



Bela Adormecida x Corujinha - Compartilhando a AR

Muitos de vocês já passaram por isso, não conseguem dormir de jeito nenhum ou então “dormem mais que a cama” e acordam exaustos. Já passei pelas duas fases, elas sempre fazem revezamento comigo. Na fase da insônia é quando estou em crise da AR, dói tudo e não tenho posição para dormir, só consigo cochilar, se eu durmo 3 horas por dia é muito nesse período, sem contar que fico inquieta na cama rolando de um lado para o outro, nessas horas meu companheiro sofre pois eu fico gemendo de dor a todo instante durante a noite e ele preocupado também não dorme.

Quando a doença dá uma trégua, aí a fadiga entra em ação!

Durmo muito bem, e até demais, acordo mas fico sem ânimo para fazer nada, e quando vou realizar alguma tarefa, logo já canso e tenho que parar, é nesse tempo que o sono toma conta e sou obrigada a deitar, pois os olhos chegam a pesar como se eu não tivesse dormido a noite toda. É uma sensação estranha, parece que eu não estou nesse planeta e a falta de atenção toma conta da minha cabeça.

Mas essa fase também passa e eu finalmente entro em equilíbrio e tudo fica bem, mas sempre acontece nessa ordem. E vocês? Qual o status atualmente?

- () Bela Adormecida
- () Corujinha

Texto por Dayane Ferreira de Melo – [Compartilhando a AR](#)

[Read More](#)
