

« La France en Bleu » 2025 : Sensibilisation et Reconnaissance de la Fibromyalgie

Pourquoi cette mobilisation est essentielle ?

Le 12 mai, à l'occasion de la **Journée mondiale de la fibromyalgie**, l'événement « **La France en Bleu** » vise à attirer l'attention sur une pathologie qui touche environ **1,5 million de personnes en France, soit 22 personnes pour 1 000 habitants**. Ces patients souffrent d'une maladie souvent invisible, marquée par **des douleurs chroniques intenses et invalidantes**, une **fatigue écrasante**, des troubles cognitifs majeurs, et d'autres symptômes altérant profondément leur qualité de vie, leur capacité à travailler, et même leurs relations sociales.

Pourquoi le bleu ?

- Le bleu symbolise **l'espoir, la résilience, et la solidarité**.
- Illuminant des monuments emblématiques, cette couleur devient un puissant outil visuel pour sensibiliser le public et inciter à l'action.

Pourquoi le 12 mai ?

La date du **12 mai** a été choisie en hommage à **Florence Nightingale**, une pionnière des soins infirmiers modernes. Florence Nightingale est née le **12 mai 1820** et a été connue non seulement pour ses contributions dans le domaine de la santé, mais aussi pour sa résilience face à des souffrances chroniques qui s'apparentaient à la fibromyalgie ou au syndrome de fatigue chronique. Le **courage** et la **persévérance** de Nightingale face à sa propre maladie sont devenus une source d'inspiration pour des millions de personnes à travers le monde qui se battent pour la reconnaissance de la fibromyalgie.

En choisissant cette date, les associations et les malades veulent symboliser la **détermination**, le **courage**, et l'importance d'une meilleure prise en charge pour ceux qui vivent quotidiennement avec la fibromyalgie.

Historique : une reconnaissance tardive mais cruciale

La fibromyalgie, bien qu'incluse dans la **Classification internationale des maladies (CIM)** depuis [1992](#), reste mal reconnue en pratique :

- **1992** : Reconnaissance officielle par l'OMS sous le code M79.7.

« La France en Bleu » 2025 : Sensibilisation et Reconnaissance de la Fibromyalgie

- **2007** : L'Académie nationale de médecine en France recommande l'usage du terme « [syndrome fibromyalgique](#) ».
- **2010** : La HAS publie un [premier rapport d'orientation](#), insistant sur l'importance d'une prise en charge multidisciplinaire.
- **2016** : Une commission parlementaire propose [20 mesures](#) pour améliorer la reconnaissance et la prise en charge des malades.
- **2020** : L'Inserm produit une **expertise collective**, consolidant les connaissances scientifiques et appelant à des progrès concrets. Ce rapport est disponible ici : [Rapport Inserm 2020](#).
- **2024** : La HAS a initié de nouvelles recommandations sur la prise en charge diagnostique et thérapeutique. Ces recommandations peuvent être consultées ici : [Recommandations HAS – Fibromyalgie](#).

Un impact majeur sur la société

La fibromyalgie n'est pas une simple gêne. C'est une maladie qui cause **des douleurs chroniques intenses** souvent décrites comme des brûlures, des décharges électriques ou une sensation de coups sur tout le corps. Ces douleurs sont **continues**, et même les périodes de rémission ne permettent jamais un retour complet à la normale. Elles empêchent les patients de réaliser même les tâches les plus basiques du quotidien, comme **se laver, s'habiller, ou monter des escaliers**. Ces douleurs ne sont pas seulement physiques ; elles touchent aussi l'esprit, entraînant une perte de motivation et parfois de **profondes souffrances émotionnelles**.

- **Conséquences pour les malades :**
 - **Douleurs constantes et épuisantes**, empêchant souvent toute activité, y compris les tâches quotidiennes simples comme porter des objets légers ou se lever du lit.
 - **Fatigue écrasante** qui ne disparaît pas avec le repos, transformant chaque journée en un défi immense.
 - **Troubles cognitifs**, souvent appelés « fibro fog », provoquant des oublis fréquents, des difficultés à se concentrer et une confusion générale, ce qui affecte gravement la capacité à travailler ou à interagir socialement.
 - **Errance médicale** en raison de diagnostics souvent tardifs et mal posés.
 - **Isolement émotionnel et stigmatisation** : les malades sont souvent perçus comme exagérant leurs symptômes, ce qui conduit à une **souffrance psychologique importante**.
- **Conséquences économiques :**
 - **Coûts médicaux élevés** liés aux consultations multiples, aux traitements, et à l'absence de protocoles clairs. Souvent, les patients doivent essayer de nombreux médicaments et thérapies sans obtenir de soulagement.

« La France en Bleu » 2025 : Sensibilisation et Reconnaissance de la Fibromyalgie

- **Perte de productivité** à cause des arrêts de travail fréquents et des difficultés à maintenir une activité professionnelle régulière, voire des pertes d'emploi. Cela a un **impact financier lourd** tant pour les individus que pour la société.

Travaux de la HAS pour 2025 et au-delà

En avril 2024, la HAS a validé une **note de cadrage** visant à réviser les recommandations sur la fibromyalgie, avec des objectifs concrets à mettre en œuvre en 2025 :

- **Harmoniser le diagnostic** avec des critères simplifiés et des outils pratiques pour les professionnels de santé.
- **Améliorer les parcours de soins**, en proposant une prise en charge coordonnée et multidisciplinaire.
- **Encourager les approches non médicamenteuses** comme les activités physiques adaptées et les thérapies cognitivo-comportementales.
- **Former les professionnels de santé** pour réduire l'errance médicale et favoriser une reconnaissance précoce de la maladie.
- **Renforcer la recherche**, en explorant les mécanismes de la maladie et en testant de nouvelles thérapies.

Ces travaux s'appuient sur les recommandations internationales et sur l'expertise de l'Inserm pour garantir une approche scientifique et centrée sur les patients.

« La France en Bleu » 2025 : un levier pour agir

L'événement « **La France en Bleu** » s'inscrit dans ce contexte comme un **catalyseur de changement**. L'objectif est de mobiliser toute la société autour de cette cause, mais les **actions ne seront, pour le moment, menées que par les trois antennes locales** participantes. Voici les actions clés prévues :

Illumination des monuments en bleu :

- Éclairer des bâtiments emblématiques (hôtels de ville, ponts, églises) pour montrer le soutien des collectivités.
- Accompagner chaque illumination d'une communication sur les réseaux sociaux et dans la presse.

Retours sur la journée du 12 mai 2025

« La France en Bleu » 2025 : Sensibilisation et Reconnaissance de la Fibromyalgie

Nous demandons à tous les participants, y compris les mairies et les établissements ayant pris part à l'initiative, de partager des retours sur la journée du **12 mai 2025 en images et mots** sur les réseaux sociaux institutionnels ou associatifs. Ces retours sont essentiels pour maintenir la mobilisation, renforcer la visibilité de la cause, et encourager la solidarité autour de la fibromyalgie.

Campagnes numériques :

- Utiliser le hashtag national : **#lafranceenbleu**.
- Partager des vidéos explicatives, des témoignages de patients, et des infographies sur les symptômes et l'impact de la fibromyalgie.
- Encourager les citoyens à poster des photos devant les monuments illuminés avec un ruban bleu.

Mobilisation locale :

- Les antennes locales de Vesoul, Cannes et Fontenay-Le-Comte en particulier.
- Les associations partenaires :
 - [Chrysalide](#)
 - [Ma fibromyalgie au quotidien](#)
 - [Fibromyalgie Rhône Alpes](#)
 - [Association fibromyalgie Guyane](#)

Messages clés pour les décideurs :

- **Reconnaissance officielle** de la fibromyalgie comme maladie chronique invalidante.
- Soutien financier accru aux **programmes de recherche** sur les biomarqueurs et les thérapies innovantes.
- **Création de parcours de soins spécialisés** et remboursés pour la douleur chronique.

Conclusion : Éclairons l'espoir ensemble

En illuminant les monuments de France en bleu le 12 mai 2025, nous envoyons un message fort : **la fibromyalgie est réelle, invalidante, et mérite une reconnaissance pleine et entière.**

Cet événement, bien plus qu'un symbole, est une invitation à **agir ensemble** pour améliorer la vie des personnes touchées par cette maladie et pour sensibiliser à l'importance des recherches en cours.

« La France en Bleu » 2025 : Sensibilisation et Reconnaissance de la Fibromyalgie

Contacts :

- **Bruno Delferrière**, Président de Fibromyalgies.fr
- **Mail** : fibromyalgies.fr@gmail.com
- **Téléphone** : 06 80 10 82 85
- **Site** : fibromyalgies.fr

Ressources et hashtags :

- OMS (1992) : [Lien CIM-10](#) [Lien CIM-11](#)
- Rapport Inserm (2020) : [Rapport complet](#)
- HAS (2024) : [Recommandations HAS – Fibromyalgie](#)
- **#lafranceenbleu**
- **#FibromyalgieInvisible**
- **#SolidaritéFibro**

Moyens d'actions (d'autres sont possibles et ne dépendent que de votre imagination).

L'affiche à diffuser partout ou simplement montrer depuis son smartphone à votre médecin, votre pharmacien, votre maire etc...

« La France en Bleu » 2025 : Sensibilisation et Reconnaissance de la Fibromyalgie

Depuis 32 ans **12 Mai 2025**

Journée Mondiale de la Fibromyalgie

Fatigue **Paresthésies** **Douleurs diffuses**
Troubles du sommeil **Troubles de la mémoire**

Une centaine de symptômes
Une Association, pour vous



- **Entraide**
- **Soutien**
- **Compréhension**
- **Groupes Facebook**
- **Discussions**
- **Conseils**
- **Informations**
- **Partage**



tel : 06 80 10 82 85



fibromyalgies.fr@gmail.com

