

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS
CAMPUS JATAÍ
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**BENEFÍCIOS DOS EXERCÍCIOS FÍSICOS PARA PESSOAS COM
FIBROMIALGIA**

**MARIA BETHÂNIA LEITE MORAES REZENDE
ORIENTADORA: PROF^a. MSC. ANA LÚCIA REZENDE SOUZA.**

RESUMO

Esta pesquisa foi realizada com a intenção de verificar os benefícios dos exercícios físicos para as pessoas com fibromialgia. O interesse surgiu pelo fato de ter casos de fibromiálgicos na família, mas principalmente para orientar os profissionais da área de educação física que trabalham ou que possam vir a trabalhar com esse público. Este trabalho tem características de uma pesquisa qualitativa descritiva, onde poderá perceber a utilização de fontes bibliográfica durante toda a pesquisa e também a pesquisa de campo, a qual nos permitiu o recolhimento de dados através da utilização da entrevista semi-estruturada e de um questionário respondido por email através de um de nossos sujeitos. Tivemos como sujeitos pessoas que estão diretamente ligadas com a fibromialgia sendo eles: pessoas que são diagnosticadas com essa síndrome, professores de educação física (formados ou não) que tem fibromiálgicos como alunos e um médico especialista no assunto. Esses sujeitos foram selecionados com o intuito de enriquecer nosso trabalho através de sua participação na pesquisa de campo. Algo notório nesta pesquisa foi que todos nossos sujeitos fibromiálgicos são do sexo feminino. Pudemos observar com este trabalho que exercícios físicos são benéficos para amenizar os sintomas da fibromialgia se forem bem ministrados e acompanhados pelos seus devidos profissionais. Percebemos ainda que promove bem estar e qualidade de vida nas pessoas que o praticam.