

UTILIZAÇÃO DO INSTAGRAM® COMO ESTRATÉGIA PARA MOBILIZAÇÃO DE CONHECIMENTO CIENTÍFICO SOBRE FIBROMIALGIA

AURÉLIA DANDA SAMPAIO¹; EDA SCHWARTZ²; ALINE LUARA DANDA SAMPAIO ³JULIANA GRACIELA VESTENA ZILLMER⁴

¹Universidade Federal de Pelotas – aurelia.sampaio@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – edaschwa@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – luara.aline@outlook.com

⁴Universidade Federal de Pelotas - julianavzillmer@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A internet se consolidou como um marco tecnológico de relevância, passando por um contínuo processo de evolução impulsionado por diversas inovações. O desenvolvimento da tecnologia da informação resultou na criação de dispositivos, como computadores e smartphones, que desempenham um papel fundamental na facilitação da comunicação em escala global. Além de ser um canal para o compartilhamento de conhecimento, a internet permite uma troca recíproca de informações, em que os usuários não apenas acessam conteúdos, mas também colaboram na sua disseminação (SOUTO et al., 2022).

As redes sociais, como o Instagram, têm se mostrado uma ferramenta promissora para cientistas, proporcionando novas oportunidades de colaboração e divulgação de conhecimento científico. Estas plataformas possibilitam a conexão entre indivíduos e instituições com interesses compartilhados, além de ampliarem o acesso a públicos que estão fora do ambiente acadêmico tradicional, especialmente aqueles que têm pouco contato direto com a ciência. Apesar deste potencial de alcance, surgem também desafios importantes, como a disseminação de desinformação e o aumento do negacionismo científico, o que tem gerado preocupação (FRANCISCO JUNIOR; SANTOS, 2024).

Diante do apresentado, o Instagram pode ser considerado um espaço para mobilização do conhecimento científico sobre a fibromialgia. Esta é uma condição crônica, não inflamatória, com etiologia desconhecida, e que se manifesta por meio de dor generalizada no sistema musculoesquelético. A doença é mais prevalente em mulheres com idades entre 35 e 44 anos, ocorrendo tanto isoladamente quanto associada a outras patologias. A fibromialgia provoca alterações multifuncionais que impactam negativamente a qualidade de vida dos pacientes (RIBEIRO; BALZ, 2024).

Com o aumento expressivo de usuários no Instagram, torna-se importante investigar de que maneira esses recursos podem ser explorados para promover a educação em saúde e oferecer informações embasadas em evidências. A fibromialgia, uma condição que afeta inúmeras pessoas e que ainda é cercada por incertezas e desinformação, as redes sociais representam uma possibilidade para mobilizar o conhecimento, fornecer apoio e contribuir para a cuidado de si e melhoria da qualidade de vida.

A partir do exposto, este trabalho tem como objetivo descrever o impacto das postagens veiculadas pelo perfil @enf.fibro como estratégia de mobilização do conhecimento científico sobre fibromialgia a partir da experiência da pesquisadora, doutoranda, do Programa de Pós-graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Pelotas (UFPEl).

2. METODOLOGIA

Este trabalho apresenta um relato de experiência, uma metodologia de pesquisa qualitativa que foca na análise de narrativas pessoais conforme PATTON (2015), para descrever a criação e desenvolvimento da página @enf.fibro no Instagram®, lançada pela pesquisadora em outubro de 2023. O objetivo da página é divulgar informações científicas acessíveis sobre fibromialgia. O estudo abrange o período de agosto a setembro de 2024 e explora o perfil dos seguidores, o alcance das publicações e a interação com os usuários, utilizando dados fornecidos pela plataforma, como faixa etária, gênero, localização e métricas de engajamento (seguidores, compartilhamentos, curtidas, etc.). A análise dos dados utilizou estatística descritiva e, por envolver dados públicos, dispensou aprovação pelo CEP, conforme a Resolução CNS n.º 510/2016.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da análise do perfil dos seguidores da página disponibilizado pelo Instagram®, foi possível conhecer país de origem, faixa etária e gênero dos usuários. O perfil “@enf.fibro” possuía 41 100 seguidores ativos no momento das análises dos dados, 07 de setembro de 2024. Das principais localizações dos seguidores, o maior percentual, cerca de 96,7%, estão localizados no Brasil, 1% em Portugal, 1% Estados Unidos e 0,1% na Itália.

Em relação à faixa etária, o maior percentual atingido foi a faixa etária de 45 a 54 anos totalizando 33,3% dos seguidores. A faixa etária de 35 a 44 anos representa 30,5% dos seguidores. O número expressivo desses seguidores pode estar relacionado com o fato de que indivíduos de maior faixa etária (45 a 54 anos), tendem a enfrentar mais problemas de saúde decorrentes de condição crônica, como a fibromialgia, o que intensifica o interesse por informações relacionadas à condição (MENDES, 2012). Esse público, muitas vezes, busca ativamente estratégias para o manejo da dor e a melhoria da qualidade de vida, tornando-se, assim, um grupo relevante para páginas como @enf.fibro.

O gênero dos usuários que acompanham o perfil “@enf.fibro” se apresentou majoritariamente feminino, 91,6%, o que pode ser explicado pela predominância da fibromialgia no sexo feminino encontrado nos estudos (RIBEIRO; BALZ, 2024).

Dentre as postagens, a que obteve o maior engajamento com o perfil foi o *reels* “Dance! Não deixe a fibromialgia vencer você!” Com 209 mil curtidas, 2,9 mil comentários, 62 mil envios, 5,9 mil salvamentos e 27,853 novos seguidores, obtendo um alcance de 2.655,455 contas. Esta postagem foi realizada no dia 19 de março de 2024. Atividades prazerosas como a dança são altamente benéficas para pessoas com fibromialgia, ajudando a reduzir a dor, melhorar a qualidade de vida e diminuir a ansiedade. Além de promover o bem-estar físico, a dança favorece o autocontrole emocional e reduz o estresse. Modalidades como biodança e zumba também contribuem para a socialização, o que beneficia a saúde mental dos pacientes (MURILLO-GARCÍA *et al.*, 2018). A música alegre e a orientação de autocuidado de forma positiva podem ter contribuído significativamente para o resultado.

Seguida pela postagem “cicatrices invisíveis: a dor por trás das feridas da fibromialgia”, 14 mil curtidas, 603 comentários, 6,8 mil envios, 1,6 mil salvamentos e 2827 novos seguidores. Na sequência as duas publicações com maior engajamento falam sobre o cuidado espiritual: “O cuidado espiritual na fibromialgia” (138 mil curtidas, 380 comentários, 6,5 mil envios, 1,5 mil salvamentos e 1244

novos seguidores) e psicológico: “você é mulher e tem fibromialgia? Você precisa ouvir disso!” Uma publicação abordando os traumas psicológicos decorrentes de mulheres sobrecarregadas de responsabilidades decorrentes de traumas infantis como uma das possíveis causas das dores da fibromialgia obteve 10 mil curtidas, 399 comentários, 5,1 mil envios, 586 salvamentos e 2491 novos seguidores.

Pesquisas indicam que fatores emocionais e traumas, especialmente na infância, influenciam o desenvolvimento da fibromialgia. Eventos traumáticos, como abuso ou negligência emocional, estão associados à piora dos sintomas, como dor crônica e fadiga. O estresse emocional afeta o sistema nervoso, aumentando a sensibilidade à dor nesses pacientes. (FILIPPON, 2008). Traumas não resolvidos, como abandono e conflitos familiares, frequentemente causam tensões musculares persistentes. Esses fatores destacam a importância de tratamentos que incluam dimensões emocionais e espirituais, além da biológica. Abordagens como a terapia cognitivo-comportamental, mindfulness e práticas espirituais voltadas ao autoconhecimento são fundamentais para um cuidado integral. (ROQUE et al., 2024).

As publicações em formato de reels são utilizadas para o aumento do engajamento do perfil. Neste contexto, os mesmos foram utilizados para divulgação da maioria dos posts, com 92 publicações. A postagem com mais reproduções foi “cicatrices invisíveis: a dor por trás das feridas da fibromialgia”, com 329 mil reproduções, seguida por “você é mulher e tem fibromialgia? Você precisa ouvir falar disso!”, com 231 mil reproduções e “Cuidado espiritual na fibromialgia” com 197 mil reproduções. As ferramentas multimidiáticas disponíveis nas redes sociais favorecem a disseminação de informações, dados, anúncios e resultados de pesquisas, promovendo interatividade por meio de curtidas e compartilhamentos (CRUZ; PEREIRA, 2024). Nesse sentido, seu uso pode ser estratégico para alcançar um público maior, ampliando o número de seguidores, visualizações e interações, o que contribui significativamente para a propagação do conhecimento científico.

4. CONCLUSÕES

Neste estudo evidenciou-se que o perfil @enf.fibro, conseguiu alcançar um público amplo e diversificado, com destaque para mulheres entre 45 e 54 anos principal grupo afetado por essa condição. As publicações que trataram de temas como espiritualidade, bem-estar emocional e autocuidado obtiveram maior engajamento, sublinhando a relevância de uma abordagem holística no tratamento da fibromialgia. A significativa interação observada nas postagens reflete o impacto positivo do Instagram na mobilização do conhecimento científico em saúde sobre a fibromialgia.

Destaca-se o desafio de promover informações em saúde confiáveis, especialmente diante do crescente negacionismo científico. Neste sentido, o uso estratégico de ferramentas multimídia, como os reels, demonstrou ser uma solução eficaz tanto na divulgação de conteúdos educativos quanto no combate à desinformação, contribuindo para a mobilização do conhecimento científico acerca da fibromialgia e consequentemente poder influenciar no cuidado de si e na melhoria da qualidade de vida.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CRUZ, N. G. C. da; PEREIRA, Z. M.. Ciência no Instagram: Análise da Divulgação Científica no Universo dos Likes e Reels. **Cadernos Cajuína**, [s. l.], v. 9, n. 4, p. e249402, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.52641/cadcajv9i4.352>

FILIPPON, A.. **a Influência Do Trauma Infantil na fibromialgia em mulheres**. 2008. - Universidade Federal do Rio Grande do Sul, [s. l.], 2008. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/14036/000652920.pdf?sequence=1>

FRANCISCO JUNIOR, W. E.; SANTOS, M. K. S. dos. Ciência no mundo digital: o que nos diz o Instagram? **Ciência & Educação (Bauru)**, [s. l.], v. 30, 2024. Acessado em 10 set. 2024. Online. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1516-731320240002>

MENDES, E.V.. **O cuidado das condições crônicas na atenção primária à saúde: o imperativo da consolidação da estratégia da saúde da família**. [S. l.: s. n.], 2012.

MURILLO-GARCÍA, Á. et al. Effects of Dance on Pain in Patients with Fibromyalgia: A Systematic Review and Meta- Analysis. **Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine**, [s. l.], v. 2018, n. 1, 2018. Acessado em 10 set. 2024. Online. Disponível em: <https://doi.org/10.1155/2018/8709748>

PATTON, M. Q. Qualitative Research & Evaluation Methods: Integrating Theory and Practice. 4. ed. **Thousand Oaks: Sage Publications**, 2015.

RIBEIRO, G. N. B.; BALZ, M.. Qualidade de vida em pacientes com fibromialgia. **Revista foco**, [s. l.], v. 17, n. 3, p. e4615, 2024. Acessado em 10 set. 2024. Online. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v17n3-064>

ROQUE, E. C. A. et al. A espiritualidade como estratégia de controle da dor em pacientes com fibromialgia: uma revisão sistemática. **Revista foco**, [s. l.], v. 17, n. 4, p. e4991, 2024. Acessado em 10 set. 2024. Online. Disponível em: <https://doi.org/10.54751/revistafoco.v17n4-158>

SOUTO, L. P.. et al. Utilização do Instagram® como estratégia para disseminação de conhecimento acerca da ciência dos alimentos. **Revista ELO – Diálogos em Extensão**, [s. l.], v. 11, 2022. Acessado em 10 set. 2024. Online. Disponível em: <https://doi.org/10.21284/elo.v11i.14693>