

A influência da atividade física na qualidade de vida de mulheres portadoras de síndrome de fibromialgia

Joel Luiz Souza Oliveira

Resumo

A síndrome da fibromialgia é uma doença crônica, sem cura, caracterizada por dores musculares generalizada pelo corpo. Sabe-se que seus principais sintomas são fadiga muscular, estresse, insônia, mau humor, e muita dor muscular, fatores que interfere diretamente na qualidade de vida dos sujeitos. No entanto, a atividade física pode contribuir para amenizar as dores e melhorar a qualidade de vidas dos sujeitos portadores dessa doença. Desta forma, o objetivo geral desta pesquisa é identificar a influência da atividade física na qualidade de vida de mulheres portadoras de fibromialgia e como objetivos específicos analisar mulheres acima de quarenta anos com sensibilidade e dores musculares, avaliando a qualidade de vida e o nível de sedentarismo, estresse, problema de insônia e mau humor. Acreditamos que essa pesquisa pode contribuir para descobrir a melhor forma de prevenção da doença e ajudar a melhor forma de prevenção da doença e ajudar a melhorar a qualidade de vida da população com fibromialgia. Esse estudo, tem o caráter de pesquisa qualitativa, revisão bibliográfica em portais da scielo, capes e google acadêmico com abrangências temporal dos estudos definidas entre os anos de 2006 e 2012, serão selecionados artigos, revistas, teses e livros. Esta pesquisa encontra-se na fase de projeto, por esse motivo ainda não apresenta resultados e conclusões.

Palavras chaves: atividade física, qualidade de vida, síndrome de fibromialgia.