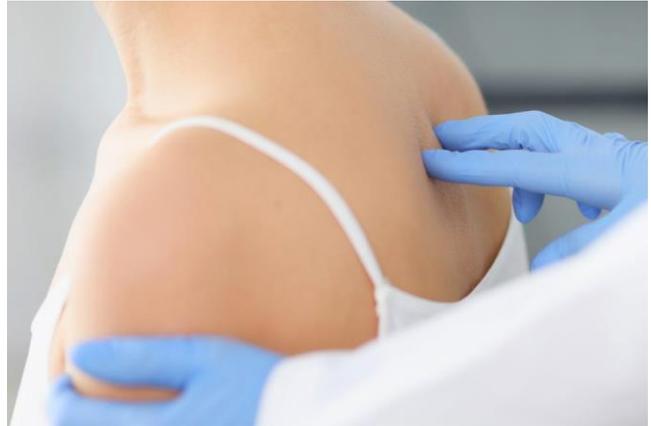


¿Cuáles son los síntomas de la fibromialgia?

La fibromialgia causa dolor crónico generalizado, **cansancio extremo**, **trastornos del sueño**, **ansiedad**, **depresión** y **trastornos cognitivos**, entre síntomas.



¿Qué es la fibromialgia?

Es un reumatismo no articular, crónico y complejo que causa dolor generalizado y **cansancio extremo**, el cual muchas veces es difícil de sobrellevar porque provoca incompreensión, ya que pocos logran entender a la persona que la sufre.

Síntomas más conocidos de la fibromialgia

1. **Dolor generalizado:** Es el síntoma más destacado de la fibromialgia es un dolor musculoesquelético generalizado que se extiende a ambos lados del cuerpo, así como arriba y debajo de la cintura por lo general se presenta en varios lugares del cuerpo, aunque podría iniciar en una región determinada como en el cuello los hombros sin embargo al cabo de cierto tiempo pueden aparecer en otras áreas.
 - Muchas veces se describe como un dolor leve, molesto, constante, ardiente, pulsante o como rigidez y sensibilidad que dura más de tres meses.
 - A menudo varía según la hora del día, el nivel de actividad, el clima, los patrones de sueño y el estrés.
 - La mayoría de los pacientes con fibromialgia externan que siempre sienten algo de dolor y que les duele todo el cuerpo. Para algunas personas, el dolor puede ser bastante severo.

2. **Trastornos del sueño:** La mayoría de las personas que padecen de fibromialgia experimentan problemas con el sueño, aunque puedan conciliarlo sin grandes dificultades.
 - El sueño es muy ligero y las personas se despiertan con frecuencia durante la noche.
 - A menudo, se levantan sintiéndose cansadas incluso después de haber dormido durante toda la noche.
 - Con frecuencia, el sueño se interrumpe por el dolor y muchos pacientes sufren del síndrome de las piernas inquietas y apnea del sueño.

3. **Fatiga:** Alrededor del 90 % de las personas con fibromialgia experimenta fatiga moderada o severa, menor resistencia al esfuerzo o el agotamiento típico que conllevan la gripe o la falta de sueño.
 - A veces la fatiga es más problemática que el dolor.
 - Puede ir desde la apatía y la disminución de resistencia hasta el agotamiento.
 - El nivel de fatiga experimentado puede variar de un día para otro.

4. **Rigidez:** Los pacientes pueden presentar entumecimiento, calambres en las piernas, sensación de hinchazón, agarrotamiento, contracturas musculares, movimientos involuntarios, temblor y sensación de bloqueo.

5. **Ansiedad y/o depresión:** Suelen estar vinculados con la enfermedad. Los especialistas no pueden determinar en qué momento se producen si antes, en el transcurso de la misma o como consecuencia de la enfermedad.

6. **Dificultades cognitivas:** Un síntoma comúnmente llamado fibroniebla que es cuando se dificulta la capacidad de enfoque, atención y concentración al realizar tareas mentales sencillas.

7. **Cambios de estado de ánimo:** Son comunes en esta enfermedad, muchos pacientes se sienten tristes o decaídos, mientras que otros pueden sentirse ansiosos. Sin embargo, cualquier persona que padezca de una enfermedad crónica, no únicamente fibromialgia, puede sentirse deprimida en ocasiones al luchar contra el dolor y la fatiga que siente.

Si padeces de fibromialgia o sospechas de tenerla, no te deprimas ni te automediques, mejor acude con el reumatólogo para que te ayude a afrontar tu enfermedad con una actitud positiva.

Solicite una consulta médica sin costo en **Artricerter**.

Bibliografía

1. Clauw, D. J. Fibromyalgia: A clinical review. JAMA. 2014; 311:1547.
2. Goldman, L., et al. (2016). Fibromyalgia, chronic fatigue and myofascial pain. En Goldman-Cecil Medicine. 25a. ed. Philadelphia, Pa.: Saunders Elsevier. Recuperado el 21 de junio de 2017 desde: <https://www.clinicalkey.com>.
3. Ferri, F. F. Fibromyalgia. En Ferri's Clinical Advisor. (2017). Philadelphia, Pa.: Elsevier. Recuperado el 21 de junio de 2017 desde: <https://www.clinicalkey.com>
4. Ask Mayo Expert. (2016). Fibromyalgia. Rochester, Minn.: Mayo Foundation for Medical Education and Research.
5. Goldenberg, D. L. Clinical manifestations and diagnosis of fibromyalgia in adults. Recuperado el 21 de junio de 2017 desde: <https://www.uptodate.com/contents/search>