



SUBDIRECCIÓN
DE SALUD

BOLETÍN No. 016
MAYO – 12 DE
2021

COMANDO GENERAL
DE LAS FUERZAS
MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD
DE LAS FUERZAS
MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. HUGO
ALEJANDRO LÓPEZ
BARETO
Director

CR. ROCIO DEL PILAR
GARZON A.

SUBDIRECTORA DE
SALUD

SMSM. SAIDA DURAN
Coordinadora Gestión
del Riesgo en Salud

OPS. JESSNER GIANNI
RENDON RIAÑO

PS. CLAUDIA
MONTENEGRO

COMUNICACIONES
ESTRATEGICAS



DÍA MUNDIAL DE LA FIBROMIALGIA

"UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD"

La Dirección General de Sanidad Militar, Subdirección Salud, se une a la conmemoración del Día Mundial de la Fibromialgia.



Su conmemoración obedece a que fue designado Día Mundial de la Fibromialgia y el Síndrome de Fatiga Crónica en homenaje a Florence Nightingale, nacida el 12 de mayo de 1820.

La fibromialgia es un trastorno caracterizado por dolor musculoesquelético generalizado acompañado por fatiga y problemas de sueño, memoria y estado de ánimo.

Los investigadores creen que la fibromialgia amplifica las sensaciones de dolor porque afecta el modo en que el cerebro y la médula espinal procesan las señales de dolor y de no dolor. *

Los criterios de clasificación de la fibromialgia fueron definidos inicialmente en 1990 por parte del Colegio Americano de Reumatología (ACR).

En 1992, en la Declaración de Copenhague (Dinamarca), la fibromialgia fue reconocida como enfermedad por la OMS.

Durante los siguientes 20 años se hicieron varias observaciones por parte de diferentes autores, incluyendo al autor principal de los criterios de 1990, para buscar una nueva forma de clasificar a este tipo de paciente.



*FUENTE: FIBROMIALGIA, MARIA TOVAR.

*FUENTE: ASOCIACION DE FIBROMIALGIA DE ZARAGOZA

NO SE ME NOTA, PERO LA PADEZCO!

DATOS DE LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD

- La prevalencia de la fibromialgia varía entre 2 % a 4 % de la población general, con un mayor compromiso en mujeres, (relación mujer: hombre de 9: 1).
- La enfermedad suele presentarse entre los 35 y los 55 años, pero puede hacerlo en cualquier etapa de la vida.
- En Colombia se estima una prevalencia de 0,72 % (IC 95%: 0,47-1,11%), la cual se determinó en un estudio que utilizó la metodología y cuestionario de tamización COPCORD.
- La fibromialgia no es un trastorno psicológico, sino una enfermedad biológica.



SÍNTOMAS

En términos generales se puede decir que la fibromialgia consiste en una anomalía en la percepción del dolor, de manera que se perciben como dolorosos, estímulos que habitualmente no lo son:

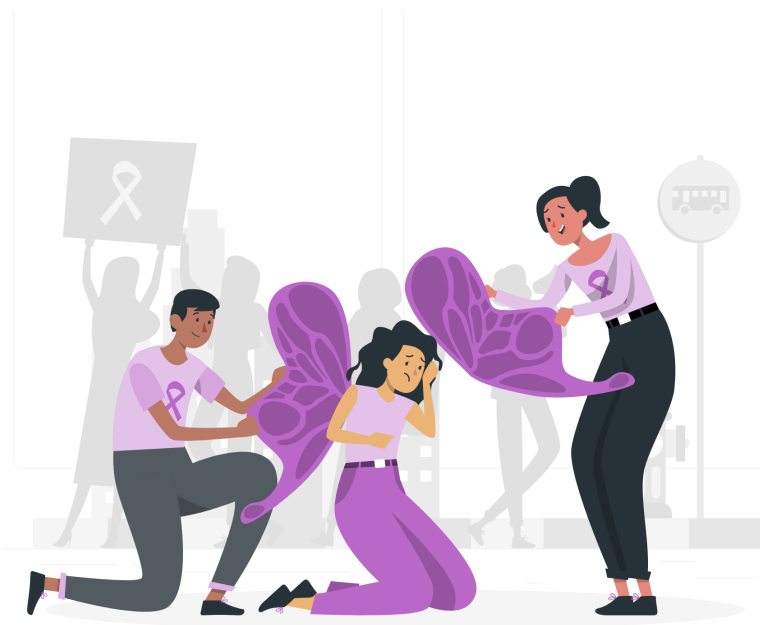
- Dolor, Fatiga y cansancio
- Rigidez generalizada, sobre todo al levantarse por las mañanas,.
- Problemas con el pensamiento, memoria y concentración
- Depresión y ansiedad
- Dolores de cabeza, incluyendo migrañas.
- Síndrome de intestino irritable
- Adormecimiento u hormigueo en manos y pies
- Dolor en el rostro o mandíbula, incluyendo una afección conocida como trastorno de articulación temporomandibular.
- Problemas para dormir
- Dificultad para concentrarse o para retener información.



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá - Colombia
Teléfono 3238555
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo



No se conoce la causa de esta alteración, pero se piensa que hay muchos factores implicados. Hay personas que desarrollan la enfermedad sin causa aparente y en otras comienza después de procesos identificables como puede ser una infección bacteriana o viral, un accidente de automóvil o en otros casos aparece después de que otra enfermedad conocida limite la calidad de vida (artritis reumatoide, lupus eritematoso, etc.).



Estos agentes desencadenantes no parecen causar la enfermedad, sino que lo que probablemente hacen es despertarla en una persona que ya tiene una anomalía oculta en la regulación de su capacidad de respuesta a determinados estímulos.

La fibromialgia se reconoce como un síndrome, lo que significa que el reumatólogo la identifica.

La fibromialgia se diagnostica sobre la base de los síntomas característicos y la exclusión de otras enfermedades que pueden conducir al mismo patrón de síntomas.

La evaluación de la fibromialgia se basa en los criterios del American College of Rheumatology:

- Historia de dolor generalizado presente durante al menos tres meses
- Dolor en 11 de los 18 puntos dolorosos a la palpación digital (ambos lados del cuerpo): occipucio, cervical, trapecios, supraespinosos, segunda costilla, epicóndilos laterales, glúteo, trocánter mayor, rodillas.

El diagnóstico por lo general, se realiza después de un tiempo en que se evalúa y descarta la presencia de otras enfermedades cuyos síntomas pueden parecerse (artritis, lupus, entre muchos otros).

Tratamiento



La enfermedad no tiene curación definitiva. El objetivo del tratamiento es mejorar el dolor y tratar los síntomas acompañantes, para conseguir una gran mejoría en la calidad de vida de estos pacientes.

El tratamiento consiste en la administración de fármacos para disminuir el dolor, terapia cognitivo-conductual, ejercicio físico, tratamiento rehabilitador y de fisioterapia; también pueden formar parte del proceso terapéutico el ejercicio aeróbico, los programas educativos, los ejercicios de relajación, terapias de ayuda para lograr una actitud activa de los pacientes y los grupos y las redes sociales de apoyo mutuo.*

*FUENTE: ACTA MEDICA COLOMBIANA.

