COMUNICATO STAMPA

**Fibromialgia – Vivere con un dolore cronico generalizzato**

Un nuovo opuscolo della Lega svizzera contro il reumatismo

Zurigo, 24 luglio 2023

**La fibromialgia è una malattia a cui non viene data la giusta credibilità. Le persone che ne sono affette si scontrano tuttora con l’incomprensione e uno scarso riconoscimento in ambito privato e professionale, nell’ambiente medico e nei rapporti con le assicurazioni sociali. Il nuovo opuscolo della Lega svizzera contro il reumatismo intende sensibilizzare sulla malattia e offrire alle persone interessate e ai loro familiari uno strumento aggiornato per orientarsi sulla tematica.**

Dolori diffusi ai muscoli, ai tendini e alle articolazioni, disturbi del sonno, spossatezza cronica e disturbi cognitivi: sono solo quattro tra gli oltre cento possibili sintomi della sindrome fibromialgica (FMS). La medicina non è in grado di associare alla sofferenza soggettiva delle persone che ne soffrono danni agli organi, processi autoimmuni e nemmeno altre patologie oggettive.

**Non è una malattia di natura psichica**

Troppe persone affette dalla malattia si sentono tuttora dire che fondamentalmente sono sane o che soffrirebbero di depressione. In effetti, circa tre persone su quattro con fibromialgia soffrono di depressione latente o conclamata. Si manifestano anche disturbi d’ansia o aggressività. Si tratta però di modelli di reazione emotiva alla difficile situazione di vita, caratterizzata da dolori, disturbi, incomprensione e isolamento sociale. Di per sé la fibromialgia non è una malattia di natura psichica.

**Novità sul fronte della fibromialgia**

Secondo l’OMS, la fibromialgia non è una malattia reumatica. Nel 2022, l’Organizzazione mondiale della sanità l’ha inserita nel nuovo gruppo delle sindromi da dolore cronico primario. Questa classificazione (ICD-11) non cambia per il momento nulla al fatto che le persone che ne sono affette continuano essere assistite perlopiù da un reumatologo o una reumatologa. Un’ulteriore novità riguarda l’ambito diagnostico. A differenza delle precedenti linee guida, quella della fibromialgia non è più una diagnosi per esclusione. La malattia può essere diagnosticata sia indipendentemente che in aggiunta ad altre diagnosi.

**La terapia multimodale**

Per molto tempo il trattamento per la fibromialgia ha seguito un piano terapeutico graduale, che parte dalla formazione delle pazienti e dei pazienti. La letteratura scientifica degli ultimi cinque anni avvalora tuttavia la validità di una terapia multimodale, che include sin dall’inizio la terapia o la consulenza psicologica, l’attività fisica e l’allenamento, la terapia farmacologica e i trattamenti integrativi, compresi quelli della medicina complementare. In sostanza vengono prese in considerazione tutte le misure terapeutiche e di auto-aiuto in grado di alleviare con comprovata efficacia i sintomi della fibromialgia e che contribuiscono a evitare un’ulteriore cronicizzazione.

**C’è un grande bisogno di consulenza sociale**

Le persone che svolgono un’attività lavorativa e soffrono di fibromialgia incontrano spesso delle difficoltà con l’assicurazione invalidità, ma anche con la cassa malati o l’assicurazione di indennità giornaliera. La Lega svizzera contro il reumatismo consiglia un rilevamento tempestivo dell’AI, a titolo volontario e preventivo, e di sfruttare tutte le possibilità per continuare a lavorare. L’ideale sarebbe poter adattare le condizioni di lavoro. La consulenza sociale gratuita di alcune leghe contro il reumatismo cantonali e/o regionali e la consulenza giuridica di Procap, Inclusion Handicap e Pro Infirmis offrono un aiuto professionale.

Il nuovo opuscolo può essere ordinato gratuitamente su [www.rheumaliga-shop.ch](https://www.rheumaliga-shop.ch/index.cfm?content=shop&shoparticle=D362-K&spr=it)/it o al numero di telefono 044 487 40 10.

**Fibromialgia**
Vivere con un dolore cronico generalizzato

60 pagine

Disponibile in tedesco, francese e italiano

Ordinazione gratuita su rheumaliga-shop.ch (I 371)

**Autore**
Patrick Frei, frei-text.ch

**Controllo specialistico**

Dr. med. Barbara Ankli, Basilea
Christine Morger, assistente sociale SSS, consulenza sociale e in materia di salute, Lega contro il reumatismo di Berna e Obvaldo

**Ulteriori informazioni**
Marianne Stäger, Pubblicazioni & editoria, Tel. 044 487 40 65, m.staeger@rheumaliga.ch

**Vivere intensamente con il reumatismo.**
La Lega svizzera contro il reumatismo è un’organizzazione mantello che include 17 leghe contro il reumatismo cantonali e regionali nonché sei organizzazioni nazionali dei pazienti. Il suo impegno è dedicato alle persone colpite e si rivolge a interessati, medici e health professional con informazioni, consulenza, corsi, formazione continua e ausili per la vita quotidiana. La Lega svizzera contro il reumatismo è stata fondata nel 1958 e si fregia del marchio di qualità ZEWO per organizzazioni di pubblica utilità.