

# LA FIBROMIALGIA

*Dr. Javier Calvo Catalá. Servicio de Reumatología y Metabolismo Óseo. Hospital General Universitario. Valencia (Jubilado)*



## FIBROMIALGIA

1992: LA O.M.S. LA RECONOCE COMO ENFERMEDAD  
(Código M79.0 en la Clasificación Internacional de Enfermedades)

SINDROME O ESTADO DOLOROSO, NO ARTICULAR, QUE AFECTA SOBRE TODO A LOS MÚSCULOS Y CON GRAN SENSIBILIDAD EN UNA SERIE DE PUNTOS PERFECTAMENTE DEFINIDOS.

SE ASOCIA TÍPICAMENTE A FATIGA PERSISTENTE, SUEÑO NO REPARADOR Y A MÚLTIPLES SÍNTOMAS” (Consensus Document on Fibromyalgia. 1993)

Aún no ha conseguido el reconocimiento necesario

- **Sanitario** : GRAN MEJORÍA, pero es necesario un mejor conocimiento de estas enfermedades entre los individuos con síntomas de la enfermedad y entre los médicos.
- **Social** : Aun hay que convencer que se trata de enfermedades fisiológicas verdaderas. No son formas de depresión o de hipocondría
- **Laboral** : De difícil conciliación derechos del afectado/deberes del empresario
- **Judicial** : Cada vez hay más sentencias que aceptan el dolor/fatiga como hecho incapacitante

## CRITERIOS DIAGNÓSTICOS (ACR 1990)

- Dolor crónico y difuso de > 3 meses evolución
- Dolor a la presión en al menos 11 de los 18 puntos "sensibles"

## MANIFESTACIONES CLÍNICAS

**Tríada:** - Dolor generalizado - Fatiga - Alteración del Sueño

Otros síntomas médicamente "inexplicables":

- Capacidad de concentración ↓
- Memoria ↓
- Mareos / inestabilidad
- Dolor de cabeza
- Hormigueos, acorchamiento de extremidades
- Alteraciones esfera sexual
- Alteraciones miccionales
- Alteraciones digestivas: dispepsia,
- Colon irritable, dolor abdominal

## TRATAMIENTO:

**Objetivos: Tratamiento del dolor y síntomas añadidos**

dolor // cansancio// alteraciones del sueño. no reparador/ sensación hinchazón// parestesias// ansiedad. depresión// enfermedades asociadas: colopatía, raynaud, síntomas genitourinarios, sínt. respiratorios, neurológicos, etc

- Diagnóstico de la enfermedad
- Información al paciente
- Tratamiento no farmacológico
- Tratamiento farmacológico
- Tratamiento multidisciplinar
- Medicina alternativa

El diagnóstico de la FM es eminentemente clínico, no precisando especiales pruebas complementarias-

El Médico Asistencia Primaria realizará los controles sucesivos de los pacientes

Ante posibles comorbilidades o dudas de diagnóstico diferencial:

Remitir a especialista oportuno: - Reumatología- Otras especialidades

## TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO

- EDUCACIÓN DEL PACIENTE: informar, pautas de vida, evitar estrés, problemas familiares o laborales, mejorar el sueño, dieta....
- TRATAMIENTO PSICOLÓGICO: Muchos pacientes presentan trastornos psíquicos (30 %), que no son la causa de la enfermedad, aunque deben ser diagnosticados y tratados ya que el dolor tiene siempre un componente subjetivo que incide en la severidad de su vivencia. psicoterapia, terapia cognitiva
- EJERCICIO FÍSICO
- TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA
- TRATAMIENTO PROBLEMA MÉDICO – LEGAL AÑADIDO

### MATERIAL INFORMATIVO:

- [www.reuma-ostoporosis.com](http://www.reuma-ostoporosis.com) [www.svreumatología.com](http://www.svreumatología.com)

### UNA REFLEXIÓN

**Serenidad, para aceptar las cosas que no puedo cambiar**

**Valor, para cambiar aquellas que puedo modificar  
y ...**

**Sabiduría, para reconocer la diferencia. J. Bald**

**TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO**

**TRATAMIENTO DEL DOLOR:**

- ANALGÉSICOS SIMPLES: AINEs y paracetamol.
- ANALGÉSICOS CENTRALES: tramadol y opiáceos.
- TERAPIA COADYUVANTE: Antidepressivos y antiepilépticos

**TRATAMIENTO ALTERACIÓN DEL SUEÑO.**

**TRATAMIENTO SÍNTOMAS ACOMPAÑANTES.**



**TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO**

- **EDUCACIÓN DEL PACIENTE:** informar, pautas de vida, evitar estrés, problemas familiares o laborales, mejorar el sueño, dieta....
- **TRATAMIENTO PSICOLÓGICO:** Muchos pacientes presentan trastornos psíquicos (30 %), que no son la causa de la enfermedad, aunque deben ser diagnosticados y tratados ya que el dolor tiene siempre un componente subjetivo que incide en la severidad de su vivencia. **PSICOTERAPIA, TERAPIA COGNITIVA**
- **EJERCICIO FÍSICO**
- **TÉCNICAS DE FISIOTERAPIA.**
- **TRATAMIENTO PROBLEMA MÉDICO – LEGAL AÑADIDO.**



*Dr. Javier Calvo Catalá. Jubilado en Servicio de Reumatología y Metabolismo Óseo. Hospital General Universitario. Valencia*