



Arezzo, 12 maggio 2018 - Ricorre oggi la “Giornata mondiale della fibromialgia”, che in provincia di Arezzo colpisce 7.000 persone. La fibromialgia è una sindrome reumatica ad etiologia sconosciuta e multifattoriale, caratterizzata da dolore muscolo-scheletrico cronico diffuso, accompagnato spesso da un insieme di sintomi: affaticamento e disturbi del sonno, disfunzioni cognitive come deficit di attenzione, di memoria o di concentrazione, e in maniera variabile anche alterazioni del tono dell’umore come ansia e depressione, sintomi neurovegetativi come emicrania, dolore e crampi addominali.

“E’ classificata tra le malattie reumatiche extra-articolari diffuse - spiega il direttore UOSD Reumatologia della Asl Toscana sud est Ferruccio Rosati - ma viene considerata una forma di sensibilizzazione del sistema nervoso centrale, cioè secondaria ad una alterata regolazione dei meccanismi di controllo del dolore. Infatti nonostante i sintomi del dolore si riferiscano ai muscoli, ai legamenti e ai tendini, non vi è alcuna evidenza di infiammazione di questi tessuti, non sono interessate le articolazioni e non provoca deformità articolare. La conseguenza è che per una persona affetta da fibromialgia trascorrono in media più di 2 anni prima della diagnosi, dopo almeno 3 differenti visite specialistiche e diversi esami”.

La fibromialgia insorge prevalentemente nelle persone di sesso femminile in età adulta, anche se non sono rari i casi in età pediatrica o durante l'adolescenza e rappresenta il 12-20% delle malattie reumatiche.

Il medico di Medicina Generale è chiamato per primo a sospettare la diagnosi e ad impostare il trattamento. Il reumatologo è lo specialista di riferimento nei casi complessi e può avvalersi di ulteriori competenze specialistiche (fisiatra, fisioterapista, algologo, neurologo, psicologo, psichiatra).

Il trattamento della fibromialgia ha lo scopo di ridurre i principali sintomi, cioè il dolore cronico diffuso, l'affaticamento, l'insonnia e la disfunzione cognitiva e questo può essere fatto attraverso vari step:

- l'educazione del paziente, per quanto riguarda la malattia, gli approcci terapeutici, una buona igiene del sonno, l'importanza di trattamento delle comorbidità che possono contribuire ai sintomi,
- un programma di attività fisica, incluso il condizionamento aerobico, lo stretching e il rafforzamento muscolare,
- un intervento psicologico, come la terapia cognitivo comportamentale,
- la terapia farmacologica: antidolorifici, antinfiammatori, antiepilettici, antidepressivi, miorilassanti, da evitare cortisonici e oppioidi maggiori.

Però la maggior parte dei pazienti con fibromialgia continua ad avere nel corso degli anni dolore cronico e stanchezza che nei due terzi dei casi interferisce solo modestamente con le attività della vita quotidiana, ma nel 10-30% provoca una discreta disabilità.