

PROJETO ESCUTAÇÃO: A ESCUTA DE MULHERES QUE VIVENCIAM A FIBROMIALGIA

AMANDA BRAGA PEREIRA¹; CAROLINA BARTZ RUSSO²; CAROLINA RASCH DE AVILA ²; YASMIN BASSO ²; ISABEL CRISTINA DE OLIVEIRA ARRIEIRA³

¹Universidade Católica de Pelotas– amanda.pereira@sou.ucpel.edu.br

²Universidade Católica de Pelotas – carolina.russo@sou.ucpel.edu.br;
carolina.rasch@sou.ucpel.edu.br; yasmin.basso@sou.ucpel.edu.br

³Universidade Católica de Pelotas – isabel.arrieira@ucpel.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A escuta apresenta-se como uma estratégia de comunicação essencial para a compreensão do outro, pois representa uma atitude positiva de calor, interesse e respeito, sendo, assim, terapêutica (MESQUITA; CARVALHO, 2014). Pensando nisso, foi desenvolvido o Projeto de Extensão EscutAção, na Universidade Católica de Pelotas, com o objetivo de acolher pacientes e familiares por meio da escuta ativa, além de estimular futuros profissionais da área da saúde a desenvolverem um olhar mais sensível e humano para com seus pacientes.

A Fibromialgia (FM) é uma doença crônica de etiologia incerta que tem como principais características a presença de dor musculoesquelética generalizada, fadiga e problemas de sono. A dor associada à FM gera impactos significativos a longo prazo, prejudicando a memória e as relações sociais, além de reduzir significativamente a qualidade de vida. Também devido aos seus sintomas e às dificuldades no diagnóstico, pacientes com FM frequentemente vivenciam sentimentos de desesperança frente à incurabilidade da doença, apresentando maiores riscos de ideação e tentativas de suicídio, quando comparados à população em geral (OLIVEIRA; MONTEIRO; LISBOA, 2025).

A análise dos paralelos permitiu identificar a relevância da escuta qualificada de indivíduos diagnosticados com fibromialgia — sobretudo mulheres — diante da complexidade que caracteriza essa doença. Episódios de dor crônica, depressão e baixa funcionalidade parecem afetar os relacionamentos interpessoais (incluindo conjugais) e a atividade laboral. Mulheres com FM enfrentam ceticismo e tratamento inadequado de profissionais médicos, familiares e amigos, principalmente se sua deficiência não for visível, agravando ainda mais o sofrimento físico e emocional. Assim, essas pacientes podem apresentar alterações no comportamento pró-social ou na percepção de apoio social (FREITAS; ANDRADE, 2017). Devido a alta prevalência da fibromialgia no

gênero feminino, pode-se destacar a hipótese citada por COSTA; FERREIRA (2023) de que homens e mulheres têm diferentes percepções e experiências de dor e que essas particularidades podem levar a concepções errôneas e subdiagnóstico de fibromialgia em homens. As mulheres apresentam menor limiar de dor do que os homens e procuram os serviços de saúde com mais frequência. Além disso, quando comparados às mulheres, os homens têm menor probabilidade de identificar sintomas e, portanto, de serem diagnosticados adequadamente com fibromialgia.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência como objetivo de compartilhar as vivências dos extensionistas do Projeto de Extensão Escutação baseado nas atividades desenvolvidas de caráter interdisciplinar. Os extensionistas do projeto realizam escutas terapêuticas com usuários do Sistema Único de Saúde (SUS) em locais específicos, como o Campus da Saúde da UCPEL, o Centro Regional de Referência em Cuidados Paliativos da UFPEL e o Centro de Extensão em Atenção à Terceira Idade da UCPEL.

A escuta ativa ocorre de forma flexível e singular, com as usuárias durante a espera dos atendimentos, nos locais acima citados. Se dão sem tempo pré-determinado, exigindo apenas a disposição mútua dos envolvidos. Para acompanhar o número de escutas realizadas, os estudantes fazem registros em um instrumento de avaliação, além de elaborar um relato sobre cada escuta realizada. Semanalmente são realizadas reuniões presenciais, nas quais os participantes compartilham suas experiências de escuta e recebem orientações das professoras responsáveis pelo projeto.

3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS

O projeto, criado em 2024, é composto por estudantes da área da saúde, como dos cursos de Psicologia e Medicina, e utiliza a escuta ativa como ferramenta de sensibilização e suporte a indivíduos em diferentes contextos da atenção à saúde. As ações têm como objetivo acolher as demandas e cuidar de pessoas acometidas por doenças que ameaçam suas trajetórias de vida, acompanhando-as desde o momento do diagnóstico até o fim de suas vidas.

Durante as escutas realizadas foram identificadas inúmeras usuárias com o diagnóstico de Fibromialgia, as quais expressaram estar nestes locais em busca de alívio aos sintomas físicos. Também expressaram sentimentos intensos de desesperança e desamparo, frequentemente agravados pela estigmatização e pela incompreensão da doença, fatores recorrentes entre pacientes em cuidados paliativos, conforme relatado nas escutas.

Logo, a partir da escuta, foi possível dar voz a essas mulheres, criando um espaço seguro onde pudessem expressar suas frustrações, angústias e dores, considerando o peso que recai constantemente sobre a figura feminina na sociedade contemporânea. Esse cenário torna-se ainda mais desafiador quando se trata de mulheres com fibromialgia, que, além de lidarem com os sintomas dolorosos e debilitantes da doença, muitas vezes enfrentam as chamadas “jornadas quádruplas”. Isso significa acumular responsabilidades como a chefia da família, múltiplos empregos, cuidados domésticos e a sobrecarga emocional, resultando em um ciclo de exaustão física e psicológica agravado pela ausência de apoio adequado.

4. CONSIDERAÇÕES

Observa-se que a escuta realizada pelas extensionistas do projeto de extensão EscutAção mostrou-se como uma estratégia de cuidado potente, na qual as mulheres com o diagnóstico de fibromialgia, expressaram gratidão e alívio emocional ao final da escuta. Portanto, o Projeto EscutAção retrata a fundamentalidade da escuta e amparo necessários em momentos de vulnerabilidade, principalmente no caso de mulheres que experimentam a dor física e os sintomas emocionais em seus cotidianos.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

MESQUITA, AC; CARVALHO, EC DE .. A Escuta Terapêutica como estratégia de intervenção em saúde: uma

revisão integrativa. Revista da Escola de Enfermagem da USP , v. 6, pág. 1127–1136, dez. 2014.

OLIVEIRA, L.; MONTEIRO, É. A. B.; LISBOA, W.. Percepção de pacientes com fibromialgia sobre diagnóstico, convívio e impacto psicológico da doença. BrJP, v. 8,

p. e20250031, 2025.

COSTA, L. P.; FERREIRA, M. DE A.. FIBROMYALGIA FROM THE GENDER PERSPECTIVE: TRIGGERING, CLINICAL PRESENTATION AND COPING. Texto & Contexto - Enfermagem, v. 32, p. e20220299, 2023.

FREITAS, RP de A, ANDRADE SC de, SPYRIDES MHC, MICUSSI MTABC, SOUSA MBC de. Impactos do apoio social nos sintomas de mulheres brasileiras com fibromialgia. Rev Bras Reumatol [Internet]. 2017 maio;57(3):197–203. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.rbre.2016.07.001>