

¿Dolores generalizados? ¿Cansancio crónico? ¿Fatiga constante?

La fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica (SFC) son patologías cada vez más frecuentes. La medicina ha tardado mucho tiempo en definir las y en diagnosticarlas, y hoy son consideradas enfermedades emergentes. Las personas que las padecen han recorrido un gran número de especialistas y les han realizado múltiples pruebas diagnósticas normalmente sin obtener resultados claros.



Son procesos que deterioran gravemente la calidad de vida del que lo padece. Les cuesta mucho seguir las actividades cotidianas diarias y cuando padecen crisis les es imposible ducharse, salir a la calle... Son procesos muy invalidantes.

¿Conoce personas con más de tres síntomas de los siguientes?

- Cansancio generalizado
- Falta de vitalidad
- Dolores musculares inespecíficos
- Irritabilidad y/o cambios de humor
- Dificultad para dormir
- Dolores articulares generalizados
- Dificultad de movimiento
- Cefaleas, migrañas, dolor de cabeza
- Ataques de ansiedad
- Palpitaciones, alteraciones del ritmo cardíaco
- Hinchazón abdominal y/o estreñimiento-diarreas

Si sufre más de tres síntomas puede que padezca Fibromialgia o Síndrome de Fatiga Crónica.

Estas enfermedades suelen instaurarse de forma progresiva, comenzando con problemas locales: dolores lumbares, dorsales, de una cadera... para ir incrementándose hasta hacerse generalizados y se acompañan de otros síntomas como cefaleas, problemas de concentración, sueño irregular y no reparador, adenopatías del cuello, malestar profundo post-esfuerzo. Los síntomas intestinales son una constante, con alteraciones del ritmo intestinal, estreñimiento o crisis diarreas.

Los estudios y analíticas médicas tradicionales no ofrecen información de valor. En numerosas ocasiones reciben la opinión de "no tener nada" y se les orienta a ver a un psiquiatra bajo la idea de padecer depresión. Es cierto que la presencia de ansiedad o alteraciones del estado de ánimo están presentes pero son síntomas que acompañan a la sensación de agotamiento y dificultad para vivir una vida normal.

Cada paciente tiene una forma de presentación individualizada de su enfermedad, cada uno tiene su "fibromialgia" o su "fatiga crónica" y la medicina actual sigue sin encontrar una causa.

La medicina integrativa ofrece a estos pacientes una nueva forma de abordar su enfermedad, a través de un tratamiento integral que valora los aspectos globales del individuo.

No debemos olvidar que la Fibromialgia y la Fatiga Crónica son enfermedades de diagnóstico de exclusión, es decir, para llegar a ellas antes hay que descartar otros procesos. Por ello, en CMI - Clínica Medicina Integrativa, la primera fase en el abordaje de este tipo de enfermedades crónicas es la de llegar a un correcto diagnóstico de las mismas, descartando procesos como patologías endocrinas, alteraciones bioquímicas como anemias, hipotiroidismo... que pueden ser causa de cansancio.

En segundo lugar, es importante valorar la carga viral del paciente, pues la reactivación de virus como el Epstein-Barr o los Citomegalovirus tipo 6, puede ser causa desencadenante de este tipo de patologías. Otros factores que puede desencadenar el proceso son exposición a altos niveles de estrés físico o mental, tóxicos ambientales y sustancias químicas. Estas últimas se acumulan en el tejido adiposo y algunas de ellas, de manera específica, en el cerebro.

Asegurar una buena salud intestinal es esencial en el tratamiento de la fibromialgia y de la fatiga crónica, aspecto que pocas veces se tiene en cuenta. El intestino actúa como primera barrera inmunológica evitando que sustancias químicas indeseadas o patógenos, puedan pasar al interior del organismo. De hecho, el sistema inmunitario ha sido recientemente denominado por la medicina "Sistema Inmune Asociado a Mucosas" (MALT). Una mala salud intestinal genera "tensión inmunológica" provocando una sobrecarga del Sistema Inmune.

Tan importante es evitar que determinados elementos accedan al interior del organismo como tener un sistema de eliminación de sustancias de desecho eficiente. Este proceso de detoxificación lo lleva a cabo el hígado. Muchos pacientes con Fibromialgia o Síndrome de Fatiga Crónica, presentan determinados polimorfismos genéticos en enzimas que intervienen en los procesos de detoxificación hepática. Actualmente existen métodos diagnósticos que nos permiten analizar la presencia de estas variaciones genéticas específica y de este modo poseer información adicional que conlleva opciones terapéuticas distintas de las tradicionales.

Todo ello supone un nuevo enfoque que aportamos desde la **CLINICA MEDICINA INTEGRATIVA**.