

2014-03-07 19:32:33

<http://justnews.pt/noticias/setubal-disponibiliza-fisioterapia-para-pessoas-com-fibromialgia-dor-cervical-cronica-e-avc>

## **Setúbal disponibiliza fisioterapia para pessoas com fibromialgia, dor cervical crónica e AVC**

Dia 17 de março tem início, na Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Setúbal (ESS/IPS), a 2ª edição dos Programas de Sessões de Fisioterapia, dirigida a pessoas com fibromialgia, dor cervical crónica, e em situação de pós-AVC. As sessões são dirigidas a toda a comunidade e totalmente gratuitas, sendo organizadas por estudantes de 4º ano da Licenciatura em Fisioterapia.

Os programas surgiram no âmbito da Unidade Curricular de Trabalho de Projeto I, do 4º ano da Licenciatura em Fisioterapia, possibilitando aos estudantes o contacto com a sua futura realidade profissional, através da intervenção junto da comunidade local, dando, igualmente, resposta às necessidades da região na área da saúde, em especial nas patologias como a fibromialgia, AVC (Acidente Vascular Cerebral) e dor crónica cervical crónica.

As diferentes atividades das sessões são dinamizadas pelos estudantes, sempre com a supervisão dos docentes do Departamento de Fisioterapia da ESS/IPS. Ambas iniciativas dispõem de "componentes de exercício físico, que visam a melhoria da mobilidade, flexibilidade, funcionalidade e o fortalecimento muscular, e de componentes educativas/formativas com o objetivo de facultar conhecimentos, estratégias e ferramentas aos pacientes, para que possam gerir melhor e autonomamente o seu quotidiano e a sua saúde".

A organização pretende também que "os participantes alterem o seu estilo de vida, conheçam aprofundadamente a sua condição clínica, tomem decisões mais informadas, sejam mais ativos e que se reintegrem, mais facilmente, na comunidade, dispondo de melhor qualidade de vida".

### Calendários das ações:

- de 17 de março a 9 de maio, para pessoas com fibromialgia
- de 17 de março a 24 de abril, para pessoas com dor cervical crónica e do Programa Viva Mais
- de 17 março a 8 de Maio, pessoas em situação de pós-AVC

Mais informações e inscrições em: [www.ess.ips.pt](http://www.ess.ips.pt)