

FIBROMIALGIA CONOCE Y COMPRENDE



Afección caracterizada por dolor y sensibilidad muscular generalizada.

A menudo se asocia con fatiga, problemas de sueño, dificultades de memoria y cambios en el estado de ánimo

FIBROMIALGIA

3/5

EL CONTROL DE LOS SÍNTOMAS SE PUEDE LOGRAR

Mediante medicamentos,
terapia conversacional y
la reducción del estrés.

PREVENCIÓN DE LA FIBROMIALGIA

La prevención de la fibromialgia se basa en evitar el estrés crónico, mantener un estilo de vida activo y hábitos saludables en la alimentación y el sueño

**COMPARTE ESTA INFORMACIÓN
PARA AUMENTAR LA CONCIENCIA
SOBRE LA FIBROMIALGIA Y BRINDAR
APOYO A QUIENES LA PADECEN.**