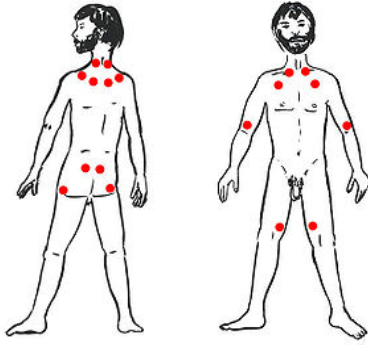


## Diagnóstico

Puntos sensibles en Fibromialgia



Existen 18 puntos sensibles (tender points). Para diagnosticar la fibromialgia, el médico debe valorar la historia clínica del enfermo, así como los síntomas, estudios y análisis. El diagnóstico es diferencial, debiéndose descartar otras patologías de similar sintomatología a las de la fibromialgia, como enfermedades reumatológicas (artrosis, artritis reumatoidea, espondiloartropatías, lupus) y enfermedades neurológicas (mielitis transversa, esclerosis múltiple, polineuropatías periféricas). Para ello es imprescindible realizar estudios como tomografía, resonancia magnética, estudio eléctrico en los miembros (velocidad de conducción y electromiograma), potenciales evocados, análisis de sangre (VCR, PCR, factor reumatoideo, anticuerpos).

Luego de descartadas otras enfermedades, se comprueba la existencia de los denominados "Tender Points", que no es lo mismo que los Puntos Gatillo o "Trigger Points" del síndrome miofascial; existen un total de 18 puntos.<sup>4</sup> Se considera que puede haber una fibromialgia cuando al aplicar una presión de cuatro kilogramos sobre dichos puntos, el paciente reporta dolor en 11 o más de ellos. Esta técnica fue desarrollada por el American College of Rheumatology (\*5). Estos puntos se encuentran repartidos por todo el cuerpo: rodillas, hombros, cuello, glúteos, codos, cadera, etc. En todo caso, este criterio fue inicialmente adoptado como forma de "definición de caso", razón por la cual el diagnóstico requiere de una evaluación minuciosa por parte de un médico especializado en enfermedades reumáticas (reumatólogo). No existen pruebas de laboratorio disponibles para realizar el diagnóstico de la fibromialgia.

El diagnóstico es clínico y se establece por exclusión de otras patologías y por la presencia de síntomas y signos característicos. La fibromialgia se confunde frecuentemente con otros padecimientos reumáticos diferentes como el Lupus Eritematoso, el Síndrome de fatiga crónica, deficiencia de vitamina D o B12, la Polimialgia Reumática o el Síndrome de Sjögren; por lo cual el diagnóstico diferencial es fundamental para el futuro del paciente, pues tanto el enfoque diagnóstico, como pronóstico e incluso terapéutico, son diferentes para cada padecimiento.

Se ha de tener en cuenta que mucha gente afectada por esta enfermedad ha estado parte de su vida yendo de un médico a otro sin saber qué le pasaba. La educación sanitaria, la información y la comunicación con otras personas afectadas son una forma

importante de terapia. Su médico puede personalizar su plan de tratamiento para que se adapte a sus necesidades individuales. Algunas personas que padecen de fibromialgia presentan síntomas leves y necesitan muy poco tratamiento una vez que comprenden la dolencia que padecen y lo que la empeora. Otras personas, sin embargo, necesitan de un programa de cuidado completo, incluyendo medicamentos, ejercicio y entrenamiento sobre técnicas para sobrellevar el dolor. Entre las opciones para el tratamiento de la fibromialgia se incluyen:

- Medicamentos para disminuir el dolor y mejorar el sueño.
- Programas de ejercicios para estirar los músculos y mejorar la capacidad cardiovascular.
- Técnicas de relajación para aliviar la tensión muscular y la ansiedad.
- Programas educativos que le ayuden a comprender y a controlar la fibromialgia.