**EIXO TEMÁTICO:** Biotecnologia, Inovação e Saúde.

**FATORES QUE AGRAVAM A FIBROMIALGIA PÓS-MENOPAUSA: REVISÃO DE LITERATURA**

MONTEIRO, M. S.1; MOURA. B.C1;PIRES, S. B.1; CAMARGO, L.L.1; MARTINS, J.V.P.1; SANTOS, M.C.C1 ; KUR, C. B.1 ;SANTOS, A.L.M1.; SILVA, J.C.D.2

1 Centro Universitário Cesmac; Discente do Curso de Medicina

2 Centro Universitário Cesmac, Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas; Docente do Curso de Medicina

E-mail do apresentador: beatrizmedcesmac@gmail.com

**Introdução:** A fibromialgia é uma síndrome dolorosa crônica que atinge, principalmente, mulheres entre 30 e 50 anos. Ela é mais prevalente após o início da menopausa, quando os sinais e sintomas da doença são intensificados. A presença dessa enfermidade está relacionada com dores difusas, fadiga, sono não reparador, transtorno de humor e sedentarismo. Além disso, a neuroquímica do sistema nervoso pode estar alterada, apresentando baixos níveis de neurotransmissores como a serotonina e a encefalina. **Objetivo:** Determinar quais fatores agravam a fibromialgia em mulheres no período pós-menopausa. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão de literatura, no período entre 2008 a 2019, de artigos disponíveis na plataforma PubMed, através de pesquisa utilizando os descritores: Fibromyalgia; postmenopausal, associados ao operador booleano AND. Foram encontrados 48 resultados. Baseado na leitura dos títulos e resumos, quatro artigos foram selecionados para leitura integral. Foram excluídos os artigos que não tinham relação com o tema. **Resultados:** De acordo com a pesquisa, fatores como sedentarismo, estresse crônico, obesidade ou sobrepeso e alimentação inadequada aumentaram a disfunção muscular e dependência pessoal, além de reduzir a qualidade de vida das mulheres pós-menopausa acometidas por fibromialgia, por agravarem os efeitos da síndrome. O equilíbrio de uma alimentação saudável é capaz de reduzir o *status* de obesidade e os treinos de força e resistência são necessários nessas mulheres visando o fortalecimento da musculatura e diminuição dos sintomas. **Conclusão:** Mulheres pós-menopausa são mais propensas a desenvolver fibromialgia com sintomas intensificados. Além disso, há fatores que agravam ainda mais essa síndrome dolorosa, tais como o sedentarismo e o estresse crônico. Sendo assim, faz-se necessário um acompanhamento cuidadoso dessas pacientes, o incentivo a prática de exercícios aeróbicos e de força e uma dieta equilibrada visando a diminuição dos sintomas e a melhora na qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE:Fibromialgia; Pós-menopausa; neurotransmissor; dor.