



PREFEITURA MUNICIPAL DE UBÁ

Secretaria Municipal de Saúde

Av. Quintino Poggiali, 210 - Waldemar de Castro – Centro – Ubá/MG

assessoriagabinete.sms@uba.mg.gov.br – Telefone: 32-3301-2525

OFÍCIO SMS/GAB.SEC. nº 51/24

Ubá, 10 de Maio de 2024

Ilmo. Senhor

José Roberto Filgueiras

Presidente da Câmara Municipal de Ubá

Senhor Presidente,

Em resposta ao Ofício 76/24, que encaminha o Requerimento 143/2024, a Secretaria de Saúde agradece o envio e informa que quanto às atividades de fibromialgia desenvolvidas no município, primeiramente é necessário salientar que as evidências mais atuais mostram que o tratamento da doença inclui diversos aspectos, tais como farmacológicos (tanto para dor, quanto para problemas associados, como ansiedade e depressão), hábitos e estilo de vida, qualidade do sono, educação em dor, entre outros. A doença não tem cura e o objetivo do tratamento é aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida do indivíduo.

De acordo com a Sociedade Brasileira de Reumatologia, o principal tratamento da fibromialgia é não-medicamentoso, ou seja, os cuidados do paciente consigo mesmo são mais importantes do que as medicações, embora estas também tenham seu papel na diminuição da dor, melhora do sono e da disposição do paciente com fibromialgia, para permitir a prática de exercícios físicos. O principal tratamento da fibromialgia é o exercício aeróbico, aquele que mexe o corpo todo e acelera os batimentos cardíacos. Essa parece ser a melhor maneira de reverter a sensibilidade aumentada à dor na fibromialgia. Além disso, é importante entender sobre a doença (educação) e em alguns casos a terapia psicológica pode ser útil, principalmente para aprender a lidar com a dor crônica no dia a dia.

Diante disso, informamos que o Município de Ubá oferta a prática de atividade física, com acompanhamento de Profissionais de Educação Física devidamente qualificados, em vários pontos da cidade, a fim de garantir o acesso da população a esse serviço além de acompanhamento médico e psicológico quando necessário.



PREFEITURA MUNICIPAL DE UBÁ

Secretaria Municipal de Saúde

Av. Quintino Poggiali, 210 - Waldemar de Castro – Centro – Ubá/MG

assessoriagabinete.sms@uba.mg.gov.br – Telefone: 32-3301-2525

Horários de atividades físicas disponibilizadas:

São João 7h às 7:50h (segunda, terça e quinta no Cras São João, e quarta no posto de saúde)

Praça Guido 8h às 8:50h (segunda a quinta lateral do conselho tutelar)

Cras Agroceres 9h às 9:50h (segunda e terça no cras Agroceres; quarta e quinta no salão comunitário do Agroceres)

Tanquinho na quadra da escola 7:00h às 7:45h (segunda, quarta e sexta alongamento; terça e quinta alunos da escola)

Cibraci na quadra 8:00h às 8:45h (segunda, quarta e sexta alongamento; terça e quinta alunos do AMA)

Barrinha na praça 9:30h às 10:15h (segunda, quarta e sexta alongamento)

Praça Getúlio Vargas 07:00h (segunda à sexta)

PSF Cohab 08:00h (segunda à sexta)

PSF Pires da Luz 09:00h (segunda à sexta)

PSF Santa Edwiges 10:00h (segunda à sexta)

Colônia 7:00h (segunda à sexta)

PSF São Domingos 8:30h às 9:25 h (segunda, terça e quinta)

DER 9:30h às 10:30h (segunda à quinta)

Praça da Academia de Saúde do Eldorado 8h (segunda à sexta)

Praça da Academia de Saúde do Eldorado 9h (segunda à sexta)

Diamante 6:45h (segunda, quinta e sexta)

Palmeiras 8:10h (segunda, quinta e sexta)

Peluso 9:10 h (segunda, quinta e sexta)

Peluso 7:00h (terça e quarta)

Industrial campo 7:00 h (segunda, quinta e sexta alongamento)

PSF Ponte Preta 7:00h (quarta alongamento)

PSF Ponte Preta 8:00h (segunda e sexta alongamento)

PSF Schiavon 9:00h (segunda e quinta alongamento)

PSF Schiavon 8:00h (terça alongamento)





PREFEITURA MUNICIPAL DE UBÁ

Secretaria Municipal de Saúde

Av. Quintino Poggiali, 210 - Waldemar de Castro – Centro – Ubá/MG

assessoriagabinete.sms@uba.mg.gov.br – Telefone: 32-3301-2525

Salão Comunitário São José 8:00h (quarta e quinta alongamento)

Salão Comunitário São José 7:00h (terça alongamento)

Quadra Vila Casal 9:00h (quarta futsal)

Quadra Peluso 16:00h (sexta futsal)

Horários do grupo de fisioterapia de gonartrose disponibilizado:

PSF Santa Edwiges 8:00h às 9:00h (terça e quinta)

Horários do grupo de fisioterapia para tratamento de sintomas da coluna disponibilizado:

PSF Santa Edwiges 9:00h às 10:00h (terça e quinta)

Horários do grupo de fisioterapia para patologias do ombro disponibilizado:

PSF Santa Edwiges 7:00h às 8:00h (terça e quinta) - Irá iniciar

PSF São José 13:15h (terça e quinta)

PSF São José 14:15h (terça e quinta)

OBS: Os grupos de fisioterapia funcionam com a indicação do Controle e Avaliação dos pacientes na lista de espera da fisioterapia.

Colocamo-nos à disposição, momento que subscrevemos com votos de estima e apreço.

Atenciosamente,

Ricardo Antônio do Nascimento

Secretário Municipal de Saúde

