



il caleidoscopio

www.sindromefibromialgica.it

IN PRIMO PIANO

In questo numero

Il paziente fibromialgico in epoca Covid

Piercarlo Sarzi Puttini **pagine 1-2**

La vita dell'associazione

Egidio Riva **pagine 3-4**



La Giornata Mondiale della Fibromialgia in epoca Covid-19

Giusy Fabio **pagine 5-6**



L'uso della cannabis terapeutica nella fibromialgia: un aggiornamento

Valeria Giorgi **pagine 7-8**



Aiutaci a curarti, il tuo contributo servirà per realizzare dei centri multidisciplinari in tutta Italia

DESTINA IL 5 x 1000 AISF ONLUS C.F. 97422670154



EDITORIALE

Il paziente fibromialgico in epoca Covid

Piercarlo Sarzi Puttini
MD



Lo Tsunami causato dalla comparsa a livello mondiale del Coronavirus sta gradualmente rientrando. Quanto accaduto in questi mesi è stata un'esperienza unica e speriamo irripetibile che ha scosso dalle fondamenta il nostro Sistema Sanitario Nazionale, specie quello di alcune regioni del Nord (in particolare la Lombardia) che sono risultate decisamente le più interessate e coinvolte.

Di colpo, a causa della marea montante infettivologica indotta dalla contagiosità del virus, i nostri ospedali hanno chiuso i battenti alla normale attività di routine e si sono dovuti trasformare in ospedali "COVID-orientati". I medici che normalmente lavoravano in altri reparti (come la Reu-

matologia) si sono trovati a dover gestire i malati COVID, a discapito delle attività cliniche differibili inerenti alla loro specifica branca.

L'obbligatorietà della permanenza nel proprio domicilio, lo smart working, la chiusura serale dei ristoranti e degli altri locali di svago ha condizionato la vita di tutti, rendendoci da un lato più attenti al proprio nucleo familiare e alla riscoperta dei valori domestici, ma dall'altro ha radicalmente modificato per alcuni mesi il nostro ritmo di vita sociale, lavorativo e familiare. Anche l'utilizzo di guanti e mascherina, così come il distanziamento sociale, ci ha costretto a vivere in uno stato di emergenza e di parziale allontanamento dal contesto sociale.

Per quanto riguarda nello specifico i pazienti affetti da sindrome fibromialgica, abbiamo registrato svariati problemi: prima di tutto i pazienti affetti da sindrome fibromialgica hanno registrato complessi-

vamente un peggioramento globale dei sintomi riferiti, in particolare la stanchezza e la dolorabilità muscolare, l'ansia, gli attacchi di panico, la depressione; inoltre, alcuni soggetti non fibromialgici ma affetti da COVID hanno evidenziato la persistenza di sintomi analoghi, e in alcuni casi l'infezione da COVID sembra aver generato nuovi casi di FM. Lo stress ha giocato un ruolo di grande impatto nelle vite dei pazienti FM in epoca COVID: per alcuni, la semplice modificazione delle proprie abitudini di vita (ad es. non poter andare più in palestra o dallo psicologo) li ha fatti regredire con un netto peggioramento della sintomatologia in generale; la loro resilienza (capacità di gestire situazioni di stress cronico) è stata messa a dura prova dal COVID.

Come Associazione abbiamo chiesto ai pazienti di compilare un questionario sui sintomi in epoca COVID e molte osservazioni interessanti sono

il caleidoscopio

Il paziente fibromialgico in epoca Covid
Piercarlo Sarzi Puttini **pagine 1-2**

La vita dell'associazione
Egidio Riva **pagine 3-4**

La Giornata Mondiale della Fibromialgia in epoca Covid-19
Giusy Fabio **pagine 5-6**

L'uso della cannabis terapeutica nella fibromialgia: un aggiornamento
Valeria Giorgi **pagine 7-8**



Aiutaci a curarti, il tuo contributo servirà per realizzare dei centri multidisciplinari in tutta Italia

DESTINA IL 5 X 1000 AISF ONLUS C.F. 97422670154

www.sindrome fibromialgica.it
segreteria@sindrome fibromialgica.it

segue da pagina 1

emerse dall'analisi dei dati raccolti. Per molti pazienti pesava il problema del rischio di perdita dell'attività lavorativa; non essendogli riconosciuta nella maggior parte dei casi alcun tipo di invalidità, devono necessariamente vivere del proprio lavoro (a volte part-time, altre irregolare) e le difficoltà economiche indotte dalla paralisi COVID hanno pesato molto sulle loro tasche e sulla loro disponibilità di reddito. Anche il dover stare lontano dai propri cari durante il lockdown è stata una prova durissima. Le cose adesso stanno riguadagnando lentamente il loro normale decorso. In ospedale abbiamo cercato di ovviare al tempo perduto, recuperando

molte delle visite non effettuate o lasciate in sospeso nell'era COVID, anche se la situazione non si è del tutto normalizzata; moltissimi ambulatori, infatti, sono ancora chiusi e quelli che hanno riaperto hanno una lista di attesa di mesi e mesi. Abbiamo comunque assistito ad una prova di maturità della maggior parte dei pazienti fibromiagici: per alcune settimane ci hanno consentito di "dimenticare" i loro sintomi, ben comprendendo che la sintomatologia da epidemia di COVID necessitava delle risorse dei medici e del personale che prima era a loro disposizione; il senso civico di molti di questi pazienti è venuto proprio dalla loro non pressante richiesta di assistenza medica;

L'angolo della poesia

a cura di Anna Maria Beretta



Se tu mi dimentichi
Voglio che tu sappia una cosa. Tu sai com'è questa cosa: se guardo la luna di cristallo, il ramo rosso del lento autunno alla mia finestra, se tocco vicino al fuoco l'impalpabile cenere o il rugoso corpo della legna, tutto mi conduce a te, come se ciò che esiste, aromi, luce, metalli, fossero piccole navi che vanno verso le tue isole che m'attendono. Orbene, se a poco a poco cessi di amarmi cesserò d'amarti a poco a poco. Se d'improvviso mi dimentichi, non cercarmi, ché già ti avrò dimenticato. Se consideri lungo e pazzo il vento di bandiere che passa per la mia vita e ti decidi a lasciarmi alla riva del cuore in cui ho le radici, pensa che in quel giorno, in quell'ora, leverò in alto le braccia e le mie radici usciranno a cercare altra terra. Ma se ogni giorno, ogni ora senti che a me sei destinata con dolcezza implacabile. Se ogni giorno sale alle tue labbra un fiore a cercarmi, ah, amor mio, ah, mia, in me tutto quel fuoco si ripete, in me nulla si spegne né si dimentica, il mio amore si nutre del tuo amore, amata, e finché tu vivrai starà tra le tue braccia senza uscire dalle mie.
(Pablo Neruda)

La vita dell'associazione

Egidio Riva
Vicepresidente
AISF ONLUS
Area Centro-Nord



Nel primo semestre 2020 l'attività pubblica e istituzionale di AISF è stata caratterizzata da un impegno eccezionale per divulgare e affermare con forza la realizzazione degli scopi fondamentali del nostro Statuto.

Malgrado l'operatività dell'associazione sia stata condizionata dalla presenza e diffusione dell'epidemia COVID-19 sin dai primi mesi 2020, con conseguenti preoccupazioni per le possibili ricadute su tutti gli associati e non solo, AISF ha avuto modo di realizzare due eventi estremamente significativi: **la Giornata Mondiale della Fibromialgia del 12 maggio** (si veda l'articolo di Giusy Fabio per maggiori informazioni) e il **XVIII Congresso Nazionale AISF + Meeting delle Sezioni AISF** (27/28 giugno).

A causa dell'isolamento imposto dall'epidemia i due eventi

sono stati realizzati in diretta streaming, pubblica e gratuita, hanno registrato una partecipazione e apprezzamento veramente eccezionali e un impegno straordinario da parte di tutti i relatori e i referenti delle Sezioni AISF.

Svolgimento del Meeting. I referenti dei pazienti e i referenti medici delle 28 Sezioni costituite su tutto il territorio Nazionale, dopo il saluto del Presidente, hanno attivamente partecipato al Meeting interno nella mattinata di Sabato 27 Giugno per un utilissimo scambio di esperienze e proposte di future azioni; i due Vicepresidenti hanno gestito gli interventi in agenda, vertenti sugli argomenti fondamentali delle attività delle Sezioni a favore degli associati e sulla promozione del sostegno della Sindrome Fibromialgica presso le istituzioni locali.

In particolare sono stati approfonditi temi quali: sportelli informativi; corsi di aggiornamento per Medici di Medicina Generale; il ruolo del referente medico e del referente dei pazienti in sezione; i rapporti con



le istituzioni; le strategie da intraprendere durante l'epidemia Covid 19; la raccolta fondi; promozione e realizzazione di corsi ECM dedicati alla FM.

Sul tavolo della discussione è emerso il parere condiviso dell'utilità di incontri frequenti, al fine di trarre linee guida e giungere a una sostanziale





omogeneità di intenti e comportamenti.

Svolgimento del Congresso.
L'evento congressuale di 2 giorni ha avuto un ottimo seguito di pubblico, grazie ai numerosi e puntuali interventi degli specialisti sugli argomenti a loro assegnati. Nella prima giornata i temi sono stati: l'attuale stato dell'arte della Sindrome Fibromialgica; il riconoscimento della FM; il Progetto

AISF-ENFA; la definizione dei criteri di severità FM; i progetti educativi rivolti ai MMG; la fibro-fog; le alterazioni del sonno; la stanchezza cronica; la letteratura scientifica in materia.

Nella seconda giornata si sono svolti i corsi dedicati ai pazienti, con interessanti interventi su nutrizione, esercizio fisico, tecniche di rilassamento e di psicoterapia. I corsi sono stati seguiti da un accattivante

ed emozionante intermezzo artistico, con l'esecuzione del brano "Tornerà il sole" (eletto inno dell'Associazione) e le letture di brani di prosa e poesia dedicati.

Come di consueto avviene al termine di tutti i nostri congressi, vi sono state infine le risposte degli esperti (stavolta in diretta streaming) alle numerose domande dei pazienti pervenute via Facebook e Youtube. La sessione di domande ha

sancito la conclusione di due giornate molto intense, al termine delle quali abbiamo dato un caloroso ringraziamento a tutti i partecipanti e un amichevole arrivederci al prossimo Congresso AISF 2021.

Sul sito www.sindromefibromialgica.it e sugli altri canali ufficiali dell'Associazione sono visibili singolarmente le registrazioni audio-video complete di tutti gli interventi delle due giornate.

COME DIVENTARE SOCIO O RINNOVARE LA QUOTA ASSOCIATIVA ANNUA

Socio ordinario (con diritto di voto in assemblea) - nuovo socio o rinnovo, importo € 20,00

Socio sostenitore/donatore offerta minima € 15,00

dal sito www.sindromefibromialgica.it registrati e scegli il tipo di pagamento:

- Carta di credito online, diventi subito socio e puoi scaricare la tessera valida per l'anno in corso
- Bonifico Bancario intestato a AISF ONLUS Milano - BIPIEMME
IBAN IT 44 R 05034 85220 0000 000 79534 Causale: nuovo socio o rinnovo (anno di riferimento) oppure socio sostenitore/donatore.

La Giornata Mondiale della Fibromialgia in epoca Covid-19

Giusy Fabio
Vicepresidente
AISF ONLUS
Area Centro-Sud



Questo anno la Giornata Mondiale della Fibromialgia è stata diversa dal solito, come d'altronde la vita di ognuno di noi a causa del Covid-19, che ha stravolto l'esistenza di tutti.

Di solito, il 12 maggio di ogni anno AISF ONLUS con tutti i suoi volontari scende nelle piazze coi banchetti di campanule viola, simbolo di questa subdola patologia non ancora riconosciuta, e incontra i pazienti e chi prendendo una campanula vuol sostenere l'associazione.

Il **12 maggio 2020** è stato diverso: essendo ancora nella "Fase 2" dell'emergenza sanitaria, non è stato infatti possibile incontrare la gente e organizzare banchetti o eventi a tema. Ciononostante, AISF non ha voluto ignorare la giornata e lasciare nel silenzio la voce di tanti fibromialgici, che chiedono ormai da troppo tempo di avere riconosciuta la loro dignità di malati e ricevere supporto da parte del Sistema Sanitario Nazionale.

La nostra associazione anzi ha voluto evidenziare ancora di più il problema, partendo dalla constatazione che i pazienti in questo periodo di emergenza sono stati lasciati soli a sé stessi con un peggioramento non indifferente dei sintomi e non hanno avuto le usuali possibilità di confronto, controllo e ascolto. Ed ecco che si è voluto, attraverso l'**organizzazione di un evento online**, far sentire vicinanza e supporto.

La giornata ha visto una diretta di 3 ore, sui canali **Facebook e Youtube** dell'associazione, dal tema e titolo: "*Soffrire di Fibromialgia in epoca Co-*

vid-19", in cui si è data tanta informazione grazie ad interventi esperti e qualificati. È tutto caricato e reperibile liberamente sui suddetti canali.

Gli argomenti trattati sono stati: il Covid e gli effetti che ha avuto sui pazienti fibromialgici; la storia della fibromialgia; la cannabis terapeutica e i risultati degli studi; il Registro

Italiano Fibromialgia e i nuovi progetti portati avanti dall'associazione; l'importanza delle donazioni e del 5x1000; l'importanza di far parte di un coordinamento europeo di associazioni di fibromialgia (ENFA) e le attività che da esso scaturiscono.

Non c'è stata solo informazione ma anche intrattenimento,

attraverso la musica e il canto dei medici che per una volta si sono spogliati della loro veste usuale e hanno indossato quella di musicisti e cantanti. Anche la poesia e la scrittura l'hanno fatta da padrone emozionando il cuore degli ascoltatori che si sono riconosciuti nelle parole recitate. Si è dato infine ascolto, sfruttando la di-

**Giornata mondiale
sindrome fibromialgica
MILANO • 12 Maggio 2020**

**Soffrire di fibromialgia
in epoca COVID-19**

**Ore 10-13
CONDUCONO
Piercarlo Sarzi Puttini, Giusy Fabio, Egidio Riva**

ARGOMENTI
Coronavirus e fibromialgia. Massimo Galli, Piercarlo Sarzi-Puttini
La storia della fibromialgia. Laura Bazzichi
L'utilizzo della Cannabis: quali risultati. Valeria Giorgi
**Il registro e i progetti dell'associazione,
il nuovo libro e il caleidoscopio.** Piercarlo Sarzi Puttini
La raccolta fondi e il 5 per mille. Giusy Fabio

CONTRIBUTI ARTISTICI
Musica: Aldo Mollica Colella and Sons, Piercarlo Sarzi Puttini, Massimo Padula, Stefano Stisi, Giannantonio Cassisi
Poesia: Anna Beretta
Racconti: Giusy Fabio

EVENTO IN DIRETTA STREAMING
Per info seguici su: www.sindromefibromialgica.it

retta e le chat, raccogliendo le domande che giungevano e rispondendo a ognuna di essa.

AISF voleva esserci, voleva mostrare la sua vicinanza e il suo supporto ai pazienti e c'è riuscita. Ha acceso nuovamente i riflettori sulla situazione di stallo per il riconoscimento della patologia sia a livello nazionale che regionale; ha invitato i pazienti fibromialgici di tutta Italia a indossare per la giornata una mascherina con stampato il simbolo della fibromialgia, per dare un segno della loro esistenza e per non essere più invisibili.

AISF è stata accanto ai fibromialgici in questo periodo di pandemia, l'ha fatto in tanti modi: attivazione di sportelli online, incontri webinar con professionisti, attività di supporto psicologico e attività fisica online, servizio di domande e risposte sulla pagina Facebook. Ha anche inviato un questionario ai pazienti per capire come hanno vissuto il lockdown, se si sono ammalati, cosa si aspettano dal loro futuro e cosa si aspettano dall'associazione, visto che il panorama è completamente diverso e le aspettative gioco forza sono radicalmente mutate.

AISF ONLUS c'è stata, c'è e vorrà continuare ad esserci come una grande famiglia in cui la competenza e l'umanità fanno da pilastri portanti per sostenere i pazienti e le loro famiglie.

1° anniversario della Sezione AISF di Rovigo

Dal 21 settembre 2019 una sezione istituzionale decentrata di AISF - Associazione Italiana Sindrome Fibromialgica è presente nel territorio della Provincia di Rovigo.

La sezione è rappresentata da 3 referenti: Referente dei Malati Melissa Lazzaretti, Referente Contabile Silvia Rondina e Referente Medico la Dr.ssa Greta Tonini, reumatologa presso l'Az. Usls 5 Polesana. L'obiettivo della Sezione è far conoscere la Sindrome Fibromialgica, forma comune di dolore muscoloscheletrico diffuso e di affaticamento (astenia), che colpisce approssimativamente 1.5 - 2 milioni di Italiani.

Questo anno di lavoro è stato molto importante per la Sezione Rovigo, permettendoci di capire il reale bisogno che c'è nel territorio di avere un punto di riferimento per i malati e le famiglie degli stessi. Ci siamo concentrate nel promuovere e organizzare iniziative locali dedicate alla diffusione della conoscenza della Sindrome Fibromialgica e all'informazione dei malati, offrire supporto a soci e non attraverso contatti individuali e/o di gruppo con l'assistenza di professionisti locali, esperti nella cura della sindrome.

Le Referenti ringraziano la Presidenza di AISF, il gruppo

di volontari, i sostenitori e i professionisti della sezione per l'impegno e la collaborazione dimostrata durante il corso dell'anno, e vogliamo lasciare a tutti questo pensiero:

Ciò che abbiamo fatto solo per noi stessi muore con noi. Ciò che abbiamo fatto per gli altri e per il mondo resta ed è immortale!

Potete sostenerci seguendoci sulla nostra pagina Facebook

**AISF ONLUS
Sezione Rovigo**

o sul sito

www.sindromefibromialgica.it
oppure contattandoci a:

aisfonlusrovigo@libero.it



IL TUO 5X1000 A CHI SOFFRE DI DOLORE CRONICO (FIBROMIALGIA)

**Dona all'Associazione Italiana Sindrome Fibromialgica - ONLUS
codice fiscale 97422670154**

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'articolo 10, c.1, lett a) del D.Lgs. N. 460 del 1997.

L'uso della cannabis terapeutica nella fibromialgia: un aggiornamento

Dr.ssa Valeria Giorgi
Ricercatrice,
Ospedale
Universitario
"Luigi Sacco"
di Milano



È sempre difficile parlare di cannabis terapeutica, trattandosi di un argomento molto discusso e delicato. La legalizzazione e la differenziazione tra uso medico e quello ricreativo è un problema reale. Sicuramente vi sono controversie rilevanti legate alla cultura e alle norme sociali, e non solo in negativo: molte volte i suoi sostenitori si basano sull'argomentazione che sia più sana perché si tratta di un prodotto "naturale" invece che sintetizzato in laboratorio come molti altri farmaci, sebbene dal punto di vista chimico non sia un'argomentazione totalmente sensata. D'altra parte, moltissime associazioni di pazienti sono a favore dell'utilizzo e della legalizzazione della cannabis come farmaco, una presa di posizione che deriva dalle esperienze positive raccolte ogni giorno tra i pazienti trattati con questo medicinale. Lo scopo di questo articolo è quello di chiarire le caratteristiche di questa pianta, dal punto di vista non solo farmacologico, ma anche legale e burocratico, concludendo con una parentesi sugli ultimi dati scientifici raccolti riguardo al suo utilizzo nella Sindrome Fibromialgica (FM).

I composti che notoriamente sono associati alla pianta di cannabis sono il THC (tetraidrocannabinolo) e il CBD (cannabidiolo). Queste sostanze fanno parte della grande famiglia dei "cannabinoidi", che comprende non solo il THC e il CBD, ma anche decine e de-

cine di altri composti contenuti nella cannabis (cannabidiolo, cannabichromene, cannabivriolo e molti altri). Il THC e il CBD sono i cannabinoidi più importanti e più studiati. Oltre ai cannabinoidi, nella cannabis sono presenti centinaia di altre sostanze, come i flavonoidi e i terpeni, che solo al centro di numerosi studi recenti e pare che abbiano anch'essi proprietà benefiche. È particolarmente importante sottolineare questo concetto al fine di distinguere le due principali classi di medicinali: i cannabinoidi sintetici e i medicinali basati sull'intera infiorescenza della cannabis, che sono quelli di cui parleremo in questo articolo. I cannabinoidi sintetici sono composti puri: il nabilone, per esempio, consiste in THC puro. Queste sostanze pure possono essere o sintetizzate in laboratorio o estratte dalla pianta direttamente. In ogni caso, contengono molti meno principi attivi dell'infiorescenza integrale della cannabis.

I diversi tipi di cannabis vengono differenziati a partire dal loro contenuto in THC e CBD (ad esempio: Bedrocan 19% THC), che sono i composti più studiati, ma non dobbiamo dimenticare l'intero armamentario di principi attivi contenuto nella pianta. In Italia, i farmaci basati sull'intera infiorescenza provengono da Olanda (come il Bediol o il Bedrolite) e Canada (Pedanios). Anche l'Italia da pochi anni ha cominciato a produrre le piante di cannabis, in due varietà chiamate FM1 o FM2. Perché scegliere una varietà piuttosto che un'altra, a parità di percentuale di THC o CBD? Le infiorescenze dal punto di vista chimico sono equivalenti, FM1 ed FM2 possono avere però più variabilità

nella percentuale di cannabinoidi contenuta (il valore di THC è compreso tra il 13 ed il 20% in FM1, mentre il Bedrocan garantisce la titolazione a circa il 19-22%). Dal punto di vista legislativo, la cannabis terapeutica in Italia è legale dal 2013. Essa deve essere utilizzata, in Italia, come trattamento *di supporto* ai trattamenti standard, quando (cito dal sito del Ministero della Salute, salute.gov.it) *"questi ultimi non hanno prodotto gli effetti desiderati, o hanno provocato effetti secondari non tollerabili, o necessitano di incrementi posologici che dovrebbero determinare la comparsa di effetti collaterali"*. La cannabis

terapeutica può essere prescritta da qualunque medico iscritto all'Ordine dei Medici, utilizzando ricetta bianca non ripetibile (in ottemperanza alla legge Di Bella), sulla quale *non* si deve scrivere il nome del paziente ma un codice alfanumerico univoco. Presentandosi in farmacia con questa ricetta, ogni paziente che sia affetto dalle patologie indicate dal Ministero può acquistare il medicinale a base di cannabis; tuttavia, la rimborsabilità del medicinale stesso (cioè il fatto che il farmaco sia di "fascia A") è a discrezione delle singole Regioni o Province Autonome. La rimborsabilità richiede sia la ricetta rossa, che può essere fatta anche





dal Medico di famiglia, sia il piano terapeutico, che invece può essere compilato solo dallo specialista, e ha una validità di 6 mesi al massimo (come accade, per esempio, per la terapia anticoagulante orale). Le prescrizioni a base di cannabis, infine, sono magistrali, ossia sono preparate dal farmacista. In poche parole: al farmacista arriva l'infiorescenza integrale, che dovrà essere trasformata in farmaco, assumibile dal paziente. Il farmacista, attraverso una serie di preparazioni chimiche ed estrazioni dei principi attivi, preparerà l'olio, la capsula, il decotto, ecc... a seconda della prescrizione del medico. Questi complessi passaggi spiegano non solo perché non tutte le farmacie preparano la cannabis medica, ma anche il suo alto costo.

Dato che la FM è una patologia cronica, la via di somministrazione d'elezione è quella orale, che facilita un assorbimento lento e prolunga dunque l'effetto. Come per tutti gli altri farmaci, si dovrebbe cominciare ad assumere a dosaggio minimo, per poi gradualmente aumentare la dose, al fine di evitare gli effetti collaterali massimizzando l'efficacia. È importante ricordare che la cannabis ha una bassa interazione con altri farmaci, quindi può essere generalmente aggiunta alla propria terapia di base, e ha una minore frequenza di eventi avversi severi: se la confrontiamo con i farmaci oppiacei (codeina, morfina, ossicodone, fentanil) vediamo come la cannabis dia molta meno intolleranza e dipendenza. La cannabis è un farmaco naturale utilizzato da centinaia

di anni, soprattutto in India e in Cina, per trattare una serie di disturbi, tra i quali il dolore. Negli ultimi anni numerosi studi scientifici hanno effettivamente confermato la sua efficacia nel trattamento del dolore cronico. La FM è una patologia molto complessa per la quale la cannabis potrebbe effettivamente essere una risorsa, specialmente per quei pazienti che non trovano beneficio nei trattamenti convenzionali, o che dovrebbero aumentare il dosaggio tanto da rischiare di provocare effetti collaterali. I dati della letteratura scientifica riguardo cannabis e FM sono comunque ancora controversi, soprattutto perché mancano studi a lungo termine ben strutturati che ne confermino l'efficacia. I dati preliminari e soprattutto le impressioni soggettive dei pazienti sono incoraggianti. Alcuni di questi dati sono stati raccolti presso il nostro Centro, l'Ospedale Universitario "Luigi Sacco" di Milano. In uno studio pubblicato quest'anno abbiamo seguito 100 pazienti fibromialgici per 6 mesi di terapia con cannabis, che era stata aggiunta alla loro terapia di base. Il 30% dei pazienti ha raggiunto un miglioramento significativo nel sonno e nella qualità della vita, mentre molti pazienti hanno raggiunto un miglioramento, seppur moderato, nell'ansia e nella depressione (i risultati sono stati registrati tramite questionari). Quasi la metà dei pazienti ha diminuito la terapia analgesica concomitante. Altri due studi pubblicati lo scorso anno

sottolineano come, in media, l'impressione dell'efficacia del trattamento con cannabis tra i pazienti fibromialgici sia alta. Che conclusioni possiamo trarre? Prima di tutto va sottolineata l'importanza della percezione soggettiva nel momento in cui si deve misurare l'efficacia di un farmaco, aspetto fondamentale sia per il paziente FM in cannabis sia per qualunque altro tipo di patologia o medicina. È noto infatti l'effetto *placebo*, che è un miglioramento indotto dalle aspettative positive del paziente, mentre pochi conoscono l'effetto *nocebo*, che è un peggioramento della sintomatologia dato dalle aspettative negative. Ciò è particolarmente attuale per la cannabis, la quale porta con sé un carico emotivo legato alla cultura, alle aspettative, all'educazione e ai valori morali, che può realmente condizionare l'effetto del farmaco in maniera significativa. D'altra parte, sebbene sia fondamentale superare i dubbi e le reticenze culturali, è anche vero che la cannabis terapeutica non va considerata una "cura definitiva" per la FM. Essa può essere efficace nel 30-50% dei pazienti (una percentuale che è in linea con gli altri farmaci utilizzati per la FM, come la duloxetina), e solo per alcuni sintomi. Si può considerare, comunque, un'alternativa più sicura ai farmaci oppiacei. In generale, la strategia terapeutica deve essere basata sulla gradualità, sull'esperienza clinica e sull'alleanza medico-paziente.

Associazione Italiana Sindrome Fibromialgica - ONLUS

Contatti - Sede e Presidenza

c/o U.O.C. di Reumatologia - A.S.S.T. "Fatebenefratelli-Sacco" Polo Universitario
Via G.B. Grassi, 74 - 20157 Milano
Tel. +39 02 3904.3451 (martedì e giovedì 14.30-17.00)
Cell. +39 342 5836144
E-mail: segreteria@sindromefibromialgica.it
vicepresidenza@sindromefibromialgica.it