



# Medicina de Familia. SEMERGEN



<https://www.elsevier.es/semergen>

## 160/1561 - Fibromialgia: aÚn una enfermedad invisible y cuestionada. Si se puede... Mejorar la calidad de vida de las pacientes

F. Tamarit Corella<sup>a</sup>, M. Bach Vallmajor<sup>b</sup>, R. Riera Serra<sup>a</sup>, M.À. Mas Palagós<sup>b</sup> y F. Garabieta Urquiza<sup>c</sup>

<sup>a</sup>Médico de Medicina Familiar y Comunitaria. CAP Salt. Gerona. <sup>b</sup>Enfermera. CAP Salt. Gerona. <sup>c</sup>Fisioterapeuta. CAP Salt. Gerona.

### Resumen

**Objetivos:** Hablar de fibromialgia (FM) “con normalidad”, es arriesgarse a ser cuestionado. A pesar del Colegio Americano de Reumatología (1990), Declaración de Copenhagen (OMS 1994) y estar incluida en el síndrome de sensibilidad central (1994) junto al síndrome de fatiga crónica y síndrome químico múltiple, algunos la asocian más con la histeria (en el sentido noble del término, no el peyorativo, sinónimo de manipuladora/cuentista). que con la “evidencia científica”. Situación dramática en las pacientes conllevándoles un sufrimiento/estigma continuado/innesesario. Objetivo: realizar talleres de “terapia grupal psicoeducativa” dentro del Programa/Guía FM (Región Sanitaria Girona) y coordinación Unidad Hospitalaria Especializada.

**Metodología:** Formar grupos 9-15 pacientes con diagnóstico/FM. Se organizaron 7 Talleres, cada uno de 6 sesiones. Evaluación intervención: FIQ (Fibromyalgia Impact Questionnaire, puntuación 0-100), al inicio FIQ-1, al final FIQ-2 y 8 semanas posteriores FIQ-3. Pacientes FM “más” afectadas  $\geq$  70 y media pacientes FM 50,8.

**Resultados:** Participación 79 personas. N = 79. El 98,73% (78) mujeres. Media edad 54,50 años. En 54 > 3 años diagnóstico FM, en 17 < 3 años. NS/NC 8. Media FIQ-1 iniciales 69,20 puntos. Media FIQ-2 finales 61,71 puntos (-7,49 puntos del FIQ-1). Media FIQ-3 a las 8 semanas 59,59 puntos (-2,12 del FIQ-2). Encuesta (rango 0-5): Mejora Calidad Vida 4,63 puntos y Formación Talleres 4,87.

**Conclusiones:** No limitarnos a 6 sesiones si queríamos que los cambios/mejora persistieran y consolidaran. Los FIQ de las 8 semanas lo demuestran. ¿Por qué casi todas mujeres, relación con el rol social/género? Intervención Comunitaria APOC: piscina municipal, gimnasia holística, caminadas, creación “Asociación local FM Salt”, discutir alimentación, sexualidad, implicación parejas/familias. Intervención: entre-profesionales: psicóloga/fisioterapeuta e instituciones: Ayuntamiento.