

Diferències entre Fibromiàlgia (FM) i Síndrome de Fatiga Crònica (SFC)

Dr. Ferran J. García Fructuoso
Doctor en Medicina y Reumatòleg
Cap del Servei de Reumatologia Clínica CIMA (Barcelona)

La Fibromiàlgia (FM) i **La Síndrome de Fatiga Crònica (SFC)** són dues entitats patològiques clarament diferenciades fins i tot en la Classificació Internacional de Malalties de l'Organització Mundial de la Salut (CIE), però en les que la seva forma de presentació: dolor i fatiga, pot induir a confusió en el metge no expert o que no disposa del temps suficient per a un interrogatori minuciós.

De fet, el dolor generalitzat i la fatiga, són símptomes comuns a moltes altres malalties de diversos àmbits clínics, com ara la reumatologia, la neurologia, l'endocrinologia, la psico-psiquiatría i la medicina interna entre d'altres.

La **Fibromiàlgia** és essencialment un procés d'amplificació del dolor en què estan clarament implicades alteracions en els neuromediadors. Es presenta molt especialment en les edats perimenopàusiques (45-55 anys), amb una gran predilecció per les dones (10 dones per cada home i fins i tot 20 dones per cada home segons alguns estudis). Es manifesta amb un dolor pràcticament constant i generalitzat, encara que de vegades predomina de manera clara en una part del cos i s'acompanya de diversos símptomes no específics entre els quals destaca un sever trastorn del son en gairebé tots els pacients. La FM és de causa desconeguda i no disposem d'un tractament curatiu, però sí sabem que un tractament integrat basat en: suport psicològic, millora de la qualitat del son, tractament del dolor i pràctica d'exercici gradual, és beneficiós per a la majoria dels pacients i aconsegueix augmentar de forma significativa la seva qualitat de vida i la seva dependència dels fàrmacs, que constitueix un factor de mal pronòstic.

La **Fibromiàlgia** produeix fatiga essencialment per l'alteració de les fases del son i per la comorbiditat amb trastorns psicològics com la depressió o l'ansietat.

De fet, la fatiga és un símptoma molt freqüent en les consultes mèdiques i pot acompanyar moltes malalties, com ara una simple anèmia o una hepatitis o fins i tot a la pròpia **FM** com hem vist, però s'ha de diferenciar molt bé d'una entitat molt severa i complexa com és la **Síndrome de Fatiga Crònica (SFC/EM)**. El simple fet d'afegir aquesta paraula: "síndrome", ens indica que ens estem referint a un conjunt de símptomes que denoten que estem parlant d'una afectació física i mental molt severa (impacte superior al 50% de les activitats de la vida diària) i que s'acompanya de trastorns importants de concentració i memòria, dolor en articulacions i / o músculs, mal de coll, aparició de ganglis, sensació febril i un malestar molt prolongat (superior a 24 hores) després d'un esforç. El dolor i la fatiga de la **SFC** acostuma a ser màxim a les cames, encara que hi ha casos generalitzats. El pacient amb **SFC** és més jove en el seu debut, ja que es produeix estadísticament entre els 20 i 40 anys i la proporció dona / home és de 7 a 1.

La causa és també desconeguda, però les infeccions per virus i la inhalació de substàncies químiques, com els insecticides o pesticides, sabem que desencadenen la síndrome en persones predisposades genèticament.

El pronòstic de la **SFC** és pitjor que el de la **FM**, ja que en la **SFC** sabem que el 80% d'afectats requeriran una incapacitat absoluta als 5 anys del seu diagnòstic, mentre que aquesta xifra és el 17% a la **FM** correctament tractada en un enfocament multidisciplinari.

Per tant, sempre que a una pacient amb **FM** se li diu que a més té "fatiga crònica", cal precisar si estem parlant de la fatiga com a símptoma addicional produïda per la seva pròpia malaltia o altres, o bé si parlem de l'entitat **Síndrome de Fatiga Crònica**, amb el que això significa, doncs hi ha diferències tant en l'enfocament del tractament com en el pronòstic que han de ser aclarides, fins i tot per evitar l'empitjorament del quadre.