



*Esenciales: hojas informativas de fácil lectura*

## ¿Qué es la fibromialgia?

La fibromialgia es un trastorno que causa dolores musculares y fatiga (cansancio). Las personas con fibromialgia tienen dolor y sensibilidad en todo el cuerpo.

Las personas que padecen de fibromialgia pueden también tener otros síntomas, tales como:

- Dificultad para dormir
- Rigidez por la mañana
- Dolores de cabeza
- Periodos menstruales dolorosos
- Sensación de hormigueo o adormecimiento en las manos y los pies
- Falta de memoria o dificultad para concentrarse (a estos lapsos de memoria a veces se les llama “fibroneblina”).

Se puede tener dos o más afecciones crónicas del dolor al mismo tiempo. Entre estas afecciones están el síndrome de fatiga crónica, la endometriosis, la fibromialgia, la enfermedad inflamatoria del intestino, la cistitis intersticial, la disfunción de la articulación temporomandibular y la vulvodinia. No se sabe si estos trastornos tienen una causa común.

## ¿Cuáles son las causas de la fibromialgia?

Las causas de la fibromialgia son desconocidas. Ciertos factores pueden estar relacionados con este trastorno. La fibromialgia se ha relacionado con:

- Acontecimientos estresantes o traumáticos, como accidentes automovilísticos
- Lesiones recurrentes

Departamento de Salud y  
Servicios  
Humanos de los EE.UU.  
Servicio de Salud Pública

Instituto Nacional de  
Artritis y Enfermedades  
Musculoesqueléticas y de la Piel  
Institutos Nacionales  
de la Salud  
1 AMS Circle  
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484  
Llame gratis: 877-22-NIAMS  
TTY: 301-565-2966  
Fax: 301-718-6366  
Correo electrónico:  
NIAMInfo@mail.nih.gov  
Sitio web: www.niams.nih.gov



Instituto Nacional de  
Artritis y Enfermedades  
Musculoesqueléticas y de la Piel

- Malestares o dolencias
- Ciertas enfermedades.

La fibromialgia también puede ocurrir por sí sola.

Algunos científicos creen que el origen de la fibromialgia puede ser genético. Los genes pueden hacer que una persona tenga una fuerte reacción de dolor ante cosas que otras personas no consideran dolorosas.

### ¿Quién padece de fibromialgia?

Los científicos estiman que la fibromialgia afecta a 5 millones de personas de 18 años de edad o mayores en los Estados Unidos. Entre el 80 y 90 por ciento de las personas a las que les diagnostican fibromialgia son mujeres. Sin embargo, los hombres y los niños también pueden tener el trastorno. La mayoría de los casos se diagnostican a una edad madura.

La fibromialgia se diagnostica más frecuentemente en individuos que padecen ciertas enfermedades. Estas enfermedades incluyen

- Artritis reumatoide
- Lupus eritematoso sistémico (comúnmente llamado lupus)
- Espondilitis anquilosante (artritis espinal).

Las mujeres que tienen a un familiar con fibromialgia tienen mayor predisposición a padecer de fibromialgia también.

### ¿Cuál es el tratamiento para la fibromialgia?

La fibromialgia puede ser difícil de tratar. Es importante que consiga a un médico que está familiarizado con este trastorno y su tratamiento. Muchos médicos de cabecera, internistas generales o reumatólogos pueden tratar la fibromialgia. Los reumatólogos son médicos que se especializan en la artritis y otras condiciones que afectan las articulaciones o tejidos blandos.

El tratamiento para la fibromialgia a veces requiere que se trabaje en equipo. Este incluye a su médico, un fisioterapeuta y posiblemente otros proveedores de servicios de salud. Una clínica para el dolor o una clínica de reumatología pueden ser un buen lugar para obtener tratamiento.

### ¿Qué puedo hacer para tratar de sentirme mejor?

Hay muchas cosas que usted puede hacer para mejorar, incluyendo:

- Tómese los medicamentos como le fueron recetados
- Duerma lo suficiente
- Haga ejercicio
- Aliméntese bien
- Haga los cambios necesarios en el trabajo.

### ¿Qué investigaciones se están haciendo sobre la fibromialgia?

El NIAMS patrocina investigaciones para ampliar el conocimiento sobre la fibromialgia y para mejorar el diagnóstico, tratamiento y prevención de este trastorno. Los investigadores están estudiando:

- Por qué las personas con fibromialgia son más susceptibles al dolor
- Tratamientos con medicamentos y con refuerzo de conducta
- La existencia de un gen o genes que hacen que una persona esté más propensa a padecer de fibromialgia
- El uso de radiografías, tales como resonancia magnética nuclear (MRI, por sus siglas en inglés) para entender mejor la fibromialgia
- La inflamación en el cuerpo y su relación con la fibromialgia
- Tratamientos sin medicamentos para ayudar a reducir el dolor
- Métodos para mejorar el sueño en las personas con fibromialgia.

**Para más información acerca de la fibromialgia y otras enfermedades relacionadas, comuníquese con el:**

**Centro Nacional de Distribución de Información del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés)**

Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés)

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484

Llame gratis: 877-22-NIAMS (877-226-4267)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Correo electrónico: NIAMSinfo@mail.nih.gov

Sitio web: [www.niams.nih.gov](http://www.niams.nih.gov)

### **Para su información**

En esta publicación puede encontrar información sobre los medicamentos que se usan para tratar la enfermedad aquí mencionada. Hemos brindado la información más actualizada disponible al momento de su impresión. Es posible que desde entonces haya surgido más información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más actualizada o para hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, llame gratis a la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos al 888-INFO-FDA (888-463-6332) o visite el sitio web: [www.fda.gov](http://www.fda.gov). Si desea información adicional sobre medicamentos específicos, visite [Drugs@FDA](mailto:Drugs@FDA) en [www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda](http://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda). [Drugs@FDA](mailto:Drugs@FDA) es un catálogo dónde puede hacer una búsqueda para los medicamentos aprobados por la FDA.