



**Dr. Carlos Rios Acosta**

Médico Reumatólogo  
Clínica Kennedy Alborada, Torre Médica, Nivel 5, Consultorios 509 - 511  
Teléfono: 2232400 – 2646311  
Página Web: <http://www.cerer-ec.com>  
e-mail: [criosacosta@gmail.com](mailto:criosacosta@gmail.com)

# Síndrome Fibrosítico **Fibromialgia**



## VIVIENDO EN UN MUNDO DE DOLOR

La historia de un paciente habitualmente de sexo femenino que consulta por dolor músculo esquelético generalizado no es infrecuente; doctor me duele todo, los brazos, las piernas, la espalda, me duele tanto el cuerpo que a veces no se que es lo que más me duele. Hay días en que me siento bien y a veces muy mal; no puedo conciliar un sueño reparador, cuando me levanto a la mañana me siento muy cansada.

He visitado varios doctores y me han realizado muchos estudios y todos son normales, los médicos me dicen que no tengo nada, pero yo tengo mucho dolor. A veces mi familia piensa que yo invento los dolores o que los exagero.

Esta historia es muy frecuente en la consulta del especialista en Reumatología y la mayoría de estos pacientes cumplen criterios de una enfermedad común poco conocida denominada **Fibromialgia o Síndrome Fibrosítico**.

### Qué es el Síndrome de la Fibromialgia?

La Fibromialgia o Síndrome Fibrosítico es una enfermedad crónica que se caracteriza por dolores musculares y articulares que pueden ser localizados o generalizados, habitualmente mal definidos; es común que los pacientes refieran dolor en varias localizaciones del cuerpo, de diversa intensidad y duración, habitualmente asociados a cansancio generalizado.

La palabra fibromialgia significa dolor en los músculos y en el tejido fibroso (ligamentos y tendones). Es por este motivo una enfermedad reumática más entre las muchas existentes. La Fibromialgia es frecuente, ya que la padecen entre el 1 y el 3% de la población, siendo mayor su presencia en mujeres. Puede presentarse como única alteración (Fibromialgia Primaria) o asociada a otras enfermedades

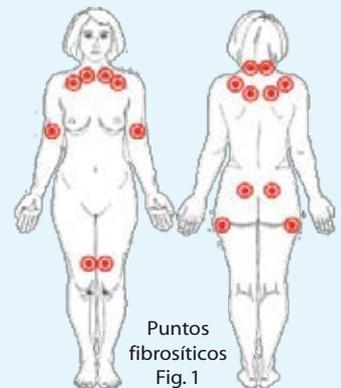
### Síntomas

El dolor ocasionado por la fibromialgia es impredecible, varía día a día, los pacientes que la padecen nunca pueden predecir como se sentirán al día siguiente; el dolor afecta varias partes del cuerpo a la vez, como los hombros, la cadera, las piernas y los brazos, etc.

El sueño en los pacientes con Fibromialgia, es tan ligero que nunca llegan a tener un sueño reparador lo suficientemente profundo como para descansar.

Es común que los pacientes refieran que se levantan varias veces en la noche o que tengan insomnio permanente; habitualmente a la mañana siguiente están más cansados que la noche anterior, esa condición suele poner irritable a los pacientes y esto incrementa el dolor y el cansancio.

Los dolores musculares y articulares no son las únicas manifestaciones clínicas de este síndrome, existen una serie de síntomas ligados a esta condición, además del agotamiento y el dolor los pacientes pueden presentar algunos de los siguientes manifestaciones:



Puntos  
fibrosíticos  
Fig. 1

**Entumecimiento:** es una rigidez en los músculos y articulaciones, especialmente al despertar o cuando hay cambios de clima.

**Dolores cervicales:** este dolor se manifiesta por las áreas del cuello o de los hombros, o por la zona temporomandibular. El paciente presenta dolor en la mandíbula y en la cara.

**Trastornos digestivos:** muchos pacientes presentan malestar estomacal, estreñimiento o diarrea.

**Vejiga irritada:** los pacientes con fibromialgia experimentan frecuencia de orinar o necesitan con urgencia orinar sin que tengan ninguna infección de la vejiga.

**Cosquilleo:** (parestesia) esta es la sensación de hormigueo en las extremidades.



**Dolores de pecho:** estos dolores son conocidos como "costocondralgia". Este dolor se manifiesta donde las costillas se unen con el esternón.

**Problemas de memoria:** los pacientes se quejan de dificultad para concentrarse, tienen lagunas de la memoria, se confunden al hablar o al escribir, algunos se vuelven torpes. Esto puede variar de día a día.

**Desequilibrio:** muchos pacientes presentan problemas de desequilibrio o mareos.

**Dolores de cabeza fuerte o dolor en la cara:** los pacientes pueden experimentar dolores de migraña, tensión, estos dolores se pueden concentrar detrás de los ojos.



**Manos y pies fríos:** es una sensación inusual de frío en las extremidades, que puede estar acompañado por cambios en el color en ellas, esto es conocido como Fenómeno de Raynaud.

**Depresión o ansiedad:** a pesar de que a muchos pacientes se les diagnostica depresión o desórdenes de ansiedad estos a menudo son resultados de los dolores crónicos y el disconfort producto de la Fibromialgia, más que de ser la causa de estos síntomas.

#### Causas

No se conoce la causa de la enfermedad. Actualmente existen estudios dirigidos a tratar de descubrir su etiología, se cree que pueden existir alteraciones en el sistema inmunológico, anomalías psicológicas, problemas hormonales o alteraciones en los mecanismos del dolor.

#### Diagnóstico

No existe en la actualidad ningún análisis de laboratorio, examen radiológico u otro para diagnosticar Fibromialgia. El diagnóstico se hace basado en la eliminación de otras causas parecidas, es decir es un diagnóstico de exclusión.

Los puntos fibrosíticos son puntos dolorosos localizados en algunas partes del cuerpo (figura 1), cuando existen por lo menos 11 de estos puntos dolorosos asociados a los síntomas antes descritos podríamos estar frente a un caso de Fibromialgia.

#### Tratamiento

No existe un tratamiento estándar de la Fibromialgia, debido a que cada paciente refiere síntomas diversos, algunos refieren más dolor articular y músculo esquelético, para otros los trastornos del sueño son lo más importante, y así cada paciente tiene su propio cuadro. Por lo tanto el tratamiento es individualizado, en general se trata de disminuir los dolores e inducir un sueño reparador para que los pacientes puedan descansar adecuadamente a la noche y así despertarse con menos dolor.

La educación del paciente es imprescindible en el tratamiento de la enfermedad, cuando los pacientes reciben un diagnóstico acertado y comprenden que están afectados de una enfermedad relativamente benigna y no degenerativa, pueden tolerar de mejor manera los síntomas y **aprender a vivir con la Fibromialgia.**