

HÁBITOS DE VIDA DAS PARTICIPANTES DO PROJETO DE EXTENSÃO “CONVIVENDO COM A SÍNDROME DE FIBROMIALGIA” E A RETROALIMENTAÇÃO DOS SINTOMAS

Armando Macena de Lima Junior

Giovana Delvan Stuhler

Ana Lúcia Oliveira

Gabriela Chaves Rodrigues

Mainara Giacomossi

Letícia Mirella Dietrich

RESUMO: **Introdução:** A Síndrome da Fibromialgia (SFM) é uma doença crônica, caracterizada pela presença de dor generalizada, acomete mais as mulheres, está associada a depressão, alterações de sono, ansiedade, sintomas cognitivos, síndrome da fadiga crônica, entre outros. Estas alterações geram impacto no cotidiano, como a restrição do contato social e mudança na rotina das mulheres com SFM. O Projeto de Extensão “ConVivendo com a Síndrome de Fibromialgia”, se consolidou como uma referência a nível regional e estadual no processo de cuidar de mulheres com SFM, visa desenvolver práticas de promoção e educação em saúde por meio de ações interdisciplinares, integrando os cursos de Fisioterapia, Psicologia, Nutrição e Farmácia do Centro de Ciências da Saúde, tendo como ferramenta do cuidado o conceito positivo de saúde. A partir disso se faz necessário identificar os hábitos das participantes para auxiliar no manejo de atividades adequadas às necessidades das mulheres atendidas. **Objetivos:** Descrever os hábitos de vida de mulheres participantes do programa nos períodos de 2015/2, 2016/1 e 2017/1. **Metodologia:** Trata-se de um estudo documental via prontuário de mulheres participantes do programa de extensão, no qual utilizou-se dados tabulados de um questionário semiestruturado, que é base da avaliação destas mulheres para entrarem no programa. **Resultados:** A partir dos dados, identificou-se que a idade média das participantes é de 57,7 anos. Com relação aos hábitos, observou-se que 63% das mulheres não fumam, 28% são ex-tabagistas e 9% fumantes. A maioria (91%) não consome bebidas alcoólicas. No que concerne a atividades, referente à ocupação, 38% das mulheres são aposentadas, 19% se identificam como do lar, 19% estão no mercado formal, 16% são beneficiárias do INSS e 9% se encontram no mercado informal. Por fim, 59% delas não realizam nenhum tipo de atividade física. **Conclusão:** Os resultados demonstram que a maioria das participantes não têm o hábito de fumar e nem consumir bebidas alcoólicas. Contudo, mais da metade não realiza nenhum tipo de atividade física e não têm nenhuma atividade formal, sendo a prática de atividades físicas um dos fatores determinantes para a promoção de saúde em mulheres com SFM. Desse modo, justifica-se a relevância de um trabalho interdisciplinar, utilizando o conceito positivo de saúde como ferramenta da promoção de bem-estar e diminuição das queixas, com o intuito de proporcionar melhores condições de vida das participantes do projeto.

PALAVRAS-CHAVE: Fibromialgia. Hábitos de Vida. Promoção de Saúde.