

Fibromialgia

Condición: La fibromialgia es una afección caracterizada por dolor generalizado, sensibilidad al tacto y a menudo se asocia con fatiga, problemas para dormir, depresión, ansiedad y problemas de memoria.

Antecedentes: Se desconoce la causa de la fibromialgia, aunque se han sugerido causas genéticas, psicológicas, infecciosas y traumáticas. Los investigadores creen que el dolor es causado por cambios en el cerebro que hacen que la persona sea más sensible al dolor.

Factores de riesgo: La fibromialgia es más común entre las mujeres que entre los hombres. La edad promedio de aparición es entre los 30 y los 50 años y la mayoría de los casos ocurren en mujeres de entre 55 y 64 años. Un nivel educativo más bajo, ingresos familiares más bajos, estar divorciado y padecer de una discapacidad son otros factores asociados con un mayor riesgo de padecer fibromialgia

Historia y síntomas: El inicio y la presentación de la fibromialgia es variable. El dolor generalizado, la fatiga, la confusión mental y la depresión se identifican comúnmente.

Examen físico: Un médico realizará un examen físico para identificar la localización del dolor en ambos lados del cuerpo (izquierdo y derecho), así como por encima y por debajo de la cintura. También se puede utilizar la evaluación de la gravedad del dolor mediante una escala de dolor, así como evaluaciones psicológicas. Los médicos especialistas en medicina física y rehabilitación están capacitados para realizar este tipo de evaluación detallada del historial, examen neurológico y musculoesquelético que son fundamentales para evaluar adecuadamente la fibromialgia.

Proceso de diagnóstico: Un diagnóstico de fibromialgia se basa en los siguientes criterios: dolor generalizado, persistencia de los síntomas graves durante al menos 3 meses y ausencia de cualquier otro trastorno o enfermedad identificable que explique el dolor. Como los síntomas de la fibromialgia se solapan con otras afecciones, se debería realizar un análisis de laboratorio para descartar otras afecciones.

Manejo de la rehabilitación: Se cree que la fibromialgia es incurable, aunque la rehabilitación activa logra el mejor alivio de los síntomas y un aumento de la calidad de vida. Los tratamientos incluyen medicamentos (para tratar la insuficiencia de sueño, fatiga, depresión y dolor), rehabilitación física, intervenciones psicológicas y educación. Se ha descubierto que el ejercicio aeróbico y el entrenamiento de fuerza reducen los síntomas. Los médicos de fisiatras están capacitados para formular y supervisar el curso adecuado de la terapia necesaria para controlar la fibromialgia.

Otros recursos para pacientes y familias: Los pacientes y las familias deben recibir educación sobre el control de síntomas dirigido por el paciente y sobre la importancia del apoyo familiar. Las organizaciones enfocadas en la fibromialgia o el dolor crónico están disponibles para ofrecer apoyo a los pacientes y sus familias.

Preguntas Frecuentes

¿Qué es la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación?

La Medicina Física y Rehabilitación (MF&R), también conocida como Fisiatría, es una especialidad médica primaria que tiene como objetivo mejorar y restaurar la capacidad funcional, y mejorar la calidad de vida de las personas con lesiones, impedimentos físicos o discapacidades que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios, los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras), evalúan y tratan todo el cuerpo, maximizan la independencia de los pacientes en su vida diaria y son expertos en el diseño de planes de tratamiento integrales y centrados en el paciente para capacitar a los pacientes logren sus metas. Al tener en cuenta todo el cuerpo, pueden identificar con precisión los problemas, disminuir el dolor, ayudar en la recuperación de lesiones devastadoras y maximizar los resultados y el rendimiento generales con opciones no quirúrgicas y peri-quirúrgicas. Para obtener más información, visite www.aapmr.org/aboutpmr.

¿Que hace a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras) únicos?

La formación de los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación se centra no solo en el tratamiento de afecciones médicas, sino también en mejorar el rendimiento y la calidad de vida del paciente en el contexto de esas afecciones médicas. Se enfocan no solo en una parte del cuerpo, sino en el desarrollo de un programa integral para volver a unir las piezas de la vida de una persona, médica, social, emocional y vocacionalmente, después de una lesión o enfermedad. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación realizan y tratan diagnósticos médicos, diseñan un plan de tratamiento y prescriben las terapias que realizan los fisioterapeutas u otros terapeutas aliados o que realizan los propios pacientes. Al proporcionar un plan de tratamiento adecuado, los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación ayudan a los pacientes a mantenerse lo más activos posible a cualquier edad. Su amplia experiencia médica les permite tratar afecciones incapacitantes a lo largo de la vida de una persona.

¿Como localizo un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación cerca de mí?

Visite www.aapmr.org/findapmrphysician o comuníquese con su médico de cuidado primario para obtener una referido.