

FIBROMIALGIA

Aluno: Silvana Varela

Orientador: Professor Carlos Vanderlei Pukaleski

Curso de Massoterapia

A fibromialgia é um estado de saúde complexo e heterogêneo no qual há um distúrbio no processamento da dor por mais de 3 meses associado a outras características secundárias como:

- Fadiga;
- Problemas no sono (dificuldade pra dormir, agitação e acordar regularmente);
- Rigidez matinal;
- Parestesias/Discinesia (Como formigamento ou dormência nos dedos);
- Problemas de concentração e memória);
- Sensação de edema.

Diagnóstico e Características

A palavra Fibromialgia deriva do latim fibro (tecido fibroso: tendões, fâscias), do grego mio (tecido muscular), algos (dor - algós) e ia (condição). É entidade nosológica reconhecida desde meados do século XIX com outras denominações - fibrosite, dor muscular crônica, reumatismo psicogênico, mialgia por tensão, ou mesmo confundida com sintomas de somatização.

A prática de atividade física moderada é considerada essencial no tratamento convencional da fibromialgia. Muitos pacientes conseguem manter a qualidade de vida com pouca medicação e prática regular de exercícios moderados. A indicação desses exercícios deve ser personalizada, orientada por um profissional capacitado, pois o excesso pode causar dores e crises que acabam inviabilizando a prática constante.



Terapias complementares e alternativas:

Algumas terapias foram avaliadas em pesquisas, como é o caso da massagem, hidroterapia e balneoterapia, e apresentaram uma melhora do quadro assim como uma permanência dessa melhora (entre 3 e 6 meses após o final do tratamento). Resultados sugerem que a acupuntura, promove a diminuição da dor e melhora da qualidade de vida e do sono em indivíduos com fibromialgia. TAKIGUCH, Raymond et al. São Paulo 2008.



Centro de Educação Profissional

SÃO CARLOS

Desde 1997

Formando profissionais para a vida.

Acesse nosso site www.SAOCARLOSCURSOS.com.br