



Esenciales: hojas informativas de fácil lectura

¿Qué es la fibromialgia?

La fibromialgia es una condición que causa dolores musculares y fatiga (cansancio). Las personas con fibromialgia tienen “puntos hipersensibles” en el cuerpo. Estos se encuentran en áreas como: el cuello, los hombros, la espalda, las caderas, los brazos y las piernas. Los puntos hipersensibles duelen al presionarlos.

Las personas que padecen de fibromialgia pueden también tener otros síntomas, tales como:

- dificultad para dormir
- rigidez por la mañana
- dolores de cabeza
- periodos menstruales dolorosos
- sensación de hormigueo o adormecimiento en las manos y los pies
- falta de memoria o dificultad para concentrarse (a estos lapsos de memoria a veces se les llama “fibroneblina”).

¿Cuál es la causa de la fibromialgia?

Las causas de la fibromialgia son desconocidas. Ciertos factores pueden estar relacionados con esta enfermedad. La fibromialgia se ha relacionado con:

- acontecimientos estresantes o traumáticos, como accidentes automovilísticos
- lesiones recurrentes
- malestares o dolencias
- ciertas enfermedades.

La fibromialgia también puede ocurrir por sí misma.

Algunos científicos creen que el origen de la fibromialgia puede ser genético. Los genes pueden hacer que una persona tenga una fuerte reacción de dolor ante cosas que otras personas no consideran dolorosas.

¿Quién padece de fibromialgia?

La fibromialgia afecta a uno de cada 50 estadounidenses. La mayoría de las personas con fibromialgia son mujeres. Sin embargo, esta condición puede también presentarse en hombres, niños y niñas. La mayoría de los casos se diagnostican a una edad madura.

Departamento de Salud y Servicios
Humanos de los EE.UU.
Servicio de Salud Pública

Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculoesqueléticas y de la Piel
Institutos Nacionales
de la Salud
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484;
1-877-22-NIAMS (libre de costo)
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Correo Electrónico:
NIAMSInfo@mail.nih.gov
www.niams.nih.gov



La fibromialgia se diagnostica más frecuentemente en individuos que padecen ciertas enfermedades. Estas enfermedades incluyen:

- artritis reumatoidea
- lupus eritematoso sistémico (comúnmente llamado lupus)
- espondilitis anquilosante (artritis espinal).

Las mujeres que tienen a un familiar con fibromialgia tienen mayor predisposición a padecer de fibromialgia también.

¿Cuál es el tratamiento para la fibromialgia?

La fibromialgia puede ser difícil de tratar. Es importante que consiga a un médico que está familiarizado con esta condición y su tratamiento. Muchos médicos de cabecera, internistas generales o reumatólogos pueden tratar la fibromialgia. Los reumatólogos son médicos que se especializan en la artritis y otras condiciones que afectan las articulaciones o tejidos blandos.

El tratamiento para la fibromialgia a veces requiere que se trabaje en equipo. Este incluye a su médico, un fisioterapeuta y posiblemente otros proveedores de servicios de salud. Una clínica para el dolor o una clínica de reumatología pueden ser un buen lugar para obtener tratamiento.

En Junio del 2007, La Administración de Drogas y Alimentos de los EE.UU. (FDA, por sus siglas en inglés) aprobó Lyrica* (pregabalin) como la primera droga para tratar la fibromialgia. Los medicamentos para aliviar el dolor y los antidepresivos se usan a menudo como parte del tratamiento.

¿Qué puedo hacer para tratar de sentirme mejor?

Hay muchas cosas que usted puede hacer para mejorar, incluyendo:

- tómese los medicamentos como le fueron recetados
- duerma lo suficiente
- haga ejercicio
- aliméntese bien
- haga los cambios necesarios en el trabajo.

*Los nombres de marca incluidos en este folleto han sido provistos solo como ejemplos, y sus inclusiones no significan que estos productos son respaldados por los Institutos Nacionales de la Salud o ninguna otra agencia del Gobierno. También, si un nombre de marca en particular no está mencionado, esto no significa o implica que el producto no es satisfactorio.

¿Qué investigaciones se están haciendo sobre la fibromialgia?

El NIAMS patrocina investigaciones para ampliar el conocimiento sobre la fibromialgia y para mejorar el diagnóstico, tratamiento y prevención de esta enfermedad. Los investigadores están estudiando:

- por qué las personas con fibromialgia son más susceptibles al dolor
- el efecto de las hormonas del estrés en el cuerpo
- tratamientos con medicamentos y con refuerzo de conducta
- la existencia de un gen o genes que hacen que una persona esté más propensa a padecer de fibromialgia.

Para más información acerca de la fibromialgia y otras condiciones relacionadas:

Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés)

Institutos Nacionales de la Salud

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484 ó 877-22-NIAMS (226-4267) (libre de costo)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Correo electrónico: NIAMSInfo@mail.nih.gov

www.niams.nih.gov

NIAMS apoya la investigación y la capacitación de científicos y otros profesionales de la salud que ofrecen tratamiento y ayudan a prevenir enfermedades de los huesos, músculos, articulaciones o coyunturas y la piel. También, NIAMS intenta promover el conocimiento sobre las causas de estas enfermedades, a la vez que ofrece al público información relacionada.

La información que aparece en esta publicación se resumió en un formato de fácil lectura, y se tomó de una publicación más extensa del NIAMS. Para pedir la versión en inglés, Fibromyalgia Q&A, por favor llame al NIAMS a los números que están arriba. Para ver el texto completo o para ordenarlo en línea, visítenos en la Web a: <http://www.niams.nih.gov>.