



## **Congresso Internacional de Envelhecimento Humano**

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

### RELATO DE EXPERIÊNCIA

ÁREA TEMÁTICA: Atenção integral à saúde: promoção, prevenção, tratamento e reabilitação do idoso.

TÍTULO: Vivência entre Terapeuta e Paciente na Reabilitação de Idosa com Fibromialgia

AUTORES: SOUZA, Marília Amorim de<sup>1</sup>; SANTOS, Camilla Isis Rodrigues dos<sup>1</sup>; AIRES<sup>1</sup>, LIMA, Renata Priscila Beserra de<sup>1</sup>; Yggo Ramos de Farias<sup>1</sup>; Alba Lúcia da Silva Ribeiro.<sup>2</sup>

A fibromialgia é definida como uma síndrome dolorosa crônica, não inflamatória, de etiologia desconhecida que se manifesta no sistema musculoesquelético, podendo estar associada a outros sintomas como distúrbios do sono, rigidez matinal, dormências e distúrbios psicológicos, que quando em conjunto afetam negativamente a rotina do indivíduo fibromiálgico, sobretudo, sendo este, idoso. A fisioterapia possui um papel essencial na minimização do impacto da fibromialgia sobre a qualidade de vida dos indivíduos, objetivando a melhora do quadro álgico e promovendo um aumento da funcionalidade. A vivência descrita refere-se ao acompanhamento fisioterapêutico em paciente de 60 anos, do sexo feminino, com diagnóstico clínico de fibromialgia. A conduta de reabilitação foi realizada na Clínica Escola de uma Instituição de Ensino Superior pública, no período de setembro a dezembro do ano de 2012. Nas primeiras sessões o objetivo do tratamento era minimizar as principais queixas e desconfortos característicos da patologia. A paciente chegava ao serviço de fisioterapia relatando insônia, cansaço e



## **Congresso Internacional de Envelhecimento Humano**

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

principalmente fortes dores. A partir da realização de condutas analgésicas, manipulações fisioterapêuticas adequadas, com orientações de exercícios simples para o domicílio e o acesso às informações básicas para a prevenção da insônia, a paciente passou a chegar ao tratamento fisioterapêutico se sentindo cada vez melhor. Visivelmente, houve melhora no humor, a insônia passou a ser menos recorrente, as dores e o cansaço cada vez menos frequentes. Com a progressão e a adesão positiva da paciente ao tratamento, foi possível complementar a conduta reabilitadora com novas técnicas e exercícios que exigissem mais do condicionamento físico da mesma, dessa forma os sinais e sintomas da fibromialgia estavam progressivamente sendo minimizados e controlados. Nas últimas sessões a paciente apresentava satisfatória evolução, chegando ao atendimento com o mínimo de dor e bem disposta, relatando também que voltou a realizar certas atividades que antes lhe eram impossíveis. Com esta evolução alteramos o plano de tratamento e adicionamos exercícios proprioceptivos e de equilíbrio, visto que no processo natural do envelhecimento é normal a ocorrência de declínios nessas funções. Desta forma, foi realizada uma intervenção de caráter preventivo e de promoção a saúde, objetivando assim uma melhora na funcionalidade global do organismo, que será traduzido em uma maior eficiência nas realizações das atividades de vida diária, melhorando assim a qualidade de vida da paciente.

Palavras-Chave: Envelhecimento, Fibromialgia, Reabilitação