

# La fibromialgia

Puede que alguno de nosotros este padeciendo de dolores generalizados en el cuerpo. Muchas veces este dolor aumenta en horas de la noche. Podríamos estar en presencia de un cuadro clínico conocido como **fibromialgia** (dolores musculares). A veces se dificulta el diagnóstico, y el tratamiento no siempre es efectivo. Por eso no nos metemos a informar sobre ninguno de estos dos temas. Solo estamos dando algunas informaciones generales sobre el padecimiento, para que se conozca y si tienen algo parecido consulten a su médico de cabecera.

## ■ ¿Qué es la fibromialgia?

La Fibromialgia es un padecimiento frecuente que se caracteriza por dolor generalizado, rigidez y fatiga y se origina en los músculos y otros tejidos blandos.

En los pacientes con esta enfermedad se encuentran múltiples puntos sensibles a la presión y en zonas musculares específicas.

No es una enfermedad de fácil diagnóstico, dado que en la mayoría de los casos, los estudios que se realizan, no aportan datos esclarecedores acerca de los síntomas que la persona presenta. Se presenta principalmente en mujeres, aunque también afecta a los hombres. Ocurre mayormente alrededor de los 50 años de edad.

## ¿Qué ocasiona la fibromialgia?

Los siguientes factores pueden jugar un papel importante en su aparición:

- Trauma físico y emocional
- Algunas evidencias sugieren que los pacientes con fibromialgia presentan respuestas anormales de transmisión del dolor
- Trastornos del sueño
- Cambios en el metabolismo mus-



culoesquelético, posiblemente generados por la disminución del flujo sanguíneo, que podría causar fatiga crónica y debilidad

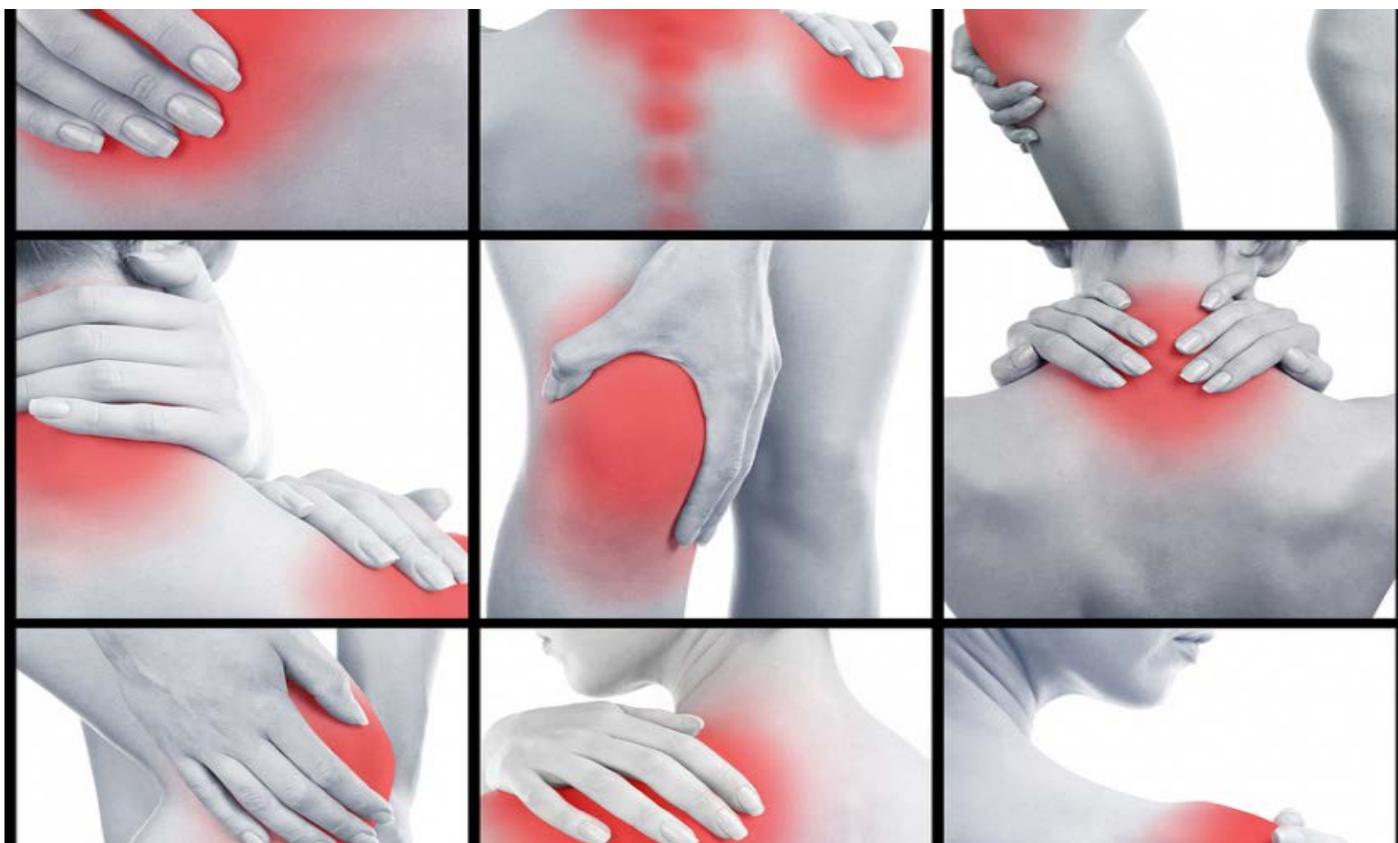
- La hipótesis más aceptada es la que plantea la existencia de un trastorno de la percepción, transmisión y modulación del estímulo doloroso, cuyo origen se encuentra a nivel del sistema nervioso central, que se manifiesta con descenso del umbral del dolor y mala adaptación al ejercicio

físico aeróbico

- Trabajos científicos han demostrado que no es un trastorno por somatización.

Generalmente el individuo no recuerda el momento de inicio de las molestias y al preguntarle por la duración de los síntomas, la respuesta suele ser que este problema lo viene padeciendo "desde hace varios años".

No hay pruebas objetivas para la



evaluación de la fibromialgia y los criterios actuales para el diagnóstico exigen la presencia de dolor generalizado crónico (localizado por encima y por debajo de la cintura y que afecta tanto a la parte derecha como a la izquierda del tronco por más de tres meses), en combinación con molestia dérmica a la presión en 11 ó más de los 18 puntos típicos. Otros han sugerido que un agente infeccioso, como por ejemplo un virus, desencadena la enfermedad, pero hasta el momento no se ha identificado ningún virus ni microorganismo específico. También estudios piloto han demostrado una posible tendencia hereditaria hacia la enfermedad aunque la evidencia es muy preliminar. La enfermedad tiene una mayor frecuencia entre las mujeres de 20 a 50 años de edad.

### ¿Cuáles son los principales síntomas de la fibromialgia?

La característica principal de la fibromialgia es el dolor prolongado en todo el cuerpo con puntos de sensibilidad definidos.

El dolor de la fibromialgia en el tejido blando se describe como profundo, que se irradia, torturante, punzante o urente y varía de leve a severo. Las personas afectadas por la enfermedad tienden a despertarse debido a los dolores y la rigidez del cuerpo.

Para algunos pacientes con fibromialgia, el dolor disminuye durante el día y aumenta nuevamente en las horas de la noche, aunque muchos de ellos presentan dolor implacable durante todo el día.

El dolor puede aumentar con la actividad, el frío, el clima húmedo, la ansiedad y el estrés.

### Síntomas específicos de la fibromialgia

- Múltiples áreas sensibles (dolor articular y muscular) en la parte posterior del cuello, los hombros, el esternón, la espalda baja, las caderas, las espinillas, los codos o las rodillas
- Fatiga
- Trastornos del sueño
- Dolores en el cuerpo
- Disminución de la tolerancia al ejercicio
- Dolor muscular facial crónico

### Otros síntomas asociados

Colon irritable, cefalea tensional, precordialgia inespecífica, palpitaciones, sensación de inestabilidad, dismenorrea, dispareunia, pérdida de memoria, vejiga irritable, síndrome de "piernas inquietas", enfermedad de Raynaud, síndrome "sjgroen", etc.