

# FIBROMYALGIE

## *La maladie invisible*

Valentina Principe Nadine Randon

Jérôme Laniau

Quand on parle de maladie invisible, toutes les histoires sont différentes...  
... En voici quelques unes en image.



Date de publication Avril 2025

À l'occasion des 20 ans de l'association FibromyalgieSOS, une bande dessinée inédite voit le jour.

À l'initiative de l'association FibromyalgieSOS, réalisée par l'association Trois Petits Points et illustrée par Valentina Principe, cette œuvre met un visage sur une maladie encore trop méconnue : la fibromyalgie.

À travers des témoignages sensibles et des scènes du quotidien, cette BD donne la parole à celles et ceux qui vivent avec cette maladie invisible, et contribue à lever le voile sur une réalité encore largement incomprise.

Informers, sensibiliser, faire entendre. Voilà l'objectif de cette bande dessinée portée par des patients bénévoles... et 20 ans de combat associatif.

## Comprendre la fibromyalgie et le sens de cette bande dessinée

La fibromyalgie est un syndrome complexe et encore trop souvent mal compris. Elle se manifeste par des douleurs chroniques diffuses dans les muscles, les tendons, les ligaments, mais s'accompagne aussi fréquemment d'une fatigue persistante, de troubles du sommeil, de difficultés de concentration et de mémoire. En France, près de deux millions de personnes seraient concernées.

Longtemps marginalisée ou perçue comme psychosomatique, la fibromyalgie a connu une lente évolution dans sa reconnaissance médicale. Jusqu'à récemment, de nombreux patients ont vécu dans l'errance diagnostique, ballottés d'un spécialiste à l'autre sans réponse claire, parfois même confrontés au scepticisme ou au mépris. Aujourd'hui, les choses commencent à changer, notamment grâce aux recherches scientifiques, à l'engagement des cliniciens et au rôle fondamental des associations de patients.

Depuis 20 ans, l'association FibromyalgieSOS s'engage pour une meilleure connaissance, la reconnaissance et une meilleure prise en charge de cette pathologie. Elle informe les malades via un site très documenté, les accompagne par le biais d'une permanence téléphonique (09 70 09 22 22), d'un forum et de réseaux sociaux actifs, et agit en soutien à la recherche médicale.

Ces dernières années, les études ont permis d'objectiver les douleurs des patients. Sur le plan institutionnel, les progrès sont également notables.

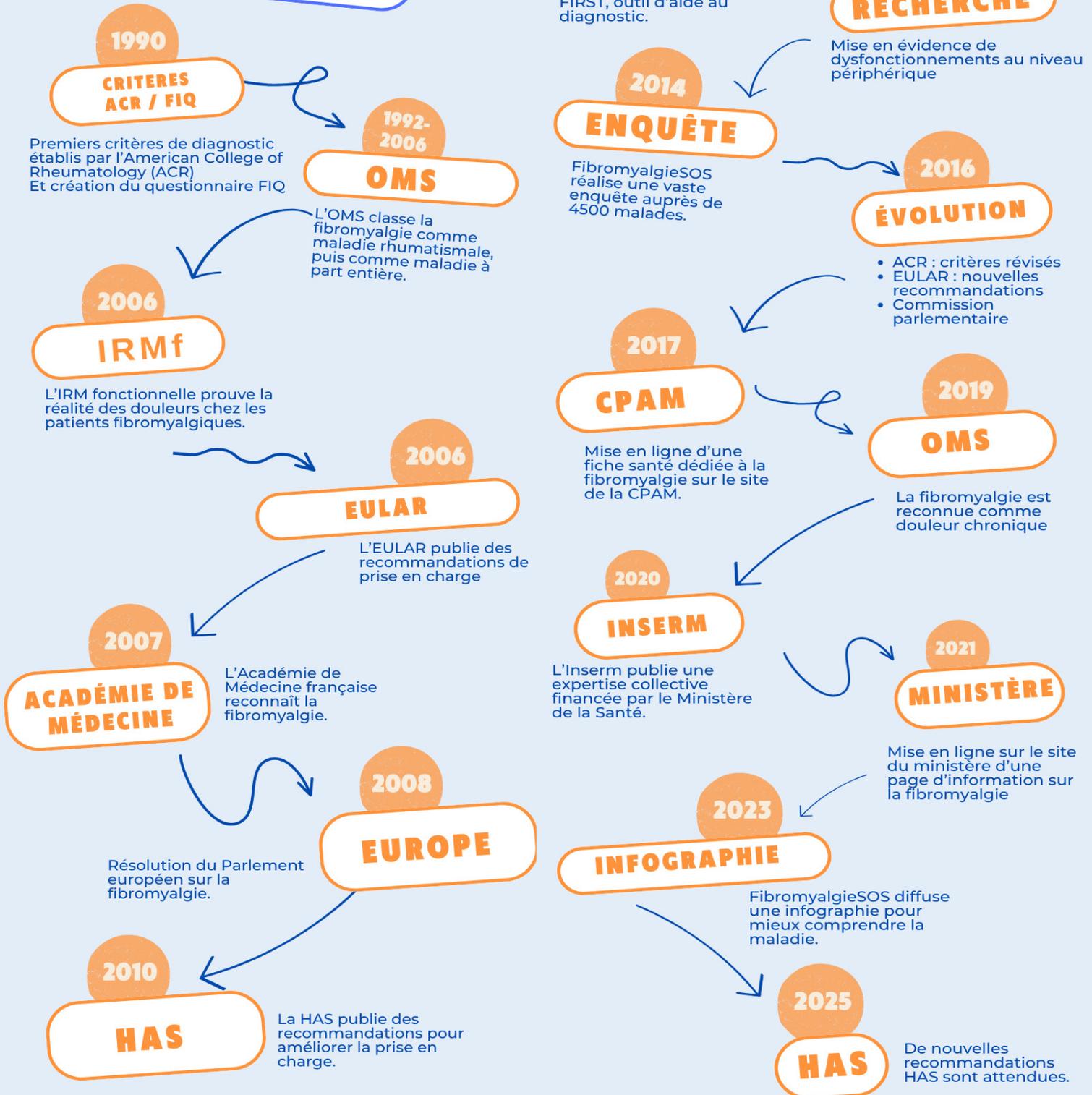
Pour autant, la reconnaissance ne suffit pas : la formation des professionnels de santé reste lacunaire, et les traitements sont souvent inadaptés. Il n'existe à ce jour aucun médicament spécifiquement conçu pour traiter la fibromyalgie. La prise en charge doit être globale, multidisciplinaire, incluant la gestion de la douleur, l'activité physique adaptée, le soutien psychologique, la relaxation, ou encore les approches complémentaires.



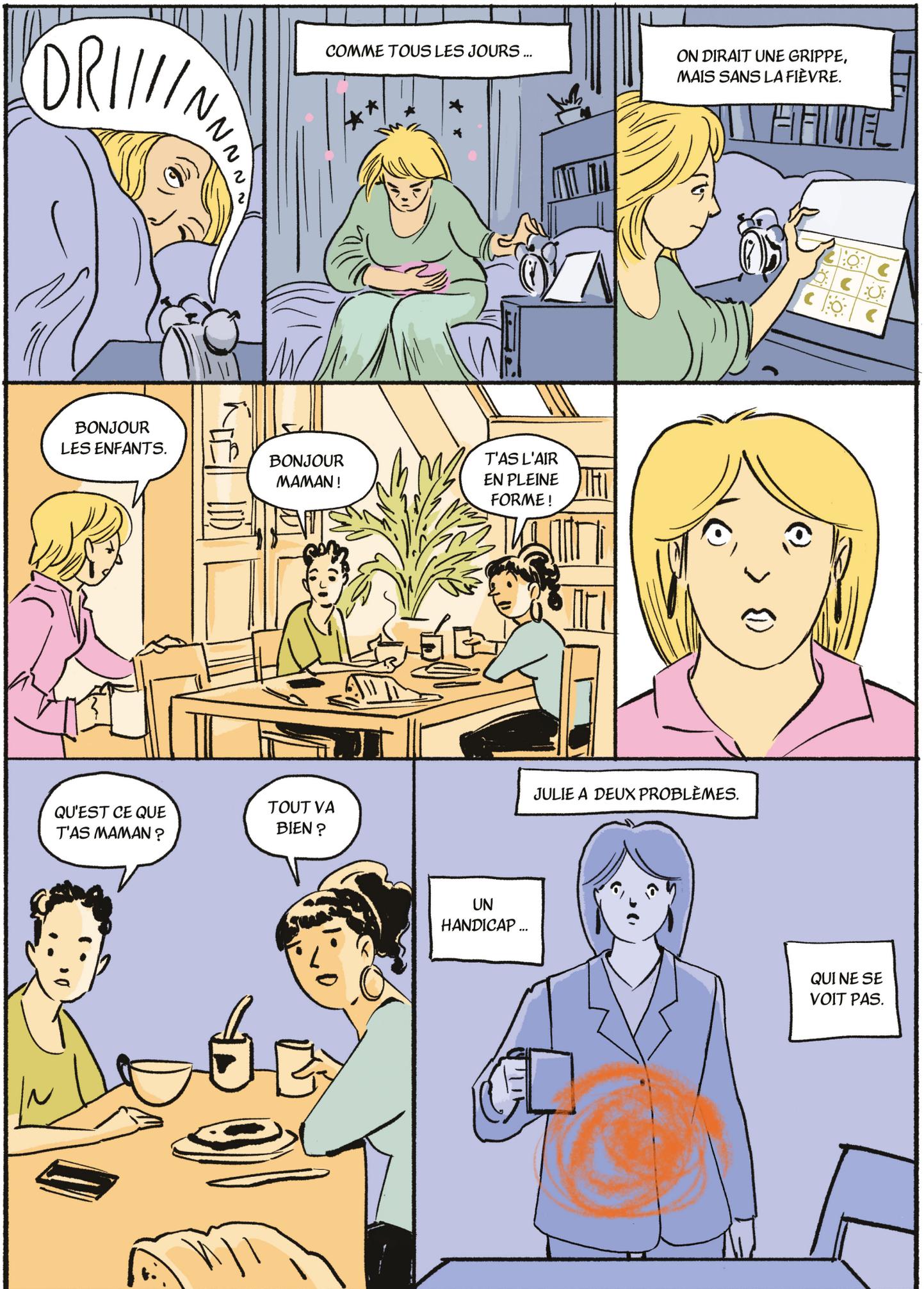
# Focus sur la fibromyalgie

## Fibromyalgie

### 20 ANS DE PROGRÈS



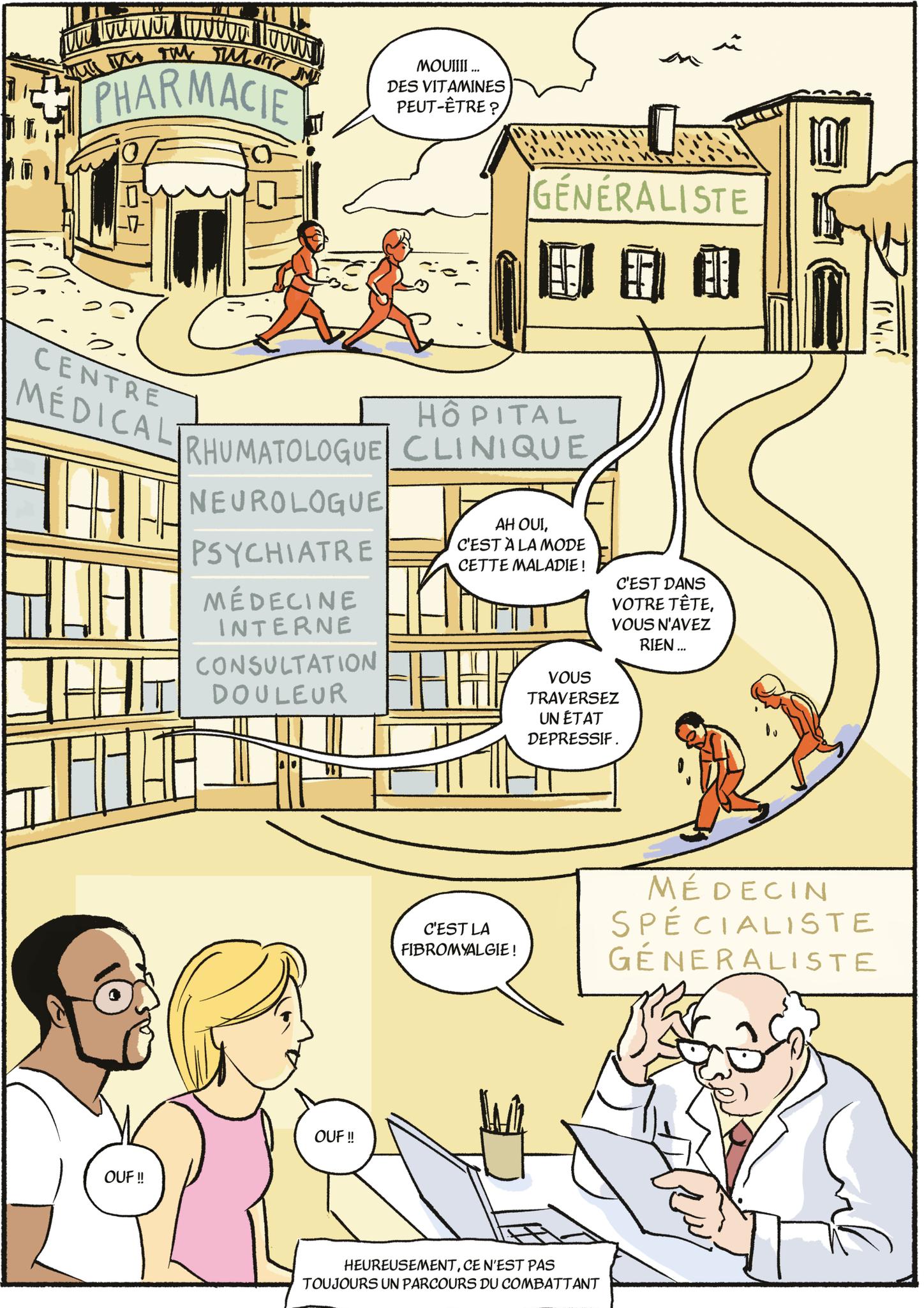
# Le quotidien invisible



# Les symptômes multiples



# Le parcours médical pour le diagnostic

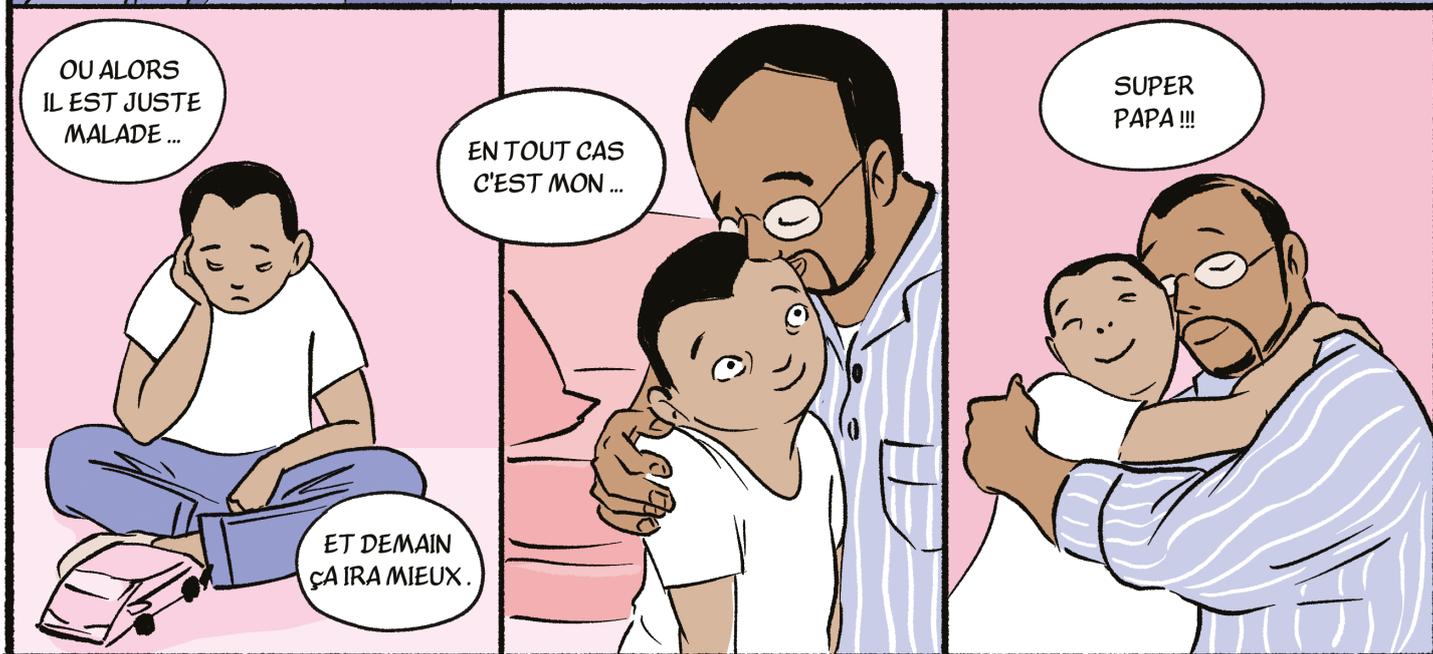
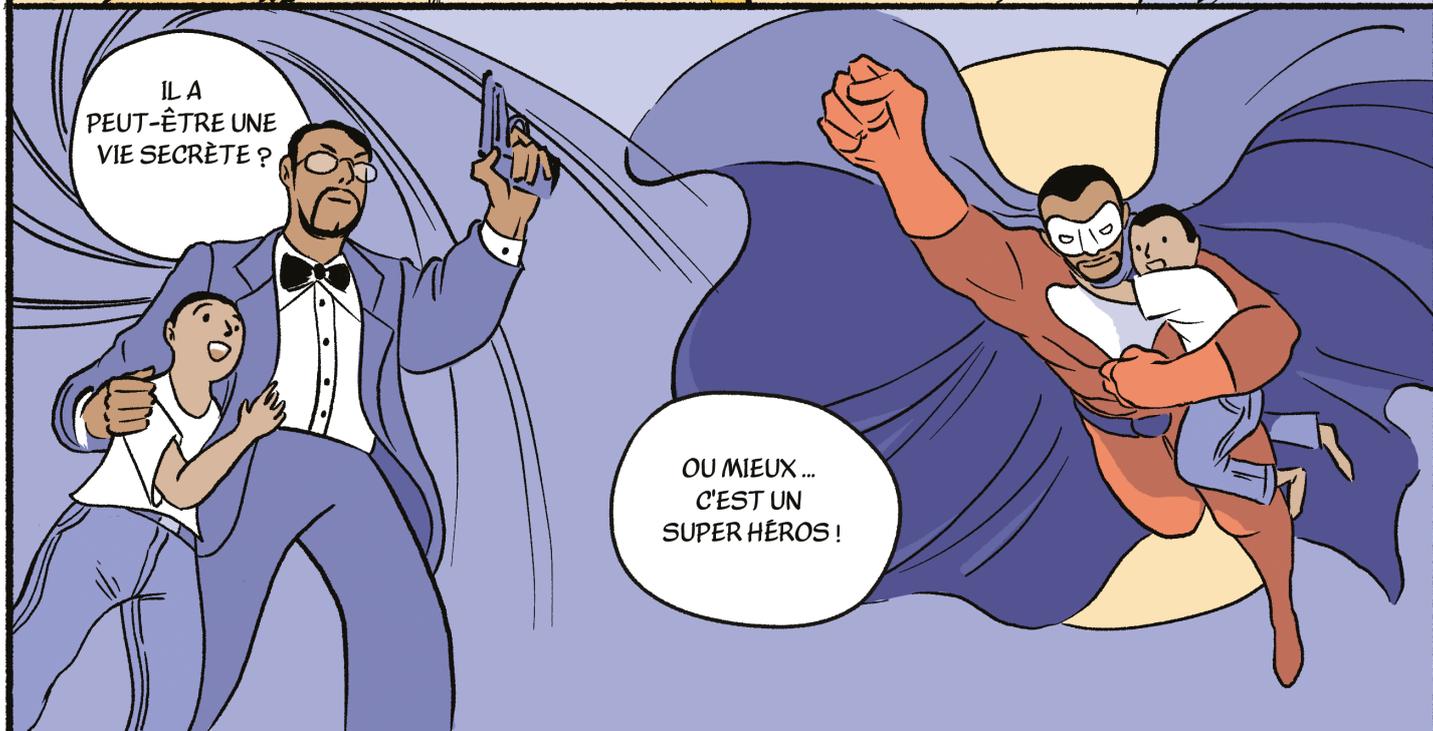


LA FIBROMYALGIE, CET HANDICAP INVISIBLE ...



CE N'EST PAS QU'UNE MALADIE DE FEMME.

# Le ressenti des enfants



# L'acceptation



QUAND ON PARLE DE FIBROMYALGIE,  
OU DE HANDICAP INVISIBLE,  
TOUTES LES HISTOIRES  
SONT DIFFÉRENTES ...

POUR CERTAINS, C'EST SÛR,  
C'EST UN TEMPS LOURD  
QUI N'EN FINIT PAS.



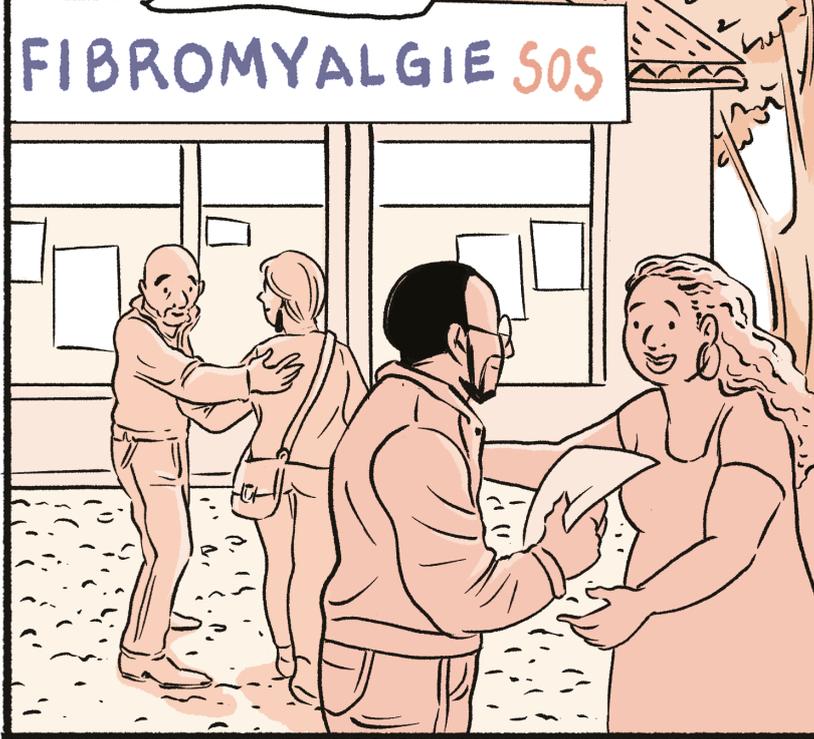
D'AUTRES S'ADAPTENT  
ET VIVENT DES  
NOUVELLES AVENTURES.

PAS MAL CE  
BAIN CHAUD!

DE BELLES  
RENCONTRES  
PEUVENT NAÎTRE



QU'ON FASSE LA TÊTE  
OU QU'ON SOURIE, ÇA NE  
CHANGE RIEN À LA MALADIE  
DONC NOUS ...



ON PRÉFÈRE SOURIRE!



# Des solutions existent

DES SOLUTIONS EXISTENT ...

RÉUNIONS D'INFORMATION.

ÉCOUTE  
TÉLÉPHONIQUE

Fibromyalgie  
SOS

VISIOS.

ACTIVITÉ PHYSIQUE.

CURE THERMALE.

GESTION DU STRESS

PENSEZ A BIEN  
RESPIRER!

ET LE TOUT, EN MUSIQUE!

HYMNE POUR LES FIBROMYALGIQUES

\*\* LA CAVALIÈRE \*\*

## PREVALENCE EN FRANCE



Apparition des  
premiers symptômes  
en moyenne à

**40/45 ANS**

## SYMPTÔMES

**Communs** à presque toutes les fibromyalgies :



**Douleur chronique**



**Fatigue chronique**



**Troubles du sommeil**



**Troubles cognitifs**

## COMMENT ÇA MARCHE ?

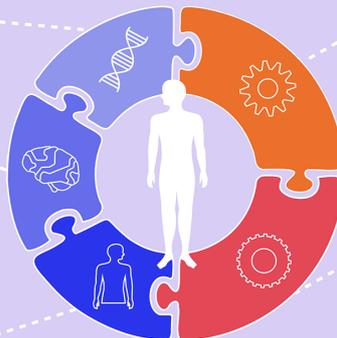
### Facteurs déclencheurs

### 2 mécanismes

Prédisposition génétique

Traumatismes  
psychologiques

Traumatismes physiques  
engendrant du stress  
à l'organisme



Séparément ou simultanément

#### Mécanismes centraux

- ✱ Altérations de l'axe du stress et du système nerveux autonome
- ✱ Dysfonctions des systèmes nociceptifs

#### Mécanismes périphériques

- ✱ Atteinte musculaire
- ✱ Inflammation ?
- ✱ Atteinte des fibres nerveuses périphériques



# FIBROMYALGIE

*La maladie invisible*

## Siège social

Association FibromyalgieSOS  
54 rue de Ferrières  
77600 Bussy St Georges

Antenne administrative  
Association FibromyalgieSOS  
Résidence Concorde  
13 Rue Debussy  
62660 Beuvry

Email : [contact@fibromyalgiesos.fr](mailto:contact@fibromyalgiesos.fr)

Permanence téléphonique tenue par des bénévoles atteints de fibromyalgie

 **N°Cristal** 09 70 09 22 22

APPEL NON SURTAXE

Site : [www.fibromyalgiesos.fr](http://www.fibromyalgiesos.fr)

Forum ouvert à tous, sous modération  
[www.forum.fibromyalgiesos.fr](http://www.forum.fibromyalgiesos.fr)



prix de vente

5 €



Merci aux adhérents et aux patients bénévoles

**AIDONS-NOUS !  
AIDEZ-NOUS !**

Écoutez l'hymne pour les fibromyalgiques :



«La cavalière»

<https://www.youtube.com/watch?v=nLQ-8ZM-wKw>



Association Loi 1901 d'intérêt général n°W553000183 créée le 24 avril 2005 • Siret n° 501 090 948 00032 • Agréée au niveau national par le Ministère de la Santé depuis mars 2014 • Membre fondateur de France Assos Santé • Affiliée à l'AFLAR (Association Française de Lutte AntiRhumatismale) • Tous droits réservés FibromyalgieSOS  
Document et bande-dessinée réalisée par Trois Petits Points  
(<https://valo.troispetitspoints.org>)