

MIALGIA

DORmir

X

FIBROMIALGIA



DORmir X Fibromialgia

Cerca de 75% dos pacientes com fibromialgia relatam alterações do sono, particularmente o sono não-restaurador, ou seja, a noite de sono não tem o efeito reparador esperado, ocorrendo justamente o inverso, o paciente acorda mais cansado do que ao deitar.

O padrão do sono é referido muitas vezes pelos pacientes como um estado de vigília, ou como um sono superficial, durante o qual ocorrem despertares frequentes, provocados por estímulos leves. Os estudos de polissonografia em indivíduos fibromiálgicos demonstram a privação das fases profundas do sono não-REM (estágios 3 e 4), responsáveis pelo efeito reparador do sono.

Os distúrbios do sono perpetuam os sintomas da doença, com piora da dor, fadiga e irritabilidade. Desse modo, as intervenções destinadas a melhorar a qualidade do sono podem ajudar a melhorar a saúde e qualidade de vida para pacientes com fibromialgia.

#dravivianemachicado #fibromialgia #fibromyalgia #sono #reumatologia #artrite reumatoide #lupus #espondilite anquilosante

#REPOST @dravivianemachicado

[Read More](#)
