



di D.ssa
Mara Angela Mascherpa
Specialista in Idrologia Medica



La caratteristica di questa patologia è la presenza dei “tender points”, o meglio l’evocazione del dolore alla digitopressione di alcuni punti del corpo.

LA FIBROMIALGIA una malattia del corpo e dell’anima

Da alcuni anni, la fibromialgia (FM) è entrata a pieno titolo tra le patologie di più frequente riscontro negli ambulatori di reumatologia, nonostante tale malattia continui ad essere sottostimata. Affligge maggiormente il sesso femminile rispetto a quello maschile, con un rapporto di circa tre a uno.

Che cosa è la fibromialgia?

Il termine fibromialgia deriva da “fibro” che indica i tessuti fibrosi (come tendini e legamenti) e “mialgia” che significa dolore muscolare. È quindi un reumatismo non infiammatorio cronico dei tessuti molli caratterizzato da dolore muscolare diffuso con rigidità, ridotta soglia del dolore, dolorabilità in sedi anatomiche precise, denominate “tender points”. La malattia è spesso associata ad affaticamento, disturbi del sonno, cefalea e/o emicrania, disturbi gastrointestinali, disturbi urinari, con aumento della frequenza dello stimolo fino all’urgenza minzionale, allergie, sino ad arrivare alla “Multiple Chemical Sensitivity Syndrome”, o Sindrome delle Intolleranze Chimiche Multiple, tanto che i pazienti risultano ipersensibili a moltissime sostanze con gravi limitazioni nella vita quotidiana. Inoltre possono

insorgere ansia e depressione, che affliggono circa un terzo dei pazienti, e tachicardia. La sintomatologia è più accentuata al mattino e peggiora con il freddo, le correnti d’aria, il riposo o al contrario, l’esercizio eccessivo.

Il malato di FM è un individuo profondamente sofferente; si sente contratto, rigido, avverte le articolazioni gonfie, non riposa bene, i suoi dolori muscolari sono spesso risvegliati da un semplice sfioramento.

La FM è spesso invalidante, con un quadro clinico imponente, ma l’obiettività, gli esami ematochimici e il quadro radiologico sono abitualmente negativi, tranne il caso, peraltro frequente, esista una patologia concomitante, ad esempio l’artrosi.

La caratteristica di questa patologia è la presenza dei “tender points”, o meglio l’evocazione del dolore alla digitopressione di alcuni punti del corpo, dotati anche nei soggetti sani, di una maggiore sensibilità.

La presenza di 11 tender points positivi su 18 e di dolore diffuso (parte destra e sinistra del corpo, sopra e sotto la vita, lungo la spina dorsale) da almeno tre mesi costituiscono i criteri



UN AIUTO dalle Terme

Le Terme con la loro tradizione di cura per le patologie reumatiche, possono rispondere positivamente alla richiesta di aiuto del fibromialgico. La fibromialgia, in quanto reumatismo extra articolare, fa parte delle diagnosi per le quali il Sistema Sanitario Nazionale riconosce la rimborsabilità delle terapie termali.

Balneoterapia e fangobalneoterapia, hanno dimostrato in diversi studi clinici, di essere efficaci nel ridurre il dolore cronico, la sensibilità dei tender points, e complessivamente nel migliorare la qualità di vita del paziente fibromialgico. L’esercizio fisico moderato, in acqua termale calda consente, oltre all’alleg-



diagnostici ufficiali per la diagnosi di FM sviluppati dall'American College of Rheumatology nel 1990.

Perché ci si ammala di fibromialgia?

La causa non è ancora completamente chiarita. Appare, però, importante il ruolo del Sistema Nervoso Centrale, con la presenza di alterazioni di alcuni neurotrasmettitori, sostanze veicolanti le informazioni tra le cellule che compongono il sistema nervoso. Queste alterazioni comporterebbero una disregolazione della risposta allo stress, iperalgesia (dolore molto intenso in risposta a stimoli dolorosi lievi) e allodinia (risposta dolorosa a stimoli che normalmente non provocano dolore).

La terapia

La terapia si basa sulla somministrazione di farmaci che modulino l'azione dei neurotrasmettitori. I farmaci più utilizzati sono attualmente gli inibitori della ricaptazione della serotonina, abitualmente somministrati come antidepressivi.

Nei pazienti fibromialgici tali molecole (ad esempio la fluoxetina) riescono a contrastare l'astenia e l'insonnia. Altri antidepressivi usati sono i triciclici e, di più recente acquisizione, gli inibitori della ricaptazione della serotonina e della noradrenalina, una classe di farmaci che promette buoni risultati e una più che discreta tollerabilità. Il gabapentin, un anticonvulsivo, ha dimostrato di essere efficace nel controllo del dolore cronico della fibromialgia.

Numerosi altri prodotti, sia appartenenti alla farmacopea ufficiale, sia integratori, sono utilizzati dai pazienti affetti da tale patologia. Tali pazienti sono alla costante ricerca di una cura che, pur non guarendo la fibromialgia, possa alleviarne i sintomi.

La fibromialgia affligge il corpo e l'anima, e la sua sconfitta totale appare ancora lontana, anche se i continui progressi nella conoscenza dei meccanismi eziopatogenetici consentono nuovi approcci terapeutici.

Le acque termali di Riccione Terme sono sulfureo salso bromo iodico magnesiache con proprietà antiflogistiche, sedative del dolore, miorellassanti che le rendono indicate per i pazienti fibromialgici.

gerimento del peso corporeo, un maggior rilassamento muscolare, costituendo una forte indicazione per i fibromialgici. L'effetto della terapia termale si mantiene per alcuni mesi dopo la fine del ciclo, che è ben tollerato dalla maggioranza dei malati di fibromialgia. Le acque termali di Riccione Terme sono sulfureo salso

bromo iodico magnesiache con proprietà antiflogistiche, sedative del dolore, miorellassanti che le rendono indicate per i pazienti fibromialgici. Nello Stabilimento di Riccione Terme sono inoltre presenti piscine a temperature differenziate e lampade ad infrarossi, utilizzate nei lettini di reazione e nel Grottino

Pompeiano (infrarossi spesso consigliati nella terapia sintomatica del dolore fibromialgico). È possibile anche effettuare cicli di Rieducazione Funzionale individuale o collettiva (a pagamento). Per il paziente fibromialgico è quindi possibile seguire un percorso terapeutico vario,

completo e personalizzato, consigliato dai medici termali che effettuano la visita di ammissione, obbligatoria, e seguito costantemente dal personale termale e dai fisioterapisti dell'equipe della Riccione Terme.