

# Fibromyalgie

## Personnes à risque et facteurs de risque

### Personnes à risque

- Les **femmes**. La fibromyalgie touche environ 4 fois plus de femmes que d'hommes. Les chercheurs pensent que les hormones sexuelles influencent l'apparition de cette maladie, mais ils ne savent pas encore de quelle manière précisément. Il semblerait que la testostérone rende les hommes plus résistants à la douleur.
- Les personnes dont un membre de la famille souffre ou a souffert de fibromyalgie ou de dépression.
- Les personnes qui ont des troubles du sommeil en raison de spasmes musculaires nocturnes ou du syndrome des jambes sans repos.
- Les personnes qui ont vécu des **expériences traumatisantes** (un choc physique ou émotionnel), comme un accident, une chute, des sévices sexuels, une intervention chirurgicale ou un accouchement difficile.
- Les personnes qui ont contracté une infection importante, comme une hépatite, la maladie de Lyme ou le virus de l'immunodéficience humaine (VIH).
- Les personnes atteintes d'une maladie rhumatismale, comme la polyarthrite rhumatoïde ou le lupus.

### Facteurs de risque

Que des facteurs de risque, ces caractéristiques sont surtout des **facteurs aggravants** de la maladie.

- Le manque ou l'excès d'activité physique.
- La tendance à avoir des pensées catastrophistes, c'est-à-dire à se concentrer sur tout ce que la douleur apporte de négatif dans sa vie.