A partir da experiência de servidoras em grupo terapêutico, Prefeitura lança cartilha informativa sobre fibromialgia

Date : 16-08-2023

Participantes do grupo "Mulheres de Fibra" exibem as cartilhas sobre a fibromialgia

Na tarde desta quarta-feira (16), a Prefeitura Municipal lançou oficialmente uma cartilha informativa sobre a fibromialgia, síndrome que acomete principalmente as mulheres, causando sintomas como dor muscular generalizada, fadiga, falhas de memória e distúrbios de sono, além de uma série de outros problemas. Exemplares impressos da cartilha foram distribuídos durante a cerimônia de lançamento, que incluiu ainda uma palestra com o médico reumatologista Dimitri Ferreira.

Para ter acesso à versão digital da cartilha, basta clicar **neste link**.

Entre os participantes, estava o grupo terapêutico “Mulheres de Fibra: Diálogos, Estratégias e Intervenção no Contexto da Fibromialgia”, que reuniu 16 servidoras diagnosticadas com fibromialgia, sob a coordenação de psicólogos do Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast), setor vinculado à Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi).

A partir da troca de experiências entre as participantes, durante as reuniões do grupo terapêutico, entre maio e setembro de 2022, os facilitadores elaboraram o conteúdo que deu origem a um artigo, apresentado em junho no 23º Congresso de Stress da Associação Internacional de Gerenciamento de Estresse (Isma), e à cartilha lançada na tarde de hoje.

“Foi uma construção coletiva. Um trabalho feito a várias mãos. Elas puderam construir e fazer junto conosco”, afirmou a psicóloga Verbênia Ribeiro, uma das facilitadoras do “Mulheres de Fibra”.

Verbênia Ribeiro e Leila Lopes

Exemplares da cartilha

Edimário Freitas

Outra facilitadora, a também psicóloga Leila Lopes ressaltou a participação dos gestores do Governo Municipal no desenvolvimento do projeto. “Eles acreditaram na proposta do grupo terapêutico e nos deram a oportunidade de caminhar e mostrar o quanto essa temática é importante. Hoje, estamos com esse produto feito, para divulgar e falar sobre a síndrome da fibromialgia”, disse Leila.

Após o agradecimento, o secretário municipal de Gestão e Inovação, Edimário Freitas, afirmou que o apoio não seria uma novidade, dada a importância do tema tratado pelo grupo terapêutico e pela cartilha. “Nosso foco é o servidor. É buscar qualidade vida, cuidado e empatia. O servidor precisa estar bem para trabalhar”, garantiu o titular da Semgi.

Sheila compartilhou experiência pessoal com a fibromialgia

“Informação é importante”, diz prefeita

E, por falar em empatia, a prefeita Sheila Lemos deu seu testemunho pessoal ao abordar a importância do acolhimento aos servidores diagnosticados com a fibromialgia – afinal, ela própria compartilhou a informação de que é portadora da síndrome. “Eu tenho fibromialgia”, iniciou Sheila, relembrando que começou a sentir os sintomas há cerca de vinte anos. “Demorei muito para ter o diagnóstico, que só veio em 2017”, relatou.

A gestora disse que, desde então, convive com a fibromialgia, graças ao tratamento que envolve alimentação especial e atividades físicas. “Tenho uma vida relativamente normal. Consigo fazer tudo na medida do possível”, confidenciou Sheila, para quem a cartilha vai cumprir uma função importante: levar adiante as experiências compartilhadas durante as reuniões do grupo “Mulheres de Fibra”, assim como também contribuir para uma maior conscientização a respeito da fibromialgia.

“Se tem uma coisa que ajuda, e muito, é a informação. É um grande passo no tratamento. Fazendo com que as informações cheguem a todos os setores, vamos ter a compreensão de todos os colegas de trabalho. E, em casa, a mesma coisa”, afirmou a prefeita.

Neiva Oliveira

Dimitri Ferreira

Público incluiu integrantes do “Mulheres de Fibra”

“A gente dividia experiências”

A servidora Neiva Oliveira, que trabalha como secretária da Coordenação do Deserg, setor vinculado à Secretaria Municipal de Infraestrutura Urbana (Seinfra), foi diagnosticada há 14 anos, embora tenha começado a sentir os sintomas bem antes. “Desde os meus quatro anos, eu tinha dor e não sabia o porquê. Isso foi passando, passando, eu já tinha feito exames e ninguém descobria. Quando foi em 2009, tive o diagnóstico de fibromialgia”, relatou Neiva.

Segundo ela, a cartilha contribui para informar as pessoas sobre a síndrome e, com isso, evitar que as pessoas diagnosticadas sofram com a falta de compreensão de quem convive com elas. “Fica parecendo que você está mentindo, porque, aparentemente, você não tem nada. Não está machucada, não tem hematoma, não caiu, não levou uma surra. E você está com dor, e isso não tem explicação lógica”, disse a servidora, que reconhece ter tido compreensão por parte de sua chefia no Deserg.

Quanto à sua participação no grupo terapêutico “Mulheres de Fibra”, Neiva diz guardar boas impressões. “Foi ótimo, porque a gente dividia as experiências. A gente participou de muitas oficinas. Foi muito produtivo para cada uma de nós”, recordou.

Matéria relacionada:

Grupo para servidoras com fibromialgia é terceiro projeto da Prefeitura que irá a congresso internacional