

## **CONEXÃO BEM-ESTAR: ENFRENTANDO A FIBROMIALGIA POR MEIO DE AÇÕES INTERDISCIPLINARES NA UNIVERSIDADE DE TAUBATÉ ODS 03 – SAÚDE E BEM-ESTAR**

Luisa Lobão (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Flavia Vitor (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Gabriele Gonçalves (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Eduardo Rocha (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Pietro Moyses (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Bruno Silva (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Bianca de Jesus (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Daniele Vichiatti (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Giovanna Mendes (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Bianca Cristhina (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Thiago Vasquez Molina (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Marcelo de Oliveira Fonseca (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Fabíola Figueiredo Nejar (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Alex Sandra Oliveira de Cerqueira Soares (Universidade de Taubaté – UNITAU);  
Renato José Soares (Universidade de Taubaté – UNITAU).

O projeto “Conexão bem-estar: enfrentando a dor crônica juntos” é uma iniciativa de extensão universitária da Universidade de Taubaté (UNITAU), direcionada ao cuidado de pacientes com diagnóstico de fibromialgia. A proposta busca oferecer uma atenção ampliada e interdisciplinar, envolvendo os departamentos de Fisioterapia, Nutrição, Psicologia, Biomedicina e Comunicação Social, em articulação com o ensino e a extensão. O objetivo central é promover saúde e bem-estar, em consonância com o Objetivo de Saúde e Bem-estar (ODS) 03, por meio de práticas integrativas que abordam aspectos físicos, emocionais, nutricionais e sociais da fibromialgia. O método inclui triagem inicial multidisciplinar, atendimentos individuais e grupais, além de atividades educativas. A Fisioterapia atua em ações no solo e piscina terapêutica, visando alívio da dor e melhora da função; a Psicologia fornece suporte emocional e estratégias de enfrentamento; a Nutrição promove hábitos alimentares saudáveis e fortalecimento da saúde geral; a Biomedicina auxilia nos processos educacionais e na organização das ações; a Comunicação Social fortalece a divulgação, a visibilidade das ações e a construção de uma rede comunitária de apoio. Todos, juntos, buscam o melhor bem-estar com melhor qualidade de vida de comunidades que sofrem com dores crônicas. Desde sua implementação, o projeto passou por treinamentos de equipe, reuniões de alinhamento e ampla divulgação à comunidade. Foram realizadas 29 triagens iniciais, com 20 pacientes em acompanhamento ativo e expectativa de alcançar 40 até o final de 2025. Ao longo do processo, 16 alunos voluntários já participaram, atualmente com 10 ativos, além de uma bolsista vinculada às ações do projeto. As ações coletivas desenvolvidas, como rodas de conversa, grupos de

orientação, práticas corporais e atividades educativas em saúde, evidenciam o potencial da proposta como espaço de cuidado compartilhado e de apoio mútuo. Conclui-se que o projeto fortalece a integração entre universidade e comunidade, promove a formação prática dos estudantes e favorece a curricularização da extensão, consolidando a indissociabilidade entre ensino e prática comunitária.

**Palavras-chave:** fibromialgia; dor crônica; interdisciplinaridade; extensão universitária; bem-estar.