

NOTA DE IMPRENSA

IPS testa com sucesso tratamento de fisioterapia em pessoas com fibromialgia Estudo no âmbito do projeto SHARE, financiado pela FCT, envolveu 96 voluntários

Setúbal, 21 de outubro de 2021 – Um estudo conduzido por investigadores do **Centro Interdisciplinar de Investigação Aplicada em Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal (CiiAS-IPS)** permitiu testar, com resultados muito positivos, os efeitos de um tratamento de fisioterapia em pessoas com fibromialgia, assente na prática de exercício físico específico em conjugação com sessões educativas em grupo para a autogestão desta doença.

A investigação, que arrancou em janeiro de 2020, integra o **projeto SHARE – Saúde e Humanidades Atuando em Rede, financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT)**, tendo-se prolongado até abril de 2021, envolvendo um total de **96 voluntários** com diagnóstico de fibromialgia.

“A capacidade de autogestão das condições clínicas de natureza crónica, como é o caso da fibromialgia, é atualmente um aspeto central na prestação de cuidados de saúde informados pela evidência científica e centrados nas pessoas”, lembra a **investigadora responsável, Carmen Caeiro**, explicando a premissa em que se baseou este estudo, que passou por duas fases.

Num primeiro momento, foi realizado um **ensaio controlado aleatorizado**, através do qual se pretendeu investigar os efeitos de um tratamento baseado em sessões de exercício físico e educação para a autogestão da fibromialgia (grupo experimental), comparativamente com os efeitos de um tratamento que incluiu apenas sessões de exercício físico (grupo de controlo). Posteriormente, foi efetuado um **estudo qualitativo** para aferir o contributo das sessões educativas, em particular para a capacidade de autogestão da condição clínica, com recurso a grupos focais para os quais foram convidados os participantes que haviam frequentado o grupo experimental, na primeira fase do estudo.

Numa análise preliminar, o que se pode concluir é que, **“em ambos os grupos, os resultados foram estaticamente significativos e clinicamente relevantes nas variáveis em estudo, o que significa que os participantes obtiveram melhorias, por exemplo ao nível da dor ou da sua capacidade funcional, que resultaram do tratamento implementado”**, informa a investigadora, sublinhando que “não se verificaram, até ao momento, diferenças significativas entre os grupos”.

No que toca à componente qualitativa do estudo, **“verificámos que as sessões educativas contribuíram, na perceção dos participantes, para a sua capacidade de gerir a doença”**, ao promoverem, por exemplo, uma aprendizagem sobre os fatores que influenciam a perceção da dor, a validação da experiência de viver com fibromialgia, “o que assume especial relevância num contexto de alguma descredibilização social da doença”, a reinterpretção da dor e da doença e também “o empoderamento para, de facto, gerir a doença no seu dia-a-dia”, adianta a docente da Escola Superior de Saúde (ESS/IPS).

O estudo efetuado e que sofreu um atraso na sua conclusão, em virtude da suspensão por seis meses dos tratamentos presenciais, dado o contexto pandémico, permitiu também realçar algumas características da abordagem clínica que, na perceção dos participantes, foram determinantes no sucesso do tratamento. São exemplos disso o “envolvimento ativo dos participantes nas sessões educativas, através da partilha das suas narrativas clínicas”, bem como o perfil do fisioterapeuta, “sendo a capacidade de personalização do tratamento e motivação para a realização de exercício físico os aspetos mais valorizados”, adianta Carmen Caeiro.

Recorde-se que a fibromialgia é uma síndrome que afeta perto de 200 mil pessoas em Portugal e que apresenta como principais sintomas a dor generalizada e a fadiga, sendo que, frequentemente, numa primeira linha, é tratada com recurso a fármacos, sem que previamente se explorem os potenciais benefícios das abordagens não farmacológicas.

Liderado pelo IPS, o estudo teve como parceiros a **Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa**, enquanto instituição proponente do projeto SHARE, a **MYOS - Associação Nacional Contra a Fibromialgia e Síndrome de Fadiga Crónica**, os **centros hospitalares de Setúbal (Unidade Multidisciplinar de Terapêutica da Dor)** e de **Lisboa Ocidental (Serviço de Reumatologia do Hospital Egas Moniz)** e o **CEDOC – Centro de Estudos de Doenças Crónicas, Faculdade de Ciências Médicas da Universidade de Lisboa**.

Estiveram envolvidos na aplicação do estudo uma fisioterapeuta bolsreira de investigação, quatro estudantes do mestrado em Fisioterapia em Condições Músculo-Esqueléticas e três estudantes da licenciatura em Fisioterapia.



Carla Ferreira

Gabinete de Imagem e Comunicação | Imprensa
T. +351 265 710 814 | Ext VoIP: 1900 | E. imprensa@ips.pt

Instituto Politécnico de Setúbal / EU³DRES² European University
Campus do IPS, Estefanilha | 2910-761 Setúbal, Portugal | www.ips.pt

EU³
DRES²

Engaged and Entrepreneurial European University as
Driver for European Smart and Sustainable Regions

Siga-nos nas redes sociais:



--

Sobre o IPS:

Há 40 anos a fazer um caminho consolidado no ensino superior público, o Instituto Politécnico de Setúbal (IPS) integra cinco Escolas Superiores – Escola Superior de Tecnologia de Setúbal, Escola Superior de Educação, Escola Superior de Ciências Empresariais, Escola Superior de Saúde (campus de Setúbal) e Escola Superior de Tecnologia do Barreiro (campus do Barreiro). Atualmente dispõe de uma vasta oferta formativa, entre cursos técnicos superiores profissionais, licenciaturas, pós-graduações e mestrados, que abarca importantes áreas do conhecimento: engenharias, tecnologias, ciências sociais, educação, desporto, ciências empresariais e saúde. A forte componente prática do ensino, bem como a formação em contexto de trabalho e o estímulo de competências nas áreas da inovação e do empreendedorismo, são traços distintivos do seu ADN. É considerada uma referência não só nas metodologias pedagógicas adotadas, com foco principal no estudante, como também na estreita ligação que mantém com as empresas e organizações da região. Destas duas grandes apostas resulta o seu desempenho no que toca à empregabilidade, com a segunda taxa mais elevada de todo o ensino politécnico (www.ips.pt).