

## **FIBROMIALGIA: RESPUESTAS DESDE LA MEDICINA CHINA**

La fibromialgia fue categorizada como enfermedad diferenciada hace más de 150 años. En 1992 la Organización Mundial de la Salud la incluyó entre los trastornos reumáticos que originan dolores musculoesqueléticos generalizados que no son ni articulares (artrosis, artritis, lumbalgias) ni localizados (gota, fibrotendinitis, etc).

El propio término Fibromialgia contiene en sí mismo la definición del mal: "Fibro" hace referencia a su relación fibrosa (nervios, músculos, ligamentos y tendones) "mi" al aspecto muscular y "algia" a la condición del dolor. Etimológicamente significa dolor en los músculos y tejido fibroso –ligamentos y tendones- y por esta razón se cataloga médicamente como enfermedad reumática. Si embargo sería más correcto hablar de Síndrome Fibromiálgico puesto que son diferentes trastornos: alimenticios, tóxicos, infecciosos, los que pueden producir el cuadro fibromiálgico.

Su **diagnóstico** resulta difícil ya que todas las pruebas objetivas clásicas – radiografías, resonancias, analíticas, etc- son inútiles pues arrojarán resultados normales, su diagnóstico es clínico. Es una enfermedad que parece invisible a la hora de ser detectada, que se oculta tras el sufrimiento de quien la padece sin hacer comprensible su dolor. Esto hace que un paciente con FM pueda consultar una docena de especialistas antes de ser diagnosticado con Fibromialgia, y tenga que esperar un mínimo de 6 años para este diagnóstico.

A su diagnóstico se llega casi por eliminación, descartando otras posibilidades y para su "confirmación" se recurre a la herramienta de diagnóstico diferencial que para esta patología idearon en 1990 los reumatólogos del *American Collage of Reumatology* y que denominaron *tender points* o puntos donde ha disminuido el umbral de dolor. Es decir, se considera fibromialgia si al presionar esos 18 puntos con los dedos pulgar o índice (la presión debe ser de unos 4 K. por cm cuadrado y el dolor que provoca se mide con un dolorímetro) el paciente refiere dolor en al menos 11 puntos o se padece dolor generalizado y crónico durante más de 3 meses habiéndose descartado otras patologías.

Un gran número de pacientes presentan **síntomas y signos** asociados específicos: Dolor y rigidez matinal, fatiga, alteraciones del sueño, dolores articulares, agravación de los síntomas con los cambios de tiempo, nerviosismo en las piernas, entumecimiento y picores, depresión, pérdida de memoria, calambres en las piernas, dificultad para la concentración, colon irritable, nerviosismo, ansiedad, etc.

La FM podría afectar al 3% de los españoles, siendo mujeres el 90% de los casos. La mayoría de los afectados tienen entre 35 y 50 años, aunque la enfermedad se puede manifestar a cualquier edad, incluso en edades muy tempranas.

**Fisiopatología:** la etiopatogenia de esta enfermedad no es bien conocida, aunque se cree que es multifactorial. Su etiología es idiopática. Las teorías actuales descartan un origen hereditario y sí apuntan hacia una predisposición genética, destacando especialmente las investigaciones sobre el gen COMT (catecol-O-metiltransferasa, situado en el cromosoma 22) y genes relacionados con la Serotonina (sustancia química que transmite mensajes a través del cerebro) y la sustancia P (se cree que esta sustancia transmite los mensajes de dolor al cuerpo ya que está relacionada con la despolarización de las células del asta dorsal de la médula) lo que sí parece evidente es que los pacientes con FM presentan bajos niveles de Serotonina y Triptófano así como elevados niveles de Sustancia P en el líquido cefalorraquídeo. También se han hallado bajos niveles de flujo sanguíneo a nivel de la región del tálamo del cerebro y anomalías en las funciones de las citocinas. Hay otras teorías que la relacionan con anomalías histológicas, bioquímicas, de origen viral, anomalías inmunológicas u hormonales.

La investigación sobre los síntomas objetivos descubiertos indica una mala vascularización en ciertas partes del cerebro, la falta de producción de Cortisol, un tipo particular de hipotensión arterial y niveles anormales de ciertos neurotransmisores.

También habría que considerar factores como la depresión o alteraciones del sueño, que no se sabe si son origen o consecuencia de la FM, un sistema inmunológico débil o estrés psicológico prolongado.

Hay evidencias que señalan una correlación con la disminución de la capacidad para detoxificar sustancias xenobióticas y los procesos de enfermedad crónica como la Fibromialgia y el Síndrome de Fatiga Crónica. El Dr. Jean Signalet cree que la fibromialgia se debe al ensuciamiento celular. Al no estar nuestras enzimas digestivas adaptadas a las estructuras de las macromoléculas de los nuevos alimentos que consumimos hoy día su digestión termina siendo incompleta y como consecuencia hay en el cuerpo un exceso de macromoléculas no digeridas que dañan las células. Cuando los residuos sobrepasan la capacidad eliminadora de nuestros órganos emuntorios se acumulan produciendo ensuciamiento celular, así en la fibromialgia se ensucian las células de músculos (miocitos), tendones (tendinocitos) y células cerebrales (neuronas y astrocitos).

Ningún tratamiento ha demostrado eficacia reconocida en la enfermedad ya que los tratamientos existentes son paliativos.

## **MEDICINA CHINA**

La acupuntura puede hacer un gran aporte en los casos de Fibromialgia, ya que la situación de los puntos de acupuntura coincide en un 82% con el trazado anatómico de los nervios en el cuerpo humano y los 18 *tender points* descritos por los expertos en fibromialgia también coinciden con puntos de acupuntura que pueden mejorar los procesos de dolor.

A la Fibromialgia puede conducir la actual forma de vida, especialmente en las ciudades, en las que se dan todos los factores necesarios: polución, alimentación poco natural por el abuso de conservas, congelados, "comida basura", productos transgénicos, etc; y el estrés sostenido en el tiempo que, en definitiva, alejan al hombre de la Naturaleza, de la esencia misma de lo que somos.

El perfil psicológico que abunda en los casos de Fibromialgia responde a personas perfeccionistas, meticulosas, que gustan de hacer sus tareas con una gran exigencia hacia ellas mismas, y pueden vivir con gran preocupación los pequeños problemas ya que necesitan tener todo bajo control, toleran mal el estrés y son hipersensibles.

¿Por qué son las mujeres las más afectadas? La mujer actual vive sometida a grandes presiones y responsabilidades a las que se enfrenta diariamente, por una parte tiene las mismas obligaciones laborales que el hombre (tal vez teniendo que demostrar mucho más para ser considerada igual) y además sus obligaciones como madre, esposa, tareas domésticas, etc. Esto hace que viva sometida a una serie de preocupaciones y a menudo frustraciones que pueden bloquear la energía del hígado, órgano que representa en la teoría de los 5 elementos al elemento Madera. Aquí puede estar el origen, un bloqueo de Qi Hepático, pero esta alteración sostenida en el tiempo involucrará a otros órganos y elementos, por tanto el tratamiento con acupuntura dependerá mucho de cada paciente, de sus características y de la sintomatología que en cada persona se manifieste.

Con frecuencia nos encontramos en personas con FM otros cuadros asociados al estancamiento de Qi hepático, como son: Frío interno (que hará que estas personas tengan un gran temor al frío y sean muy frioleras), Viento (que será el responsable de los dolores erráticos. Este viento puede ir asociado a Frío, Calor o Humedad), Estasis de Sangre (lo que producirá dolores punzantes, taladrantes), Insuficiencia de Qi (que causa un agotamiento general y fatiga crónica), Insuficiencia de Yang,

Insuficiencia de Sangre, etc. Por eso para su tratamiento con acupuntura es necesario un buen diagnóstico que dé un enfoque adaptado al cuadro particular del sujeto.

Con demasiada frecuencia nos olvidamos de la persona y nos quedamos en las manifestaciones externas, es necesario ante un paciente con Fibromialgia no sólo mantener una visión global de la enfermedad sino entender en profundidad lo que subyace tras los síntomas que presenta el paciente.

**Modesto Guitierrez**  
**Profesor y terapeuta de Itiee**