

Opinião

Escrita em dia



PAULA ENCARNAÇÃO Escola Superior de Enfermagem da Universidade do Minho

No estranho mundo da fibromialgia – um verdadeiro cavalo de Tróia?

O cavalo de Tróia tem sido citado, reproduzido e recriado desde a Antiguidade. Ele representa a oferta dos Gregos aos Troianos (durante a Guerra de Tróia), como símbolo da sua rendição. Os Troianos, por seu lado, ao aceitarem este presente como símbolo da sua vitória, abrem os portões e deixam penetrar nas muralhas da cidade este imponente cavalo, sem se aperceberem, que no seu interior, aguardavam soldados fortemente armados, à espera do anoitecer, para poderem dominar e conquistar a cidade.

O cavalo de Tróia atrai, seduz pela sua magnitude, imponência e aparente beleza, porém serve como um estratagema decisivo para que se proporcione a conquista. Externamente mantém as características de aparência agradável, no entanto, representa um engodo destrutivo. Veja-se o conceito utilizado ao nível da computação. Cria-se um *malware* - um programa que se instala de forma ilícita noutro computador - que tenta infectar, de forma danosa, o *software* do computador alheio, destruindo ficheiros, proporcionando o roubo de dados confidenciais, etc.

A expressão de “cavalo de Tróia” dá origem à expressão “presente envenenado”, ou seja, quando se recebe algo aparentemente agradável, que não leva à suspeita de quem o recebe, as intenções subtis e perversas de quem o envia ou oferece, nem tem consciência das consequências danosas, caso

aceite esse presente.

No estranho mundo da Fibromialgia, o tecido nervoso é bombardeado através de estímulos, estímulos diários, muito deles provenientes de situações de alto stress, que associados a um distúrbio do Sistema Nervoso Central (SNC) de sensibilização central na perceção de dor, ocasiona hiperalgesia e alodinia. Entendemos por hiperalgesia, uma dor intensa, desproporcionada, excessiva, que ocorre numa pessoa, provocada por um estímulo que normalmente é considerado doloroso. Por outro lado, a alodinia significa sentir dor por estímulos que normalmente não deveriam provocá-la, como por exemplo, o passar de uma pena de forma muito leve no braço da pessoa que sofre de fibromialgia.

A dor relatada pelas pessoas com Fibromialgia é geralmente difusa. Quando questionados relativamente a: “aonde lhe dói?”, habitualmente a resposta é “não sei...dói-me tudo”. A pessoa com fibromialgia tem de lidar com o seu “cavalo de Tróia”. Uma doença, que se instala de forma silenciosa, com total descrédito social. As pessoas com fibromialgia frequentemente relatam: “estou sempre cansada, não sei o que tenho. Dói-me todo o corpo. Mal me posso mexer.” Mas...o que os outros vêem é a imponência do ‘cavalo’, a beleza dele, ou seja, o exterior da pessoa. Geralmente são sujeitas a comentários do género: “engraçado, que estás com uma ótima cara. Quem diria...do-

res?! Não parece nada!”.

A fibromialgia, tal como o ‘cavalo de Tróia’ instala-se de forma maliciosa na pessoa. É uma doença crónica, invisível, de difícil diagnóstico por não se terem ainda descoberto marcadores analíticos, muitas vezes confundida com outras doenças crónicas como o lúpus ou a esclerose múltipla. Obrigam a pessoa a submeter-se a uma bateria de exames e análises que normalmente a levam ao desespero, pelo tempo desperdiçado e dinheiro despendido. Com frequência estas pessoas relatam: “fiquei desesperada(o) quando, depois de me sujeitar a tantos exames e esperar os resultados, me disseram que ‘não tinha nada’. Não tenho nada?! Como é possível?! Levanto-me exausta(o), deito-me exausta(o), passo o dia cheia(o) de dores...dói-me sempre tudo. Eu não estou ‘maluca(o)’, isto não pode ser só da minha cabeça!”. As queixas perpetuam-se, a desvalorização das mesmas por parte dos familiares, amigos e vizinhos fazem com que a pessoa se confronte consigo própria, com o seu ‘cavalo de Tróia’ – “estou bem, aparentemente, mas não me sinto nada bem! Devo ter uma doença grave, rara! Ninguém me encontra nada!”.

A maior parte das crises de fibromialgia provêm da contração muscular, onde pontos dolorosos, também designados de pontos-gatilho (*tender points*), quando pressionados desencadeiam uma dor local de início e, após alguns segundos, essa dor irradia para

uma região vizinha. Estes pontos, vulgarmente conhecidos como “pontos fibromiálgicos”, são num total de dezoito (18). Durante a avaliação inicial, se pelo menos onze (11) deles forem dolorosos à compressão, é um ponto de partida para o diagnóstico diferencial de fibromialgia. Associado a esta sintomatologia, podemos encontrar a *depressão, a fadiga crónica e as alterações do sono*, que na sua maioria das vezes deixam a pessoa irritável, desesperada por encontrar soluções, sem conseguir. Ser diagnosticado com “fi-bro-mi-al-gi-a” é um dos maiores fatores de alívio destas pessoas. Podem demonstrar aos outros que afinal não se queixam em vão.

É nesta fase que o redesenhar da vida acontece. Estamos dominados pelo ‘cavalo de Tróia’. Ele destruiu-nos, invadiu-nos, conquistou-nos! E agora? O que podemos fazer? Como podemos voltar a ser nós, se temos esta doença para o resto da nossa vida?

Deixo-vos aqui um convite. Alusivo às celebrações do dia Mundial da Fibromialgia, vai decorrer no Hotel Bagoeira, no dia 15 maio, em Barcelos, às 21 horas, uma conferência aonde iremos debater o que fazer quando se tem fibromialgia. Esta conferência, intitulada: “(Re)desenhar a vida – os encontros e desencontros no caminho da fibromialgia” é promovida pela Fibro-Associação Barcelense de Fibromialgia e Doenças Crónicas. Venha ter connosco, lá o esperamos!