



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

CIMED ofrece asesoría para pacientes de fibromialgia

2 SEPT 2010 Salud



La Dra. Wendy Montoya, cree que la Fibromialgia es una enfermedad engañadora, pues sus síntomas refieren hacia varios padecimientos y pueden confundir a los profesionales de la Medicina (foto Anel Kenjekeeva).

El dolor crónico, la fatiga, el insomnio y los puntos de tensión característicos que acompañan la Fibromialgia obligan a quienes padecen esa enfermedad a recurrir a varios medicamentos al día para poder sobrellevarla. Si usted o algún familiar requiere asesoría en la combinación de medicamentos que le ayuden a paliar los síntomas de la fibromialgia pueden recurrir al Centro Nacional de Información de Medicamentos ([Cimed](#)) de la Universidad de Costa Rica, ubicado en la [Facultad de Farmacia](#) o puede hacer una cita previa por medio de los teléfonos 2511-8311 y 2511-8313 o enviar un mensaje al cimed.inifar@ucr.ac.cr para ser atendido (a) en el Consultorio Farmacéutico, a cargo de estudiantes de último año de carrera.

Esta enfermedad no tiene cura hasta hoy, es más frecuente en mujeres y su diagnóstico se puede realizar entre los 14 y los 68 años, aunque es más común entre los 30 y los 50 años, según lo manifestó la Dra. Wendy Montoya, del Cimed, quien impartió una conferencia al respecto recientemente.

El diagnóstico debe realizarlo un especialista para lo cual debe combinar la historia del paciente, el examen físico, los de laboratorio y la exclusión de otras patologías.



Las mujeres que asistieron a la conferencia sobre fibromialgia, organizada por el Cimed, tuvieron la oportunidad de consultar sus dudas con la Dra. Wendy Montoya (foto Anel Kenjekeeva).

No se tiene clara la causa de esta enfermedad, pero se relaciona con un evento traumático, (como un accidente, una cirugía, una guerra, abuso físico o de pareja) así como con una infección viral, bacteriana o por hongos, trastornos alimentarios, depresión o ataques de pánico, alteraciones hormonales, del sistema nervioso y problemas hepáticos que impiden la absorción de nutrientes y la eliminación de sustancias tóxicas del cuerpo. También se identifica como una enfermedad familiar es decir que se manifiesta en familias donde hay otros miembros afectados.

Los síntomas más comunes son el dolor generalizado en huesos y músculos y la rigidez que se mantienen por meses, problemas para dormir y cansancio extremo. Los síntomas se aceleran ante situaciones de estrés, ansiedad, clima húmedo y frío. Está relacionada con otras enfermedades causantes de mucho dolor como es la osteoartritis y el síndrome del intestino irritable.

Los dolores de la fibromialgia se manifiestan desde la cabeza a los pies, entre 14 y 18 puntos específicos, en forma punzante, quemante o como un golpe. Afecta hombros, cuello, cintura, caderas, la última vértebra cervical, segunda costilla, epicóndilo lateral, rodilla, glúteos, afecta también el músculo trapecio y el supraespinal, parte posterior del cuello y la superior de la espalda. Las personas con fibromialgia sufren mucho de rinitis y reacciones alérgicas.



La especialista recomienda que las personas afectadas por la Fibromialgia se unan en agrupaciones para que puedan apoyarse, compartir experiencias y luchar por su atención (foto Anel Kenjekeeva).

Aunque el no practicar ejercicio físico dificulta más los movimientos cotidianos para las víctimas de la fibromialgia, también deben tener mucho cuidado con esto, pues los microdaños que genera el ejercicio de impacto en estas personas les cuesta mucho más que lo puedan reparar. Lo recomendable es que hagan ejercicios de estiramiento y flexibilidad, preferiblemente en agua tibia, que practiquen natación, ejercicio aeróbico de baja intensidad, baile, ciclismo, meditación y relajación.

La Dra. Montoya explicó que las víctimas de esta enfermedad sufren mucho porque los profesionales de la medicina no creen que los síntomas sean reales y parten de que son problemas psicológicos, o por el contrario todo se lo achacan a la fibromialgia y no les atienden bien las molestias de otro tipo que puedan sufrir las pacientes.

Ella hizo un llamado a que los y las pacientes de fibromialgia se unan en Asociaciones de apoyo para que compartan experiencias y conocimientos sobre lo que les sucede y que exijan una buena atención.

No hay un solo medicamento que les ayude en estos casos, sino que tienen que combinar entre varios para atacar todos los síntomas, con antidepresivos, antiepilépticos, analgésicos, antialérgicos, sedantes e hipnóticos y muchas veces surgen dudas sobre interacciones o contraindicaciones entre ellos. Lo ideal es que antes de incorporar un medicamento para el tratamiento de la fibromialgia se haga la consulta al médico o al farmacéutico que conozca la enfermedad.

[Lidiette Guerrero Portilla](#)
Periodista Oficina de Divulgación e Información
lidiette.guerrero@ucr.ac.cr

Etiquetas: [fibromialgia](#), [enfermedades](#), [farmacias](#), [cimed](#), [facultad de farmacia](#).