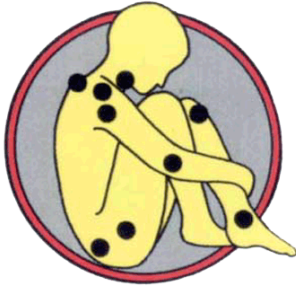


FIBROMIALGIA



- **O que é?**

Dor muscular e fadiga – cansaço - localizados em determinados pontos do corpo, principalmente pescoço, coluna, ombros e quadril.

- **Quem é acometido?**

Ocorre, principalmente, nas mulheres em idade fértil.

- **Qual é a causa?**

A causa ainda é desconhecida, porém existem algumas teorias para sua etiologia.

A Fibromialgia pode ser causada:

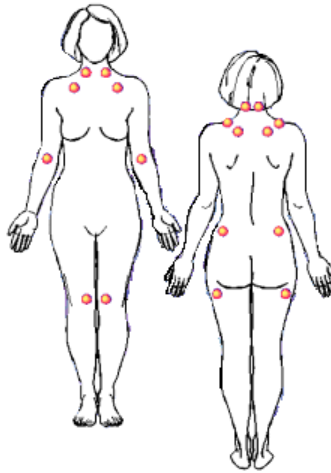
1. Por um vírus ou outra infecção;
2. Por uma lesão no Sistema Nervoso Central;
3. Por uma alteração no metabolismo do músculo, diminuindo o fluxo de sangue, tornando-os cansados e fracos;
4. Por alterações hormonais, visto que as mulheres são mais acometidas que os homens;
5. Pela ligação da Fibromialgia com a Doença de Lyme.

- **Quais são os sintomas e como é feito o diagnóstico?**

O diagnóstico é difícil de ser realizado devido a pouca especificidade e similaridade dos sintomas a outras doenças mais comuns.

A presença de dor contínua por mais de três meses associada em pelo menos 11 dos 18 pontos de tensão do corpo pode ser utilizada como critério para o diagnóstico da

Fibromialgia. Algumas pessoas podem apresentar distúrbios do sono, irritabilidade e ansiedade.



- **Quando procurar um médico?**

Caso você apresente sintomas semelhantes aos descritos, procure o seu médico para que ele possa encaminhá-lo para um Ortopedista.

- **Qual o tratamento?**

O Ortopedista poderá prescrever diferentes tipos de tratamentos. Em associação aos medicamentos, ele pode indicar a realização de:

1. Exercícios físicos;
2. Fisioterapia;
3. Exercícios aeróbicos para tornar os músculos mais fortes e com menos dor;
4. Massagens para o alívio da dor;
5. Antidepressivos para melhorar o humor, o sono e ajudar a relaxar;
6. Técnicas de relaxamento;
7. Acupuntura para o alívio da dor;
8. Terapias de grupo para acalmar e relaxar.