidade Cesumar – Unicesumar, Campus Maringá, ra-21169050-2@alunos.unicesumar.edu.br; ⁽³⁾ Orientador, Docente do Curso de Pedagogia, Universidade Cesumar – Unicesumar, leopestillo@gmail.com

RESUMO

Introdução: A fibromialgia é uma doença caracterizada pelo desequilíbrio entre a percepção dolorosa e os mecanismos de modulação de vias aferentes do corpo, tal desequilíbrio leva à presença de dor musculoesquelética crônica e generalizada, bem como a presença de pontos dolorosos à palpação de regiões específicas do corpo. Possui origem multifatorial, com fatores biológicos, psicológicos e sociais contribuindo para a ocorrência da síndrome. Tal condição acomete, majoritariamente, mulheres, maiores de 50 anos e em fatores socioeconômicos específicos, sendo eles baixos níveis educacionais, baixa renda e divorciados. Pacientes portadores de fibromialgia sentem grande impacto negativo da doença na qualidade de atividades do cotidiano, e, conseqüentemente, em sua saúde mental. No âmbito da saúde mental, portadores da doença possuem elevado grau de debilidade e perda da capacidade funcional para tarefas complexas e até mesmo básicas, fato este que aumenta ou predispõe inúmeras condições mentais, como por exemplo, a depressão e a ansiedade. Condições que, por sua vez, intensificam a dor corporal e, por conseguinte, estabelecem um ciclo de cronicidade do quadro. Por sua origem multifatorial, deve-se considerar em sua terapêutica os diferentes impactos causados pela fibromialgia, compreendendo a dor como uma interação entre estes fatores, sendo eles biológicos, psicológicos e sociais. **Objetivo:** O trabalho tem como principal objetivo conduzir encontros semanais, através da telessaúde, com um grupo de apoio composto por mulheres diagnosticadas com fibromialgia, visando melhorias tanto em sua qualidade de vida, quanto em seu bem-estar psicológico. Além disso, objetiva-se caracterizar o perfil sociodemográfico e comorbidades da fibromialgia, bem como a saúde mental e qualidade de vida da população em estudo. **Metodologia:** Este é um estudo de intervenção, inicialmente, será realizado o recrutamento dos participantes, devendo ser exclusivamente mulheres, maiores de 18 anos e contendo diagnóstico de fibromialgia. O recrutamento será efetivado, principalmente, através de redes sociais, e feita avaliação inicial com instrumentos que avaliam tanto características da Fibromialgia, quanto saúde mental. A posteriori, serão conduzidos encontros semanalmente durando em média 90 minutos com o grupo de apoio, durante 8 meses, via plataforma Google Meet, na Universidade Cesumar, Campus Maringá-PR. As intervenções contarão com o apoio de profissionais e alunos da área de psicologia, medicina, nutrição, educação física e fisioterapia, que discutirão aspectos físicos e mentais acerca da doença. Ao final dos encontros, os pacientes expressam as experiências vividas durante as atividades e destacam como as informações



recebidas poderão auxiliá-las no tratamento e na qualidade de vida. Relacionados a coleta de dados, a mesma será feita antes e após as intervenções, utilizando-se de entrevistas, observação e instrumentos autoaplicáveis para avaliar indicadores psicológicos (PHQ-9, CES-D, Kessler), cognitivos (MMSE), psicossociais (SF-8) e de funcionalidade diária (FIM). A análise estatística dos dados coletados será conduzida através do programa Linguagem R. **Resultados Esperados:** De início, espera-se que os estudantes obtenham êxito no recrutamento, através de redes sociais, das mulheres maiores de 18 anos diagnosticadas com Fibromialgia que desejem participar do projeto em desenvolvimento. Espera-se, após o recrutamento, formar um grupo de apoio com as participantes e obter, através de encontros semanais realizados no campus da Universidade Cesumar com o uso da plataforma Google Meet, sucesso na condução das reuniões em grupo, pela abordagem de temáticas como saúde mental, exercícios físicos, alimentação entre outros, pelos diferentes profissionais de saúde. Tais encontros visam contribuir, de forma positiva, na melhoria tanto da qualidade de vida, quanto no bem-estar psicológico e no autocuidado das mulheres participantes. Para mais, objetiva-se avaliar como a condição de saúde em questão influencia o cotidiano de cada uma delas, podendo desta forma, auxiliar de forma mais específica, com informações que contribuam para a melhora dos diferentes sintomas causados pela Fibromialgia. Além disso, o projeto visa implementar um programa de telessaúde, através de encontros semanais com duração de 90 minutos, que ocorrerão ao longo de 8 meses via plataforma Google Meet. Tais encontros têm por objetivo, ofertar um ambiente em que as participantes do projeto sintam-se confortáveis para discutir e relatar suas próprias experiências, sintomas, melhora, dificuldades enfrentadas e como esta condição médica interfere em seu dia a dia. Tais ações não apenas têm a intenção de promover maior interação social entre as mulheres, mas também promover, como efeito, a agregação de novos conhecimentos a cada profissional envolvido no projeto de extensão universitária. Ademais, espera-se com a coleta de dados ao início e ao final de cada encontro, através de entrevistas, questionários e observações, conseguir analisar tanto o perfil sociodemográfico, quanto às características da Fibromialgia, da saúde mental e da qualidade de vida da população em análise.

Palavras-chave: fibromialgia; dor generalizada; saúde mental; telessaúde.