



Fibromialgia

CONSULTA DE PSICOLOGIA—SERVIÇO DE NUTRIÇÃO E ACTIVIDADE FÍSICA

Muitos pacientes têm dificuldade em localizar a dor. É comum o agravamento pelo frio, humidade, mudança climática, tensão emocional ou esforço físico.

Sintomas:

Dor — muscular profunda, com queimação, pontadas ou marteladas. A intensidade é pior durante a manhã e pode doer mais em grupos musculares usados repetidamente;

Alterações do sono — sono não reparador;

Ausência de restauração de energia;

Cansaço (logo pela manhã);

Fadiga (sensação de exaustão fácil, dificuldade na realização de tarefas laborais ou domésticas);

Rigidez matinal;

Síndrome das pernas agitadas - envolve parestesias (“formigueiros”) e agitação nas pernas, que melhoram com a caminhada;

Sensação de “inchaço” (particularmente nas mãos);

Dores de cabeça crônicas — cefaleias recorrentes e enxaquecas, verificadas em aproximadamente 50% dos pacientes;

Hipotensão neuralmente mediada, caracterizada pela diminuição da pressão arterial e dos batimentos cardíacos em consequência da redução de sangue venoso no ventrículo direito.

Manifesta-se por fadiga severa após exercícios, permanência de pé por muito tempo, ou como respostas ao *stress*. Pode provocar náuseas e tonturas.

Tontura;

Dor torácica;

Palpitação;

Síndrome do cólon irritável — promove constipação, diarreia, dores abdominais, gases abdominais e náuseas, sintomas frequentemente encontrados em praticamente 40% a 70% dos pacientes;

Urgência miccional;

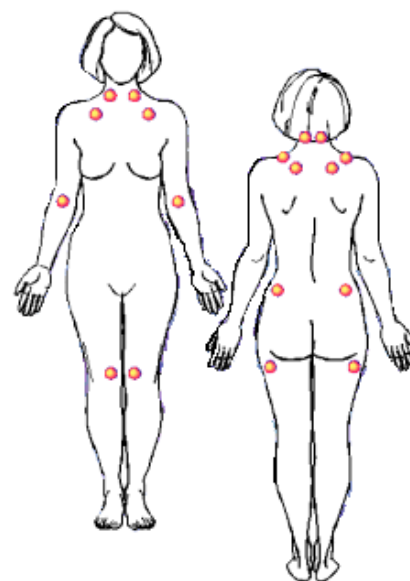
Dificuldade de concentração e falta de memória;

Alteração do humor;

Irritabilidade;

Ansiedade e depressão;

A característica clínica fundamental é a **sensibilidade dolorosa em pelo menos 11 dos em 18 pontos de tensão** do corpo chamados de **Tender Points** (“Pontos Dolorosos”), como mostra a figura seguinte.



Fontes Bibliográficas:

Ignachewski, L., Semeghini, T. D., & Júnior, R. G. (2004). Aspectos Fisiopatológicos e Neuroendócrinos da Síndrome de Fibromialgia. *Saúde em Revista*, 6 (12) 55-58.

Pires, P. (2006). Fibromialgia: Contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. Retirado de http://www.pospsicologia.ufjf.br/trabalhos/fibromialgia_%20tcc.pdf, a 16 de Maio de 2008.

Santos, A. M., Assumpção, A., Matsutani, L. A., Pereira, C. A., Lage, L. V., & Marques, A. P. (2006). Depressão e Qualidade de Vida em Pacientes com Fibromialgia. *Revista Brasileira de fisioterapia*, 10 (3), 317-324.