

Fibromialgia:

Por Que É Tão Difícil Conseguir Aposentadoria ou BPC?

*As principais dúvidas, os maiores obstáculos
é o que pode fazer diferença no seu caso.*



Lucas Rolim

Introdução

A **fibromialgia** é uma condição que afeta milhares de pessoas e pode causar dores intensas, cansaço extremo, alterações no sono, dificuldades de memória e grande impacto na rotina. Mesmo assim, muitas pessoas enfrentam um problema adicional: a dificuldade de provar a gravidade da doença, especialmente em perícias do INSS e em processos judiciais.

Isso acontece porque a fibromialgia nem sempre aparece em exames laboratoriais ou de imagem. Em outras palavras, a dor existe, mas nem sempre pode ser “vista” em uma radiografia ou ressonância. Por isso, quem convive com essa síndrome muitas vezes precisa **reunir provas médicas e documentos consistentes** para demonstrar como a doença afeta sua vida e sua capacidade de trabalho.

Este ebook foi organizado para explicar, **de forma simples**, como a fibromialgia costuma ser analisada nas perícias, quais provas podem fortalecer o caso, como a Justiça tem decidido sobre o tema e **quais barreiras sociais** também devem ser consideradas.



Capítulo 1

O que é a fibromialgia e por que ela gera tanta dificuldade de comprovação

A fibromialgia é uma síndrome clínica marcada principalmente por dor generalizada no corpo, fadiga, distúrbios do sono e dificuldades cognitivas, como lapsos de memória e falta de concentração, muitas vezes chamados de “fibrofog”.

Um dos maiores desafios enfrentados por quem tem fibromialgia é justamente a comprovação da doença e das limitações que ela causa.

Isso porque não existe, em regra, um exame específico que sozinho confirme a síndrome de forma absoluta. Por essa razão, médicos, peritos e juízes costumam analisar o conjunto de sintomas, histórico de tratamento e limitações funcionais da pessoa.



Capítulo 2

Como a perícia do INSS costuma avaliar a fibromialgia

Como a dor não pode ser medida por um exame simples, o **perito do INSS** costuma utilizar **critérios técnicos** para tentar transformar uma condição subjetiva em algo observável e documentado.

1. Índices clínicos e pontos dolorosos

- ✓ **WPI (Índice de Dor Generalizada):** ajuda a **medir em** quantas regiões do corpo existe dor.
- ✓ **IGS ou escala de gravidade dos sintomas:** avalia intensidade de sintomas como fadiga, sono não reparador e dificuldade de concentração.
- ✓ **Pontos dolorosos (tender points):** em alguns casos, observa-se a sensibilidade em pontos específicos do corpo.
- ✓ **Diagnóstico por exclusão:** o perito também pode verificar se foram feitos exames para afastar outras doenças que causam sintomas parecidos.



- ✓ **Diagnóstico por exclusão:** o perito também pode verificar se foram feitos exames para afastar outras doenças que causam sintomas parecidos.

Capítulo 2

Como a perícia do INSS costuma avaliar a fibromialgia

Durante a perícia, o médico pode avaliar a a exame simples, o perito do INSS costuma utilizar **critérios técnicos** para tentar transformar uma condição subjetiva em algo observável e documentado.

2. Exame físico funcional

- ✓ Durante a perícia, o médico pode avaliar a capacidade funcional da pessoa, observando:
- ✓ amplitude de movimento;
- ✓ força muscular,
- ✓ postura,
- ✓ marcha,
- ✓ sensibilidade,
- ✓ coerência entre o relato da dor e o histórico médico apresentado.

3. Histórico de tratamento

Outro ponto muito importante é o **histórico médico**. Quando a pessoa já tentou diversos tratamentos e continua com limitações, isso pode reforçar a gravidade do quadro.

Quanto mais consistente for esse conjunto de provas, maior tende a ser a força do caso.



Capítulo 3

A importância do laudo médico bem feito

Para quem tem **fibromialgia**, um **laudo médico** detalhado pode fazer muita diferença. Como o perito não “enxerga” a dor diretamente, é essencial que o documento descreva o quadro de forma clara, técnica e completa.

Um bom laudo deve ir além de afirmar apenas que a pessoa tem fibromialgia. Ele precisa **mostrar**:

- ✓ quais são os sintomas;
- ✓ há quanto tempo eles existem;
- ✓ quais tratamentos já foram tentados;
- ✓ se houve melhora ou não;
- ✓ quais limitações a pessoa apresenta no dia a dia;
- ✓ de que forma a doença afeta o trabalho e a rotina.

Também é muito importante que o laudo mencione sintomas associados, como:

- ✓ fadiga crônica;
- ✓ sono não reparador;
- ✓ ansiedade ou depressão associadas;
- ✓ lapsos de memória;
- ✓ dificuldade de concentração;
- ✓ piora funcional em razão da dor.

Quando possível, laudos assinados por **reumatologista** costumam ter peso relevante, especialmente porque esse especialista é uma das principais referências no acompanhamento da fibromialgia.



Capítulo 4

O que a Justiça costuma analisar nos casos de fibromialgia

As decisões judiciais mostram que a **fibromialgia** é um tema de grande disputa técnica. Em muitos casos, o diagnóstico existe, mas o benefício é negado porque não ficou suficientemente comprovado que a pessoa está incapacitada para o trabalho.

Por outro lado, a Justiça também reconhece que um **laudo negativo** nem sempre encerra a discussão. O juiz pode analisar o conjunto das provas.

1. A prova técnica atual é muito importante

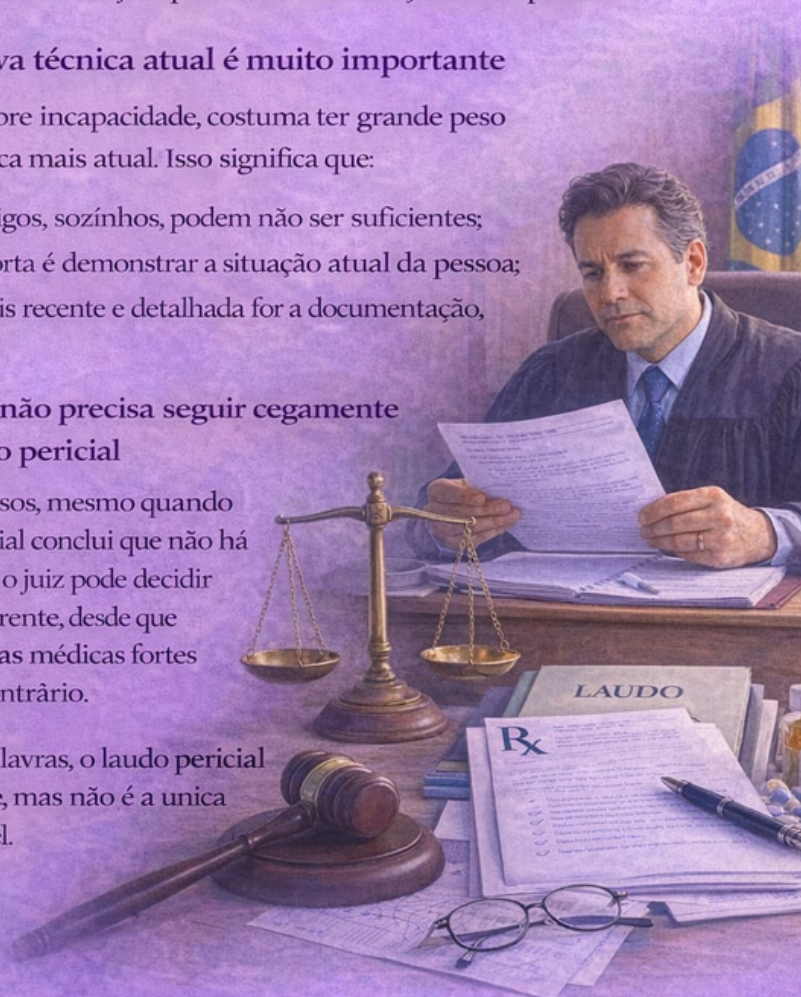
Em ações sobre incapacidade, costuma ter grande peso a prova médica mais atual. Isso significa que:

- ✓ laudos antigos, sozinhos, podem não ser suficientes;
- ✓ o que importa é demonstrar a situação atual da pessoa;
- ✓ quanto mais recente e detalhada for a documentação, melhor.

2. O juiz não precisa seguir cegamente o laudo pericial

Em alguns casos, mesmo quando o perito judicial conclui que não há incapacidade, o juiz pode decidir de forma diferente, desde que existam **provas médicas fortes** em sentido contrário.

Em outras palavras, o **laudo pericial** é importante, mas não é a única prova possível.



Capítulo 5

Quando as condições pessoais fazem diferença

Nos casos envolvendo fibromialgia, não basta olhar apenas para o CID ou para o nome da doença. A Justiça também costuma **analisar quem é a pessoa** e qual é a sua realidade.

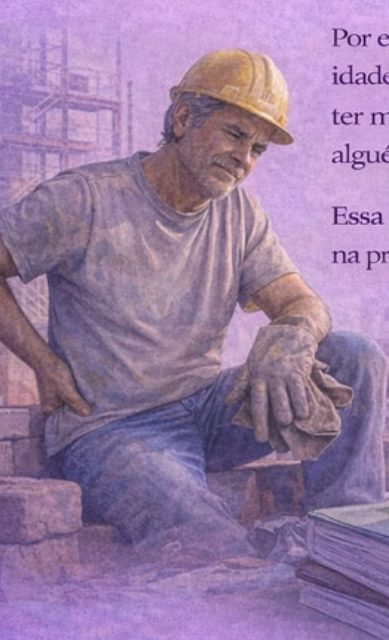
Alguns fatores podem ser decisivos:

- ✓ idade;
- ✓ escolaridade;
- ✓ profissão exercida ao longo da vida;
- ✓ possibilidade real de reabilitação;
- ✓ limitação para exercer outras atividades;
- ✓ contexto social e económico.



Por exemplo, uma pessoa com baixa escolaridade, idade mais avançada e histórico de trabalho braçal pode ter muito mais dificuldade para ser reabilitada do que alguém com formação superior e atividade adaptável.

Essa análise é importante porque nem sempre existe, na prática, chance real de recolocação no mercado de trabalho.



Por exemplo, uma pessoa com baixa escolaridade, idade mais avançada, é historico de trabalho braçal pode ter muito mais dificuldade para ser reabilitada do que alguém com formação superior e atividade adaptável.

Capítulo 6

Fibromialgia e trabalho: quando o ambiente piora a doença

Na área **trabalhista**, também pode haver discussão sobre fibromialgia. Em alguns casos, a doença não foi causada diretamente pelo trabalho, mas o ambiente profissional pode ter contribuído para piorar o quadro.

Isso é chamado de **concausa**.

Pode acontecer, por exemplo, quando há:

- ✓ esforço físico excessivo;
- ✓ longos períodos em pé ou sentado;
- ✓ pressão psicológica intensa;
- ✓ perseguição no ambiente de trabalho;
- ✓ ausência de pausas;
- ✓ falta de adaptação das funções.



Quando fica demonstrado que o trabalho agravou a condição, pode haver reconhecimento de direitos **trabalhistas**, inclusive indenização, dependendo do caso



Quando fica demonstrado que o trabalho agravou a condição, pode haver reconhecimento de direitos **trabalhistas**, inclusive indenização, dependendo do caso concreto.

Capítulo 7

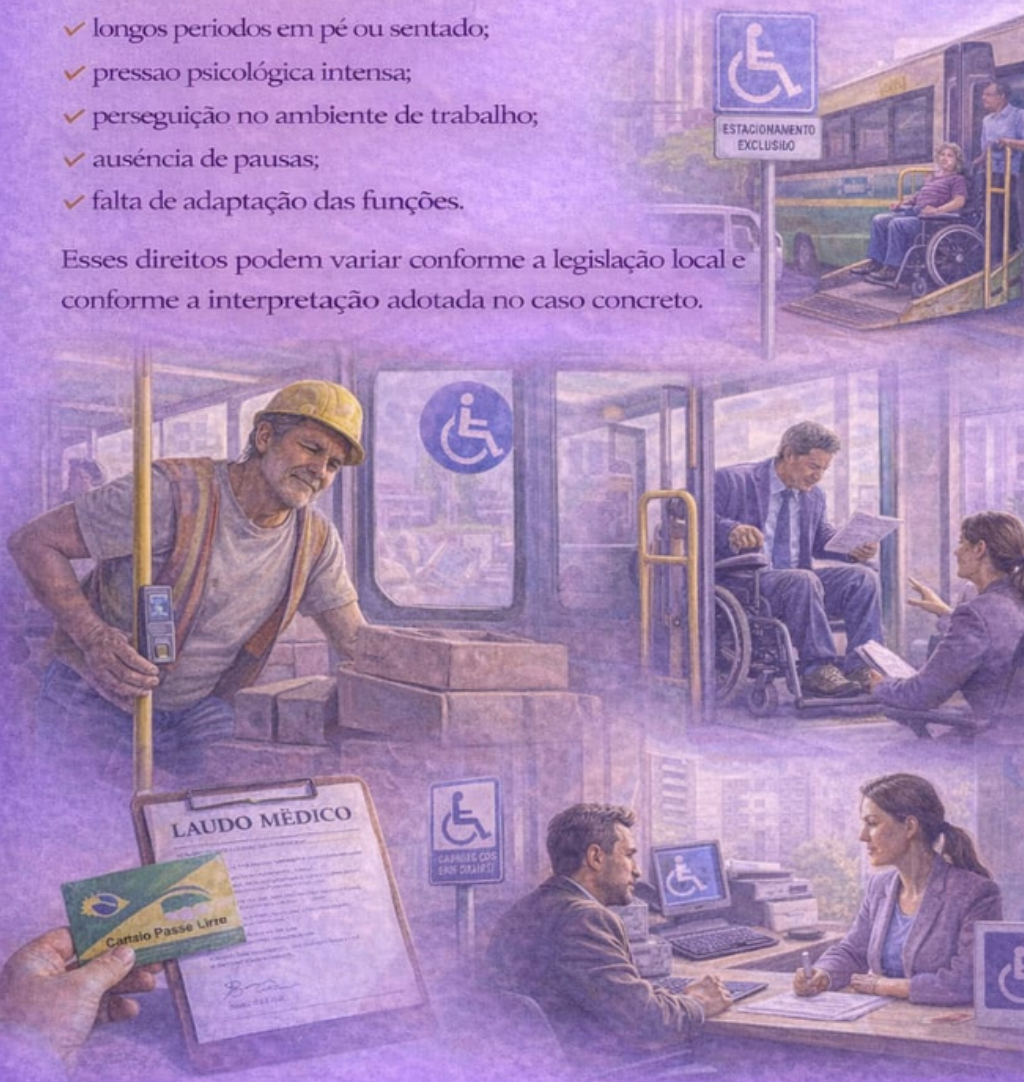
Direitos além do INSS

A discussão sobre **fibromialgia** não envolve apenas benefícios previdenciários. Em alguns casos, a doença também se relaciona com direitos de mobilidade, acessibilidade e proteção social.

Entre os temas que já aparecem em decisões judiciais e **legislações locais**, estão:

- ✓ gratuidade no transporte coletivo;
- ✓ longos períodos em pé ou sentado;
- ✓ pressão psicológica intensa;
- ✓ perseguição no ambiente de trabalho;
- ✓ ausência de pausas;
- ✓ falta de adaptação das funções.

Esses direitos podem variar conforme a legislação local e conforme a interpretação adotada no caso concreto.



Capítulo 8

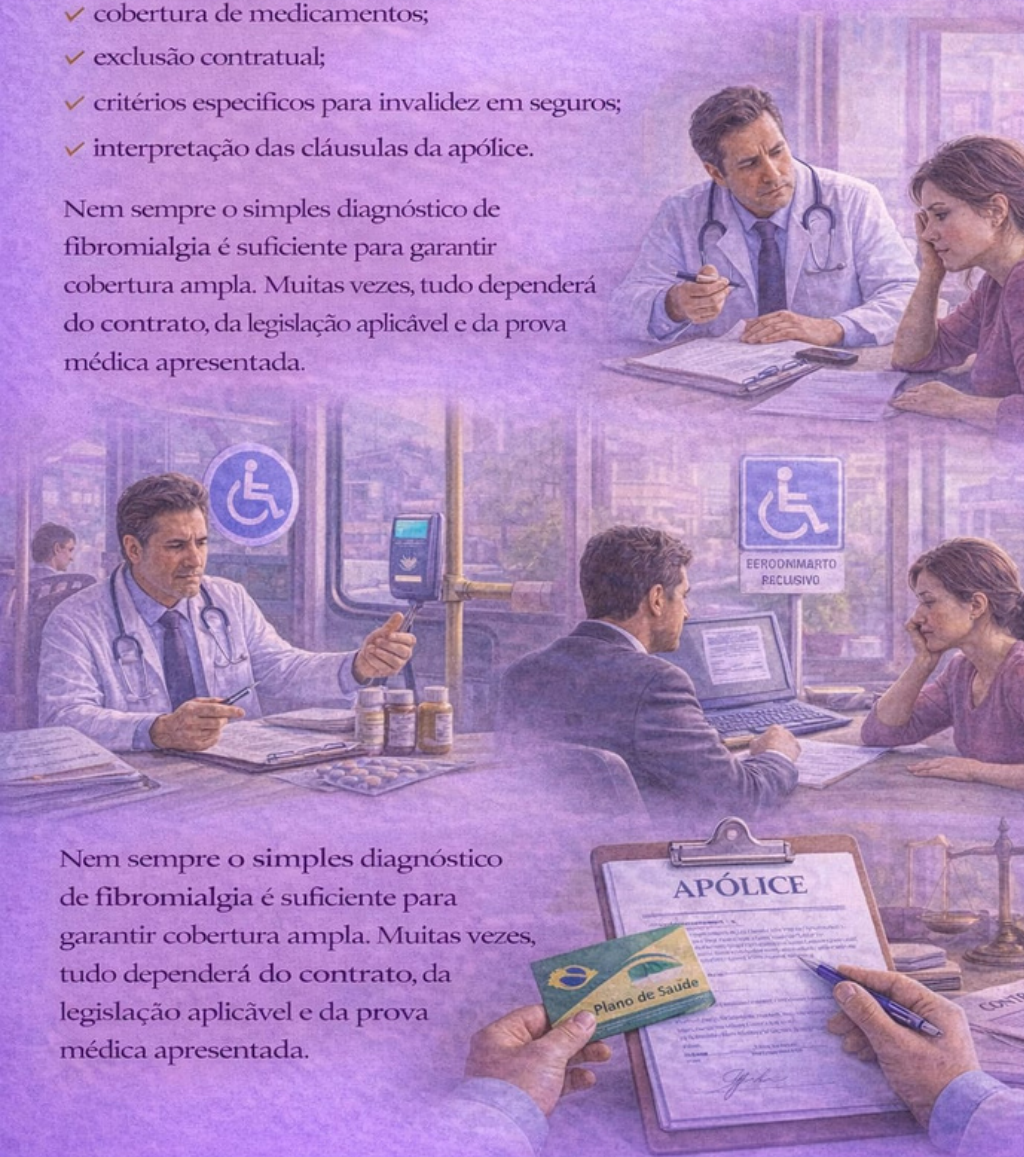
Limitações em contratos privados

Quando o tema envolve contratos privados, como planos de saúde e seguros, a análise costuma ser mais restrita.

Nesses casos, podem surgir discussões sobre:

- ✓ cobertura de medicamentos;
- ✓ exclusão contratual;
- ✓ critérios específicos para invalidez em seguros;
- ✓ interpretação das cláusulas da apólice.

Nem sempre o simples diagnóstico de fibromialgia é suficiente para garantir cobertura ampla. Muitas vezes, tudo dependerá do contrato, da legislação aplicável e da prova médica apresentada.



Nem sempre o simples diagnóstico de fibromialgia é suficiente para garantir cobertura ampla. Muitas vezes, tudo dependerá do contrato, da legislação aplicável e da prova médica apresentada.

Capítulo 9

A nova avaliação biopsicossocial e o olhar além da doença

A tendência mais recente é que a análise da fibromialgia não fique limitada apenas ao aspecto médico. A **avaliação biopsicossocial** busca compreender como a doença afeta a participação da pessoa na sociedade.



Isso significa observar não só a dor, mas também o **ambiente ao redor**, as barreiras enfrentadas e a **realidade de vida do paciente**.

Barreiras urbanísticas e arquitetônicas



- ✓ Transporte, ruas,
- ✓ acessibilidade



Barreiras atitudinais



- ✓ Preconceito e falta de apoio



Barreiras profissionais

- ✓ Falta de adaptação no trabalho



Barreiras de informação

- ✓ Dificuldade para acessar direitos



Entender essas barreiras é essencial para garantir **justiça, inclusão e respeito** à realidade da pessoa com fibromialgia.

Capítulo 9

A nova avaliação biopsicossocial e o olhar além da doença

A tendência é que a análise da fibromialgia não fique limitada apenas ao aspecto médico. A **avaliação biopsicossocial** busca compreender como a doença afeta a **participação da pessoa na sociedade**.



Isso significa observar **não só a dor**, mas também o **ambiente ao redor**, as **barreiras** enfrentadas e a **realidade de vida** do paciente.



Barreiras urbanísticas e arquitetônicas



Dificuldade de usar transporte público



Trepidação do ônibus que aumenta a dor



Falta de assentos respeitados



Ruas esburacadas ou sem asfalto



Longas distâncias até serviços essenciais



Ausência de rampas, elevadores ou acessibilidade

Barreiras atitudinais



Preconceito e falta de compreensão



Falta de apoio familiar



Julgamento pela aparência

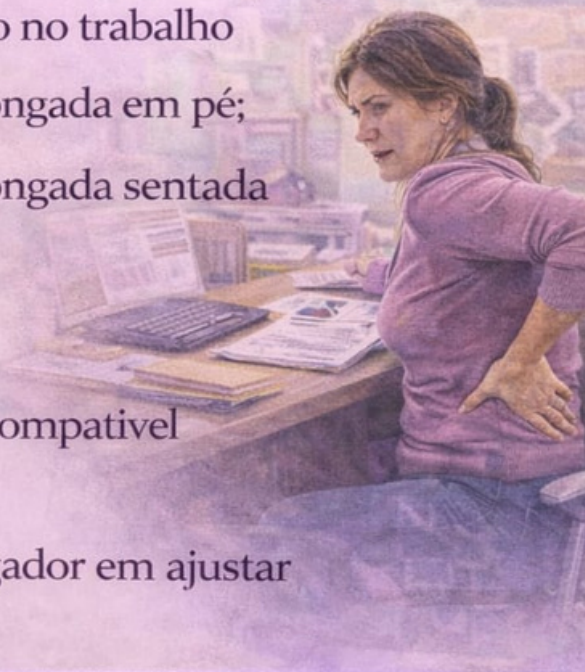


Falta de empatia de peritos e colegas



Barreiras profissionais

- ✓ Falta de adaptação no trabalho
- ✓ Permanência prolongada em pé;
- ✓ Permanência prolongada sentada
- ✓ Falta de pausas;
- ✓ Esforço repetitivo;
- ✓ Exigência física incompatível com a limitação;
- ✓ Recusa do empregador em ajustar a função.



Barreiras de informação

- ✓ Dificuldade para acessar direitos.
- ✓ Passe livre;
- ✓ Cartão de estacionamento;
- ✓ Benefícios assistenciais,
- ✓ Documentos necessários;
- ✓ Canais corretos para requerer direitos.



Como relatar suas limitações de forma clara

Uma orientação importante é evitar relatos vagos. Em avaliações e perícias, descrições concretas costumam ter mais força.

Em vez de dizer:

Tenho dificuldade para andar.

É mais útil explicar algo como:

- ✓ Não consigo caminhar dois quarteirões sem precisar parar por causa da dor nos pés e nas pernas.

Sinto muito cansaço.

É mais útil e eficaz relatar:

- ✓ Mesmo após dormir, acordo cansada e sem energia para realizar tarefas simples da casa.



Barreiras de informação

- ✓ Dificuldade para acessar direitos;
- ✓ Passe livre;
- ✓ Cartão de estacionamento;
- ✓ Benefícios assistenciais;
- ✓ Documentos necessários;
- ✓ Canais corretos para requerer direitos.



Quanto mais real, específico e coerente for o relato, mais fácil será demonstrar o impacto funcional da fibromialgia.

Capítulo 11

O que costuma fortalecer um caso de fibromialgia

De forma geral, alguns elementos costumam tornar o caso mais forte:

- ✓ laudos médicos atuais e detalhados;
- ✓ acompanhamento com especialista;
- ✓ histórico contínuo de tratamento;
- ✓ prova de uso de medicamentos;
- ✓ documentos que demonstrem persistência dos sintomas;
- ✓ descrição concreta das limitações;
- ✓ análise das condições pessoais e profissionais;
- ✓ comprovação das barreiras sociais e ambientais.



A soma dessas provas pode ser mais importante do que qualquer documento isolado.

Conclusão

A fibromialgia é uma condição real, séria e muitas vezes incapacitante,

embora nem sempre apareça em exames objetivos.

Por isso, quem convive com a doença precisa, com frequência, enfrentar não apenas a dor, mas também a desconfiança, o preconceito e a dificuldade de reconhecimento dos seus direitos.

O mais importante é entender que o diagnóstico, sozinho, nem sempre basta. O que costuma fazer diferença é a qualidade da documentação, a clareza dos relatos, a consistência do histórico de tratamento e a demonstração concreta de como a doença afeta a vida da pessoa.

Com informação, preparação e provas bem organizadas, é possível apresentar o quadro de forma mais forte e mais humana.



Sobre o autor



Lucas Rolim é advogado e escritor, nascido em Brasília/DF e atualmente morando em Uberlândia/MG.

Com mais de 10 anos de atuação na advocacia, presta atendimento jurídico com atuação em todo o Brasil, aliando experiência prática, informação acessível e compromisso com a orientação de pessoas que buscam compreender melhor os seus direitos.

WhatsApp: (34) 99236-8174

Atendimento pelo QR Code abaixo.



**Fale com o autor
pelo WhatsApp
(34) 99236-8174**

Fale com o autor pelo WhatsApp