



FIBRO

Associação Barcelense de Fibromialgia
e Doenças Crónicas

Fibro-Associação Barcelense de Fibromialgia e Doenças Crónicas, foi criada em 2012. É uma Associação de doentes que se juntaram para se ajudarem mutuamente e obter respostas a nível de tratamentos, para uma melhor qualidade de vida , pois na nossa área geográfica não existiam respostas para esta Patologia.

Objectivos

- ▣ Promover a qualidade de vida dos doentes e familiares com Fibromialgia e Doenças Crónicas, através do desenvolvimento de projectos que implementem a criação de práticas, para a formação e desenvolvimento da qualidade de vida, nas áreas da saúde, educação, vida profissional, entre outras.

O que é Fibromialgia?

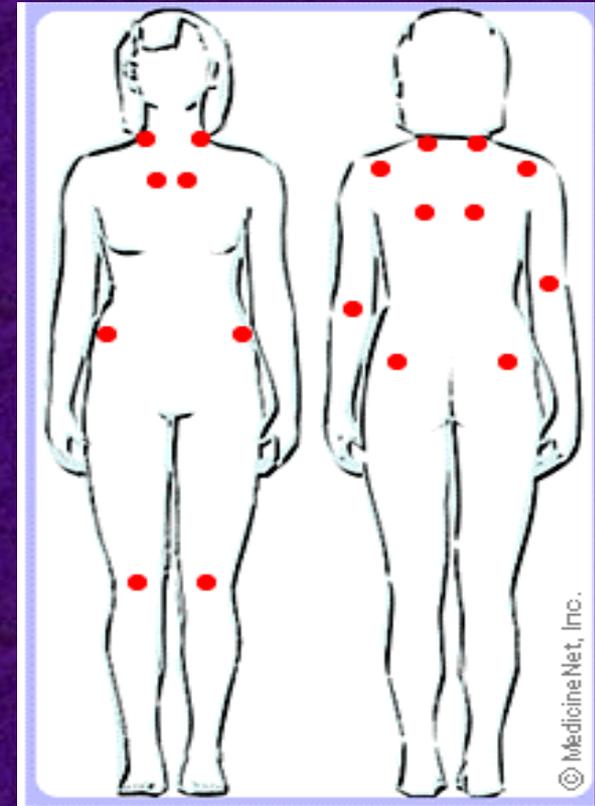
A fibromialgia (FM) é uma doença reumática de causa desconhecida e natureza funcional, que origina dores generalizadas nos tecidos moles, sejam músculos, ligamentos ou tendões, mas não afecta as articulações ou os ossos.

Critérios Classificatórios de Reumatologia

Dor musculoesquelética (abaixo e acima da cintura e nas metades esquerda e direita do corpo)

Dor crônica (há mais de três meses)

Dor à palpação, com uma pressão de aproximadamente 4 kg, em pelo menos 11 dos 18 *tender points* (TP)



Diagnóstico

- ▣ Através de uma ressonância magnética, em que é aplicada uma pequena pressão no dedo do doente, o cérebro emite informação que o doente está a sentir dor, é como se o cérebro tivesse uma anomalia.
- ▣ Num doente sem esta patologia essa pressão é duplicada para que o doente se queixe.

Estigma

- ▣ Estes doentes ainda hoje são vistos por preguiçosos, mesmo dentro da classe médica
- ▣ Têm vergonha de dizer que sofrem de Fibromialgia, como se tivessem culpa de a ter.

Sintomas associados

- A dor causada pela FM é acompanhada de alterações quantitativas e qualitativas do sono, fadiga, cefaleias e uma grande sensibilidade á dor
- alterações cognitivas, como perda de memória e dificuldade de concentração, parestesias/ disestesias,
- irritabilidade e, em cerca de 1/3 dos casos, depressão.

Factores de risco

- A FM atinge cerca de 3,7% da população adulta.
- a) o sexo (as mulheres são 5 a 9 vezes mais afectadas do que os homens);
- b) a idade (inicia-se entre os 20 e os 50 anos)
- As crianças e jovens também podem sofrer de FM, mas durante a idade escolar a frequência é igual em ambos os sexos.

Impacto na população

- ❑ Segundo maior problema visto por reumatologistas na América do Norte (Wolfe et al. 1990).
- ❑ Média do custo anual por pacientes: 7813 € (Boenn et al. 2005)
- ❑ Consumo semelhante a Diabetes Mellitus e Hipertensão Arterial Sistêmica (Doron et al. 2004).

Prevalência

□ População adulta:

- a) sexo feminino;
- b) idade entre 40 e 60 anos;
- c) baixo rendimento económico;
- d) baixo nível educacional;
- Também são conhecidas as características da personalidade pró-dolorosa:
 - a) trabalhadores dedicados;
 - b) indivíduos com actividade excessiva;
 - c) perfeccionismo compulsivo;
 - d) incapacidade para o relaxamento e o desfrute da vida;

Por que as pessoas tem fibromialgia?

- ❑ Não se sabe muito bem a causa e todas as pesquisas que foram feitas até agora ainda não conseguiram encontrar uma resposta. Alguns pacientes conseguem identificar eventos que deram início aos sintomas da fibromialgia mas as causas reais ainda são desconhecidas.
- ❑ A fibromialgia afeta mais as mulheres(75%) do que os homens e preferencialmente em idade entre 40 e 60 anos

Tratamentos de fisioterapia na Fibromialgia

Até á data os tratamentos têm se revelado ineficazes, além de não haver nenhum tratamento específico para a Fibromialgia

Acompanhamento

A FM não causa deformações ou incapacidade física permanentes, mas muitos doentes são intolerantes à medicação e, dos que a toleram, menos de 50% apresentam melhorias significativas.

As profissões que exigem a manutenção prolongada na mesma postura, movimentos repetitivos e elevação frequente e/ou mantida dos membros superiores, são as mais difíceis de tolerar.

Referenciação

Em cerca de 60 a 70% dos doentes com FM verifica-se ineficácia terapêutica e/ou intolerância medicamentosa.

Estatuto do Doente

A importância de uma
legislação

Criar novas leis mais flexíveis, adaptadas às dificuldades inerentes a esta patologia.

Promover estudos científicos para um maior conhecimento da Fibromialgia

Criar formas de dar formação e informação aos médicos para terem uma maior sensibilidade para com os fibromiálgicos, para que estes doentes não sejam maltratados

Quando os doentes estão numa fase da doença mais aguda, reduzir às horas de trabalho, nos casos que isso seja possível.

O doente trabalhar da parte da manhã ou da tarde conforme lhe for mais favorável.

Parte do seu rendimento ser pago pela Segurança Social, perante o número de horas que não realizam no seu local de trabalho.

Adequar os trabalhos para que os doentes os possam realizar.

Parte desta legislação já está implementada em países do norte da Europa ex: Suécia, Dinamarca, com sucesso pois as pessoas sentem-se úteis á sociedade.

Incentivar a entidade patronal a contratar estes doentes, dando-lhes regalias fiscais.

Tabela de Incapacidade

Um grande número de doentes estão sem auferir qualquer rendimento, doentes em média na casa dos 50 anos.

Não têm acesso á Reforma por Incapacidade, pois a fibromialgia não o permite.

Será que estes doentes não têm direito a ter os mesmos direitos que outros doentes portadores de outras patologias?

Apesar do grande sofrimento, seria justo terem acesso á reforma, pois trabalharam muitos anos para terem esse direito.

Obrigada!