

**Afetando principalmente mulheres, a fibromialgia tem impactos significativos no dia a dia dos pacientes e, apesar de não ter cura, pode ser controlada**

POR MATHEUS MORGADO  
ESPECIAL PARA O CORREIO

**O**s fãs que se preparavam para assistir ao show de Lady Gaga na edição de 2017 do festival Rock in Rio tiveram uma surpresa desagradável: a cantora cancelou o show um dia antes do evento. O motivo que impediu Gaga de subir aos palcos no Brasil foi a fibromialgia, síndrome caracterizada por fortes dores contínuas e espalhadas pelo corpo.

“É um defeito de interpretação da dor no cérebro”, explica Roberto Heymann, médico especialista na doença e membro da Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR). Segundo ele, o mecanismo de resposta cerebral fica comprometido, transformando estímulos comuns em dor. “Às vezes, tato vira dor; temperatura vira dor.”

A fibromialgia se manifesta a partir de uma predisposição genética e de um gatilho, que pode ser físico ou emocional. A perda de um ente querido, uma mudança brusca de vida, um acidente de carro, uma infecção viral, a lista de fatores que podem desencadear a síndrome é interminável. “Isso se vê claramente em alguns pacien-

tes. Em outros, a gente não consegue saber qual foi o gatilho”, conta Heymann.

Qualquer pessoa, de qualquer idade, pode desenvolver a síndrome. No entanto, o grupo amplamente mais atingido é o de mulheres entre 20 e 50 anos de idade. Os motivos dessa predominância ainda não são claros para a medicina. “Existem suspeitas sobre questões hormonais e de funcionamento do sistema de dor, mas ainda não há comprovação”, afirma Ana Paula Gomides, médica membro da Sociedade de Reumatologia de Brasília.

O número de pessoas que sofrem com a síndrome no Brasil e no mundo ainda é incerto. As estimativas de organizações como a SBR dão conta de cerca de 2% a 3% da população brasileira afetada hoje pela fibromialgia, segundo Heymann. Já Ana Paula Gomides coloca o número no patamar dos 3% a 5%. “A gente não tem dados precisos. São poucas estatísticas no Brasil”, justifica a reumatologista.

O diagnóstico é clínico, ou seja, não há exames para comprovar a existência da síndrome. Não há cura para a fibromialgia hoje, porém, com os tratamentos, é possível buscar a estabilização dos sintomas e manter uma vida normal.

# Uma dor pers

## SINTOMAS

- O principal sintoma da fibromialgia é a dor. Ela se espalha pelo corpo e acontece, principalmente, nos músculos e nas articulações. A intensidade varia de paciente a paciente, e também pode piorar em momentos de crises agudas.
- A má qualidade do sono e a fadiga completam a lista de sintomas mais proeminentes. Ambas também podem se apresentar em diferentes níveis de intensidade.
- Menos comuns, mas ainda bastante relevantes, ansiedade, depressão, problemas de memória e concentração podem aparecer como consequência dos principais sintomas da fibromialgia.

## PRIMEIROS SINAIS

- Dores contínuas há mais de três meses são sinal de alerta para um possível caso de fibromialgia, segundo Roberto Heymann, médico especialista na doença e membro da Sociedade Brasileira de Reumatologia (SBR).
- Má qualidade do sono e cansaço excessivo acompanhados da dor devem elevar o nível de atenção.
- Há casos em que a síndrome evolui lentamente, ao longo de meses ou anos. Em outros, pode chegar subitamente.

## TRATAMENTO

- “O paciente que não faz atividade física não está tratando a fibromialgia”, adverte Heymann. Ele explica que as atividades devem ser adaptadas às condições físicas do paciente, mas que a saída não medicamentosa ainda é a mais importante no tratamento da síndrome, já que os remédios ajudam, mas não resolvem o problema. “Tem que se mexer, mesmo que seja o mínimo possível. Para outros, aquilo pode não ser mexer. Para ele (paciente), vai ser considerado como início de atividade física.”
- A regulação do sono também é essencial no processo, segundo o especialista. “O objetivo do tratamento é minimizar a dor a um nível que não atrapalhe o paciente no dia a dia.”
- Sobre o cannabis, Heymann afirma que “por enquanto, não existe uma indicação” de bons resultados na literatura médica para a fibromialgia, mas não descarta o uso, no futuro, caso haja uma atualização nos estudos.



VALDO VIRGO