

# La fibromialgia afecta en su mayoría a las mujeres

Viernes, 13 junio 2014

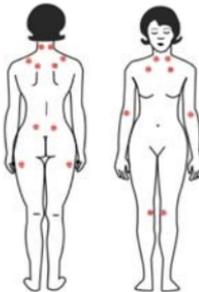
Por Editor *Oscarina Zurita*



Debido a un trastorno del sistema nervioso central que causa dolores, fatiga y crea zonas “hipersensibles” en el cuerpo, las personas tienden a expresar continuamente la frase “me duele todo”.

La fibromialgia se ha convertido a nivel mundial en la tercera enfermedad reumatológica. Aunque sus síntomas aparecen entre los 20 y 30 años, se diagnostica a los 40, atacando principalmente a las mujeres.

Algunos de los síntomas de este padecimiento son: **dificultad para dormir, rigidez por la mañana, dolores de cabeza, periodos menstruales dolorosos, sensación de hormigueo o adormecimiento en las manos y los pies y falta de memoria o dificultad para concentrarse.**



## Sentirse mejor

Además de una atención adecuada con un médico internista y un fisioterapeuta también son necesarios ciertos consejos para aliviar el malestar: tomar los medicamentos, dormir por lo menos 8 horas, hacer ejercicio y consumir una alimentación balanceada.

Síguenos @Cositasdmujer

COMPARTE

Twitter 3

M'agrada

g+ 3