

Buongiorno, io sono Elisa Tumino, fibromialgica, 27 anni.

Seguo il vostro profilo Instagram e ho deciso di mandarvi la mia testimonianza. Ho creato un profilo instagram dove cerco di sensibilizzare sulla fibromialgia, sul dolore cronico e dove metto ricette di cucina light e senza glutine che chi soffre di fibromialgia deve seguire.

Io sono 2 anni che sto male ma è da soli 8 mesi che mi hanno fatto la diagnosi di fibromialgia, confermata da 3 reumatologi diversi.

Facevo la vita di una ragazza normale, uscivo, lavoravo e non ero mai a casa e all'improvviso la mia vita è stata stravolta da dolori lancinanti alle spalle, poi al collo, poi ai polsi, alle mani, alle scapole, alla schiena finché non è arrivata alle gambe e sono stata 3 mesi sulla sedia a rotelle. Da quando sto male non lavoro più e mi manca tanto.

Da quando ho la diagnosi di fibromialgia tutti i giorni è un giorno diverso, dove posso stare meglio o peggio, faccio un percorso psicologico che trovo fondamentale per chi ha un dolore cronico, faccio yoga, prendo le medicine, cerco di lavorare molto su di me e faccio un'alimentazione sana consigliata dal reumatologo e dalla nutrizionista.

Sto cercando di trasformare la mia patologia in qualcosa di buono aiutando chi sta passando quello che sto passando io e ha bisogno di qualcuno che li comprende.

Cordiali saluti

**Elisa Tumino**