

ABORDAGEM MULTIDIMENSIONAL NO CUIDADO À FIBROMIALGIA: EXPERIÊNCIA DE UM PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

Ana Maria Braga de Oliveira, Jessica Paloma Rosa de Souza Silva, Marcela Ralin de Carvalho Deda Costa, Ananda Rezende Feitoza, Emelly Kathellen Santos Goes, Josefa Lucicarla Nascimento Souza, Kemmilly Thayssa Batista Reis, Mylena da Silva Santos, Raynara Oliveira Santos

Universidade Federal de Sergipe, campus Lagarto

E-mail do autor principal: ana.fisio.6@academico.ufs.br

Grupo Temático: Saúde

O projeto de extensão universitária “**VIVER BEM**” é desenvolvido no Departamento de Fisioterapia da Universidade Federal de Sergipe, Campus Lagarto, e tem como público-alvo pacientes com diagnóstico de fibromialgia. Trata-se de uma síndrome crônica caracterizada por dor musculoesquelética difusa, frequentemente associada a sintomas como fadiga, sono não reparador, alterações cognitivas, especialmente relacionadas à memória e à atenção, além de manifestações emocionais, como ansiedade e depressão, e disfunções intestinais, impactando significativamente a qualidade de vida dos indivíduos acometidos. Nesse contexto, o projeto tem como objetivo promover o desenvolvimento de habilidades clínicas nos estudantes, ao mesmo tempo em que oferece à comunidade um cuidado fundamentado em evidências científicas. Os atendimentos ocorrem uma vez por semana, sendo destinados inicialmente 30 minutos para atividades em grupo, nas quais são abordados temas relacionados à Educação em Dor. Em seguida, durante uma hora, os participantes realizam atendimento fisioterapêutico individualizado, com a aplicação de intervenções como cinesioterapia, terapia manual e recursos de eletrotermofototerapia. Essas estratégias visam promover o controle da dor, a melhora da funcionalidade e o incentivo ao autocuidado. Entre os resultados observados, destacam-se a redução da intensidade dolorosa, a melhora da qualidade do sono e o aumento da qualidade de vida dos participantes. Considerando que o tratamento da fibromialgia requer uma abordagem multidimensional, que vai além da terapêutica medicamentosa, o projeto incorpora estratégias comportamentais, educação em saúde e prática regular de exercícios físicos. Além disso, a iniciativa fortalece a formação acadêmica dos discentes ao proporcionar uma vivência prática humanizada e baseada na integralidade do cuidado, contribuindo para que os participantes possam, de fato, **viver bem**.

Palavras-chave: Autocuidado, Educação em saúde, Manejo da Dor