



## Fibromialgia: Uma doença mal compreendida

A fibromialgia é uma doença caracterizada por dor musculoesquelética crônica generalizada, que afeta 2 a 5% da população adulta a nível mundial

A fibromialgia atinge predominantemente mulheres entre os 20 e 50 anos, podendo, no entanto, ocorrer em homens e, inclusive, ter início na infância/adolescência. Apesar de a sua causa não estar totalmente esclarecida, pensa-se que seja multifatorial, englobando mecanismos genéticos, imunológicos, neurológicos, psicossociais e ambientais, entre outros.

Para além da dor generalizada, associam-se frequentemente outros sintomas como: rigidez matinal, sensação de formigamento, fadiga, alterações do sono, problemas de memória e concentração. A presença e a intensidade dos sintomas são flutuantes, com períodos mais agudos e melhoria, sendo, no entanto, rara a remissão. Cerca de 45% dos doentes com fibromialgia apresentam outras doenças reumáticas e uma doença psiquiátrica, como ansiedade e depressão, em 30 a 60% dos casos. Estes doentes podem também apresentar sintomas compatíveis com síndrome do intestino irritável, enxaqueca ou cefaleia de tensão.

A fibromialgia é um diagnóstico clínico de exclusão, feito através da avaliação dos sintomas e exame físico realizados por um médico. É importante realçar que não há nenhum teste específico para a doença; no entanto são frequentemente pedidos exames para excluir outras doenças que possam provocar sintomas semelhantes.

Apesar de não haver tratamento específico, há várias modalidades terapêuticas farmacológicas e não farmacológicas disponíveis. Os medicamentos usados para ajudar a controlar os sintomas incluem analgésicos, relaxantes musculares, antidepressivos e ansiolíticos. O tratamento não medicamentoso aprovado inclui educação do doente, terapia cognitivo-comportamental e exercício físico, como hidroginástica, Yoga, Tai-Chi e Pilates. Apesar da escassez de estudos que demonstrem evidência da eficácia das terapias alternativas e complementares como acupuntura e técnicas de relaxamento, alguns doentes obtêm benefício.

A fibromialgia não deforma as articulações, não atinge os órgãos internos, e não se associa a maior mortalidade, mas é uma doença estigmatizada pela sociedade e uma importante causa de perda de qualidade de vida e incapacidade, principalmente para as atividades de vida diárias e para o trabalho.



Francisca da Rocha Aguiar

Médica Especialista em Reumatologia e Subespecialista em Reumatologia Pediátrica

Consulta externa de Reumatologia da Santa Casa da Misericórdia do Marco de Canaveses

Unidade de Reumatologia Pediátrica e do Adulto Jovem do Centro Hospitalar Universitário São João

Fonte: [Jornal A Verdade](#).

[Read More](#)

---