

## Fibromialgia

La fibromialgia es un trastorno que implica dolor y sensibilidad en todo el cuerpo, además de muchos otros síntomas.

La fibromialgia es una afección compleja. Tiende a durar un tiempo prolongado, aunque las personas, finalmente, mejoran. No representa un riesgo para la vida. Si bien se considera que la fibromialgia es similar a la artritis, ya que causa dolor en las articulaciones y los músculos y puede interferir en la actividad física, no causa inflamación ni daño en el cuerpo. Además del dolor, los síntomas más comunes son problemas de sueño, sensación de cansancio, problemas de memoria y para pensar claramente, y depresión.

Muchas personas que tienen fibromialgia también tienen otras afecciones, como trastorno de la articulación temporomandibular, síndrome del intestino irritable, cistitis intersticial, dolores de cabeza, síndrome de las piernas inquietas y otras afecciones de dolor crónico, como lupus y artritis reumatoide.

La edición de JAMA del 16 de abril de 2014 incluye un artículo sobre la fibromialgia.

### Síntomas

Los síntomas de fibromialgia pueden incluir dolor y sensibilidad difusos; dolor de cabeza; dolor de garganta; dolor de estómago; problemas de memoria; fatiga; problemas de sueño; rigidez matinal; periodos menstruales dolorosos; adormecimiento, ardor u hormigueo de los brazos y las piernas; sensibilidad a la temperatura; y sensibilidad a ruidos fuertes o luces brillantes.

### Causas

Se desconocen las causas de la fibromialgia pero, probablemente, sea consecuencia de muchos factores, que pueden incluir un evento físico o emocionalmente estresante, una lesión repetitiva o una enfermedad.

Los médicos creen que el modo en que el cerebro de una persona responde al dolor desempeña una función, quizás, por haber heredado determinados genes. Las personas que tienen fibromialgia son inusualmente sensibles al dolor, al calor, al ruido y al olor. Los estudios de diagnóstico por imagen muestran que, en dichos pacientes, los neurotransmisores que controlan el dolor y otros estímulos sensoriales pueden ser demasiado sensibles.

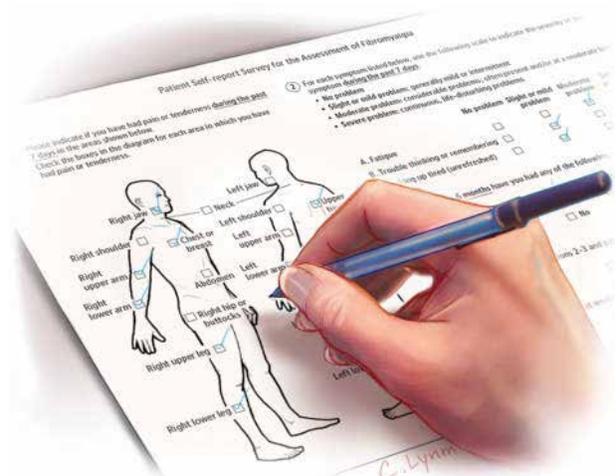
### Diagnóstico

La fibromialgia puede ser difícil de diagnosticar, y muchas personas con fibromialgia consultan a muchos médicos antes de obtener un diagnóstico. En ocasiones, los médicos pueden creer que el dolor de un paciente no es real. No existe ningún análisis de laboratorio, de modo que los médicos, primero, tienen que descartar otros problemas. El diagnóstico incluye, junto con otros síntomas físicos y emocionales, antecedentes de dolor generalizado (por arriba y por debajo de la cintura y en los lados derecho e izquierdo) que dura más de 3 meses. Hay 19 puntos en el cuerpo en los que se puede sentir sensibilidad; esto puede ayudar al diagnóstico.

**Autora:** Deborah Tolmach Sugerman, MSW

**Divulgación relacionada con los conflictos de intereses:** La autora ha completado y presentado el formulario del Comité Internacional de Editores de Revistas Médicas (International Committee of Medical Journal Editors, ICMJE) para la divulgación de posibles conflictos de intereses, y no se informó ningún conflicto.

**Fuentes:** National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases Yuvienco C. Fibromyalgia. In: Ferri FF. *Ferri's Clinical Advisor* 2014. Philadelphia, PA: Mosby Elsevier; 2014:425-426.



### Tratamiento

Intente buscar la asistencia de un médico con experiencia en el tratamiento de la fibromialgia. Puede resultar mejor un enfoque en equipo, que incluya a un médico, un fisioterapeuta y que le incluya a usted. Puede encontrar ayuda en una clínica que se especialice en dolor o reumatología.

Los medicamentos pueden incluir tricíclicos, gabapentinoides, inhibidores de la recaptación de serotonina y norepinefrina, y analgésicos, como la aspirina y el ibuprofeno.

Existen terapias complementarias y alternativas para la fibromialgia. Muchas personas con fibromialgia han probado tratamientos como acupuntura, quiropraxia y terapia de masaje. Hay algunos datos que muestran que las siguientes terapias pueden ser de ayuda: tai chi, qi gong, terapia de masaje, acupuntura y tratamiento de spa, incluida la hidroterapia (agua).

### PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

• National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel)  
[www.niams.nih.gov/Health\\_Info/fibromyalgia](http://www.niams.nih.gov/Health_Info/fibromyalgia)

+ Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de JAMA en [jama.com](http://jama.com). Muchas están disponibles en inglés y en español.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de JAMA. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, JAMA le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales del cuidado de la salud pueden fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.