

# Vivendo Melhor

---

Fibromialgia



canalize

A **Fibromialgia** é uma doença crônica e sem cura. A doença é caracterizada principalmente por dores fortes por todo o corpo, além de outros sintomas. Por muitas vezes, a fibromialgia está relacionada a fatores emocionais, como ansiedade, depressão e estresse.

Outras vezes, pode ser ocasionada por fatores do **sistema nervoso**.



Mas de uma coisa é certa: independentemente de qual seja a causa, a fibromialgia pode dificultar a realização de tarefas simples, como lavar os pratos, abaixar para pôr o sapato e até um abraço pode ser doloroso.

Por não ser totalmente compreendida, ainda gera muitos estigmas e preconceitos. As dores “inexplicáveis” podem gerar um **sofrimento solitário**, que por vezes, pode piorar problemas psicológicos.

Embora não sejam poucos os que sofrem com a doença. De acordo com a Sociedade Brasileira de Fibromialgia, a **doença afeta 2,5% da população mundial** e aparece principalmente entre 30 a 50 anos<sup>1</sup>.





O que é a  
fibromialgia?

O caminho para tratar a síndrome é longo, pois a doença pode estar relacionada a diversas outras condições, como doenças autoimunes ou inflamatórias.

A Sociedade Brasileira de Reumatologia define a fibromialgia como uma **síndrome clínica**, que se manifesta com dores por todo o corpo.

Por isso, é difícil saber exatamente onde dói, se é nas articulações ou nos músculos. Por muitas vezes, os pacientes relatam que não há um lugar que não sinta dor.



Isso causa uma certa dificuldade de **identificar as causas**, pois não há exames clínicos e nem imagens de ressonância que mostrem as causas da dor. Sem contar que a doença pode estar relacionada a **outras condições** tanto físicas quanto emocionais.

O que se presume é que ela acontece quando os sentidos da dor ficam muito sensíveis, por isso, qualquer coisa pode ativá-los. Infelizmente não tem cura, mas quanto mais cedo encontrar a causa, mais fácil é para aliviar os sintomas.





# Diagnóstico

Para diagnosticar a síndrome, os médicos tinham que tocar em **18 pontos do corpo** do paciente. Se estivessem dolorosos, então a pessoa tinha a doença.

Hoje, no entanto, as coisas mudaram um pouco. Atualmente, outras coisas são levadas em consideração, como:

- Cansaço sem reparação (também chamado de cansaço crônico);
- Problemas de memória e de concentração;
- Dores espalhadas em pelo menos 5 ou 6 partes do corpo com pelo menos três meses
- Muita sensibilidade ao frio;
- Diarreia ou prisão de ventre;
- Suor excessivo;
- Vontade frequente de fazer xixi.



A close-up photograph of a woman with dark hair, wearing a black, ribbed, sleeveless dress. She is looking down and to her right with a somber expression. The lighting is dramatic, coming from the side to highlight her profile and the texture of her hair and dress. The background is a warm, out-of-focus orange and yellow.

# Causas

A síndrome pode ser causada tanto por **fatores externos**, ligados a infecções, fibras nervosas, alteração neuroquímica, **até fatores psicológicos**, como:

- Densidade das fibras nervosas;
- Infecções;
- Alterações no Sistema Nervoso;
- Depressão e ansiedade;
- Estresse e trauma.





# Preconceito

As pessoas que sofrem com fibromialgia também têm que lidar com o preconceito vindo dos médicos. Ainda há profissionais **que não reconhecem a síndrome**, pois não há exames para provar.

Vários pacientes do Sistema Único de Saúde (SUS), por exemplo, queixam-se da falta de terapeutas aptos para tratar os "**fibromiálgicos**".

O preconceito por vezes também está na família, no trabalho e nos olhares, que sem um diagnóstico e tratamento preciso, **acabam agravando** ainda mais a situação dos pacientes.





# Tratamento

O processo do tratamento acontece com **"exames eliminatórios"**, onde o paciente se dispõe a realizar diversos testes para doenças que causam dores tão incômodas.

Às vezes, a jornada é longa e demorada, mas quando descoberta a causa da condição, um **tratamento direcionado** pode ser essencial para aliviar os sintomas.



A photograph of an elderly woman with short grey hair, wearing a light grey t-shirt and dark grey leggings, performing a yoga pose on a mat in a park. She is in a wide stance with her right leg bent and her left foot flat against her right thigh. Her arms are raised vertically above her head. The background shows a wooden building and trees.

**Não se trata apenas  
de medicamentos**

A parte não medicamentosa é tão importante quanto os remédios. Como a **prática de exercícios físicos frequentes**, por exemplo. Movimentar o corpo pode diminuir consideravelmente as dores, pois previnem a contração dos músculos. Opções para aliviar a dor podem estar também com acupuntura, yoga e tai chi chuan.

A **qualidade do sono** pode ajudar bastante também. Pessoas que dormem mal tendem a ficar mais estressadas, fatigadas e ansiosas, o que também são sintomas relacionados à fibromialgia.



Se o problema está ligado a condições emocionais, o uso de antidepressivos e anticonvulsivantes podem ser uma opção, pois regulam os neurotransmissores associados ao humor. No entanto, é preciso lembrar que este método é direcionado aos problemas de alteração do humor, a ação no cérebro no controle da dor **é uma consequência.**





# Uso da cannabis

Usar a cannabis para o tratamento da fibromialgia não é algo incomum. A planta é conhecida por tratar dores crônicas, de acordo com inúmeros estudos. A eficácia do tratamento é demonstrado tanto para dores neuropáticas como também nociceptivas.

A cannabis também tem o poder de reduzir o uso de opioides consideravelmente, **segundo um estudo** realizado na Faculdade de Medicina da Universidade de Michigan, nos Estados Unidos.

Dos pacientes que participaram da pesquisa, 64% relataram uma redução nas drogas pesadas para a dor.

45% dos participantes ainda acrescentaram uma melhora na qualidade de vida, pelos poucos efeitos colaterais e diminuição dos efeitos internos causados por outros medicamentos.





# Outros estudos

Outro estudo israelense feito por dois centros especializados em fibromialgia em 2017 também mostrou a eficácia do tratamento. Ao todo, 26 pacientes acima dos 30 anos com fibromialgia há mais de dois anos, utilizaram a cannabis entre 10 a 11 meses e todos relataram uma melhora significativa das dores.

A metade do grupo ainda relatou que havia **parado de tomar os remédios tradicionais** e ficou apenas com a cannabis. Sobre os efeitos adversos, **30%** deles mostraram algumas queixas, como dores de cabeça, fome excessiva, sonolência e outros sintomas da cannabis mencionados acima<sup>3</sup>.



Uma pesquisa realizada na Fundação Nacional da Dor nos Estados Unidos, sugere que a planta está no topo dos remédios comprados para tratar dores crônicas no país.

**63%** dos que usaram a cannabis para tratar fibromialgia ainda classificaram o tratamento como “**muito eficaz**”. Houve até relatos que a alternativa foi a única solução<sup>4</sup>.





**THC**

Outra pesquisa holandesa de 2019 testou dois tipos de cannabinoides diferentes: o CBD (canabidiol)<sup>5</sup> e o THC (tetrahidrocanabinol)<sup>6</sup>, para saber qual era mais potente.

Os cientistas trouxeram também mais uma peça chave, alguns placebos para entender se os efeitos eram psicológicos.

Os 20 participantes dos estudos foram divididos em grupos, que depois de inalar as substâncias, fizeram um tipo de **teste de pressão**.

Os membros do corpo onde sentiam mais dores eram pressionados até que a pessoa se queixar da dor.

O THC se mostrou mais eficiente nos testes de toque. No entanto, é importante ressaltar que cada pessoa reage de forma única<sup>7</sup>.



A close-up photograph of two dark brown glass bottles with black, ribbed, screw-on caps. The bottle on the left is positioned in front of a large, vibrant green cannabis leaf. The bottle on the right is partially visible behind another leaf. The background is a warm, out-of-focus orange and yellow.

Onde  
comprar

Antes de tudo, é importante ressaltar que qualquer produto feito com a cannabis precisa ser prescrito por um médico, que inclusive, poderá indicar qual o melhor produto para cada condição.

Há duas formas de comprar produtos à base de cannabis no Brasil:

**Farmácias:** No final de 2019 a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) autorizou a venda de produtos à base de cannabis nas drogarias apenas com receita médica. Contudo, as empresas precisam de uma autorização da agência para poder vender. Hoje são poucas farmacêuticas que possuem o documento.

**Importação:** Pensando nas variações dos produtos, outra forma de comprar o óleo é através da importação. Contudo, é necessário uma autorização excepcional da Anvisa.



A Cannalize tem uma parceria com a **Cannect**, o maior ecossistema de Cannabis Medicinal da América Latina com um portfólio com mais de **800 produtos** à base de Cannabis.

Além de um atendimento especializado que poderá tirar todas as suas dúvidas, a Cannect também possui um atendimento continuado gratuito, que vai acompanhar o paciente em todo o tratamento.

Caso precise de ajuda, há uma equipe com um atendimento especializado que poderá esclarecer dúvidas, além de cuidar de todo processo necessário para você ter acesso ao produto necessário para te ajudar em seu tratamento.



# Atendimento Connect

Para conferir, basta entrar em contato.

Tire as suas **dúvidas** e **agende sua consulta**.



# Referências

## 1. O que é Fibromialgia?

**Sociedade Brasileira de Reumatologia, 2022**

<https://www.reumatologia.org.br/doencas-reumaticas/fibromialgia-e-doencas-articulares-inflamatorias/>

## 2. Medical Cannabis Use Is Associated With Decreased Opiate Medication Use in a Retrospective Cross-Sectional Survey of Patients With Chronic Pain

**The Journal of Pain, 2016**

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1526590016005678>

## 3. Medical Cannabis for the Treatment of Fibromyalgia Journal of Clinical Rheumatology, 2018

[https://journals.lww.com/jclinrheum/abstract/2018/08000/medical\\_cannabis\\_for\\_the\\_treatment\\_of\\_fibromyalgia.3.aspx](https://journals.lww.com/jclinrheum/abstract/2018/08000/medical_cannabis_for_the_treatment_of_fibromyalgia.3.aspx)

## 4. Safety and Efficacy of Medical Cannabis in Fibromyalgia Journal of Clinical Medicine, 2019

<https://www.mdpi.com/2077-0383/8/6/807>

## 5. Canabidiol (CBD): O que é, Efeitos, Benefícios e Consumo – Guia Completo Cannalize, 2020r

<https://cannalize.com.br/cbd-canabidiol-para-que-servir-beneficios-como-comprar-tomar/>

## 6. THC: O que é, Efeitos, Riscos e Formas de Consumo Cannalize, 2020

<https://cannalize.com.br/thc-o-que-e-efeitos-riscos-e-formas-de-consumo>

## 7. An experimental randomized study on the analgesic effects of pharmaceutical grade cannabis in chronic pain patients with fibromyalgia The Journal of International Association of The Study of Pain, 2019

[https://journals.lww.com/pain/fulltext/2019/04000/an\\_experimental\\_randomized\\_study\\_on\\_the\\_analgesic.11.aspx](https://journals.lww.com/pain/fulltext/2019/04000/an_experimental_randomized_study_on_the_analgesic.11.aspx)

