



Conferencia Dr. Manuel Martínez Lavín

La fibromialgia es una enfermedad relacionada al estrés, lo que se convierte en un dolor crónico.

Es un padecimiento que afecta del 2% al 5% de la población general, del cual el 90% son mujeres. Este padecimiento es poco o mal entendido, esto genera diagnósticos erróneos y mal tratamiento que pueden incluso llegar a cirugías innecesarias e inútiles.

Las características del padecimiento son dolor generalizado crónico e hipersensibilidad en sitios anatómicos específicos. Otros síntomas asociados pueden ser la fatiga y trastornos de sueño, rigidez matinal, sensaciones anormales, dolor de cabeza, ansiedad, intestino irritable, sequedad de ojos y boca y el fenómeno de Raynaud. Otras menos comunes pueden ser neblina mental, artritis, dolor vaginal, bruxismo, mareo y desmayo así como piernas inquietas.

Medicamente, los análisis y radiografías se muestran como normal o alteraciones que puedan parecer propias de la edad por lo que se pueden llegar a operaciones costosas de manera errada.

Otras enfermedades con las que se puede confundir la fibromialgia son:

- Artritis
- Lupus
- Esclerosis múltiple en fases tempranas
- Síndrome de sjögren
- Polimialgia reumática
- Comprensión de nervios

¿Por qué estamos estresados? El entorno en el que nos encontramos forma parte de un ambiente hostil, esto puede relacionarse con la falta de descanso nocturno, así como la contaminación, nosotros mismos también nos perjudicamos con el consumo de nicotina así como el seguimiento de dietas aberrantes, estos factores así como la historia de vida familiar forman parte de nuestro estrés del día a día.

El Sistema de Respuesta al estrés → Sistema Nervioso Autónomo.

Es el sistema primordial de la regulación y adaptación en los seres humanos.

Mantiene los signos vitales.



Se divide en simpático (que permite la relajación) y parasimpático (que trabaja con la adrenalina y pone al cuerpo en alerta), estos funcionan como un ying-yang, el cual representa el balance.

Es la conexión mente y cuerpo.

Hay una relación estrecha con el sistema hormonal y el inmunológico.

Este sistema cambia de manera constante su función por lo que limita su estudio t es este sistema el que está relacionado con la fibromialgia, por esto la dificultad de su estudio.

El Dr. Ha realizado varios estudios que demuestran la relación de la fibromialgia con el no poder desalojarse de la adrenalina por lo que el cuerpo está en constante estado de alerta. Por lo que podemos decir que el sistema simpático, relacionado con la producción de adrenalina en respuesta al estrés, en la fibromialgia se muestra hiperactivo ante el estímulo adicional por lo que se forza y por eso se da el cansancio.

Los nervios que producen dolor están irritados y se acompaña de hipersensibilidad a la presión. Es dolor neuropático.

Neuropatía de fibras finas → el estudio para ver estas fibras nerviosas es difícil y no lo hacen en México pero podemos verlas en la córnea.

Tratamiento integral:

- Tratamiento psicológico
- Dieta que evita cafeína y tabaco
- Ejercicio como aerobics y danza
- Administración de energía

Si se toman analgésicos deben ser recetados por su médico.

Hay antidepresivos y tranquilizadores que ayudan a contrarrestar la adrenalina, pero también deben ser recetados por un doctor y tomados con mucha precaución.