

ALÉM DA DOR: TECENDO REDES DE CUIDADO E PROTAGONISMO EM UM GRUPO SOBRE FIBROMIALGIA

Fibromialgia; Humanização da Assistência; Sistema Único de Saúde

Introdução

A fibromialgia (FM) é uma doença caracterizada por dor musculoesquelética difusa, fadiga e alterações cognitivas. No país, sua prevalência varia entre 2,5% e 3% da população, acometendo principalmente mulheres.

O grupo surgiu da necessidade de superar o modelo biomédico centrado na farmacoterapia. Evidências apontam que estratégias coletivas de cuidado promovem maior resolutividade.

O público foi de usuários do município diagnosticados ou com suspeita clínica de fibromialgia. O objetivo geral foi implantar intervenção interdisciplinar de acolhimento e escuta qualificada para pessoas com fibromialgia. E os específicos foram promover educação em saúde sobre o tema; estimular autonomia e fortalecer vínculos e rede de apoio.

Métodos

Trata-se de relato de experiência desenvolvido por meio da metodologia de Grupos Operativos, com encontros semanais conduzidos por equipe multiprofissional (psicologia, enfermagem e convidados).

O público-alvo inclui usuários da Rede de Atenção à Saúde com diagnóstico ou suspeita de fibromialgia, encaminhados pela Atenção Primária à Saúde, equipes multiprofissionais e serviços especializados.

Os encontros, com duração média de 120 minutos, combinam exposição dialogada, dinâmicas grupais, técnicas de relaxamento e troca de experiências, priorizando tecnologias leves de cuidado e linguagem acessível.

A abordagem valoriza a construção coletiva do conhecimento, estimulando a autonomia e o autocuidado. Como critérios de inclusão, consideram-se sintomatologia compatível, encaminhamento pela rede e interesse na participação. Como exclusão, quadros psiquiátricos agudos ou situações que comprometam o processo grupal.

Resultados / Discussão

Iniciado em julho de 2025, o grupo apresenta adesão variável entre 6 e 17 participantes, consolidando-se como espaço de referência para cuidado e acolhimento. Como resultado central, destaca-se a superação da invisibilidade social da doença, com relatos de reconhecimento, validação da dor e fortalecimento emocional. Observou-se redução de sintomas ansiosos e depressivos, além de melhora no padrão de sono e disposição física, associadas às práticas de relaxamento e educação em saúde.

Houve mudanças significativas nos hábitos de vida, incluindo adoção de alimentação mais saudável e identificação de fatores desencadeantes das crises. O fortalecimento do protagonismo dos usuários resultou na criação da associação, ampliando o suporte social e a defesa de direitos.

No âmbito do sistema de saúde, observou-se qualificação da assistência, com maior interesse dos profissionais na temática e realização do fórum sobre o tema. Destaca-se ainda a redução de consultas repetitivas e maior autonomia dos usuários no manejo da condição, contribuindo para otimização do fluxo da rede.

Considerações Finais

O grupo evidencia que o cuidado em saúde se fortalece quando incorpora acolhimento, escuta qualificada e protagonismo dos usuários. A experiência demonstra que a validação do sofrimento e o fortalecimento dos vínculos são fundamentais para a reabilitação psicossocial.

A criação da associação consolida o protagonismo dos usuários como indicador de sucesso da intervenção. A iniciativa apresenta alta sustentabilidade e potencial de replicação, por utilizar recursos disponíveis e tecnologias leves de cuidado.

Além dos impactos individuais, o projeto promoveu mudanças institucionais, estimulando a educação permanente e inserindo a temática na agenda pública. Assim, conclui-se que estratégias grupais contribuem para a integralidade do cuidado, fortalecendo o SUS e promovendo autonomia, cidadania e inclusão social.

Referência Bibliográfica

BORGES, Bruno Silva; CARVALHO, Rodrigo Martins; SIQUEIRA, Karoline Ellen Borges; ANDREONI, Matheus Henrique Bailoni. Fibromialgia: da patogênese ao tratamento. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 7, n. 12, p. 1160-1167, 2021.

PITA, Lucas et al. Fibromialgia associada aos transtornos mentais: depressão e ansiedade. Visão acadêmica, v. 23, n. 1, p. 17-26, 2022.