



Fibromialgia, uma doença de difícil diagnóstico

Fibromialgia é uma doença polêmica em nossa sociedade. Estima-se que até 5% da população mundial seja acometida por esta patologia, principalmente as mulheres em torno de 40-50 anos.

Etimologicamente, seu nome significa dor das fibras musculares. Pacientes apresentam dor generalizada com duração maior que 3 meses, e muitas vezes apresentam outros sintomas como insônia, fadiga, rigidez matinal, depressão e ansiedade.

Infelizmente, a causa desta doença ainda é desconhecida e pode ser desencadeada por um processo infeccioso ou até mesmo um trauma físico ou emocional.

Segundo o Dr. Marcus Yu Bin Pai, médico colaborador do Grupo de Dor do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da USP, entre as muitas teorias existentes, uma das mais difundidas é em relação a alteração na concentração de certos tipos de substâncias neuroquímicas destes pacientes, embora ainda não existam evidências concretas estabelecidas.

Além destes sintomas, o profissional deve realizar uma história médica e exame físico adequados, a fim de descartar e excluir outras doenças diferentes que podem causar sintomas semelhantes.

No entanto, na maioria dos casos, não são achados alterações em exames laboratoriais ou de imagem, ou seja, eles estão dentro dos limites normais.

É por esta razão que muitas vezes os pacientes com fibromialgia são criticados. Em muitos casos, estas pessoas sofrem e vivem com a dor incapacitante, sendo rotuladas como mentirosas ou com doenças imaginárias, podendo resultar em exclusão social, não somente pelos profissionais de saúde, mas também por seus próprios colegas de trabalho, amigos e família.

Como combater a fibromialgia?

O tratamento desta doença deve incluir a abordagem farmacológica baseada em analgésicos, evitando na medida do possível, utilização prolongada utilização de medicamentos opióides, benzodiazepínicos e anti-inflamatórios.

Exercício é igualmente essencial, como por exemplo atividades aeróbias de baixa intensidade, como ioga

ou Tai Chi, pelo menos 2 vezes por semana.

Além disso, terapias psicológicas também são recomendadas, como a cognitivo-comportamental, em que se trabalha reforços positivos, e estratégias diferentes de enfrentamento, além de resolução de problemas.

A acupuntura pode ser uma alternativa importante no tratamento da dor e sintomas associados da fibromialgia. Segundo o Dr. Marcus, novas pesquisas vêm demonstrando que a acupuntura, por liberar neurotransmissores e analgésicos endógenos, pode resultar na melhora da dor, fadiga e insônia da fibromialgia.

Evolução da doença: não é degenerativa e pode variar no tempo

Mesmo com tratamento adequado da doença, a evolução natural desta entidade tende a ser em direção a persistência dos sintomas de forma crônica ou indefinido, sendo incomum remissão e desaparecimento completo deles.

Apesar disso, os sintomas podem piorar gradualmente, com flutuações do nível de intensidade dos mesmos, apresentando períodos de melhora e piora (frequentemente associados com o humor do paciente), podendo piorar após eventos estressantes que aumentam a tensão emocional.

Assim, é importante o acompanhamento médico contínuo, para que o paciente possa obter a melhor qualidade de vida e funcionalidade.

Fonte: [Noticias Terra](#)

[Read More](#)
