LITORALPRESS

Fecha: 15-05-2023
Medio: El Día
Supl. : El Día
Tipo: Noticia general
Título: **Fibromialgia: más allá del dolor**

Pág. : 3
Cm2: 168,3
VPE: $ 257.011

Tiraje: 6.500
Lectoría: 19.500
Favorabilidad: No Definida

Fibromialgia: más allá del dolor

Rodrigo Burgos Director de Carrera de Terapia Ocupacional Universidad de Las Américas

La fibromialgia es reconocida por la OMS en 1992. Es una patología medianamente joven, pero que se ha transformado en un problema de salud pública debido al aumento explosivo en adultos. En Chile, la prevalencia varía entre el 1% a 2% de la población, siendo más frecuente en mujeres. Se caracteriza por presentar dolor crónico generalizado en la musculatura, fatiga, trastornos del sueño y problemas cognitivos. Algunos pacientes, presentan síntomas como dolores de cabeza, trastornos del ánimo y ansiedad.

Diversos estudios apuntan a que la fibromialgia no tiene una causa específica, sin embargo, hay acuerdos en que el deterioro en la calidad de vida debido a los trastornos de salud mental es uno de los principales problemas.

Es por esto que desde la sociedad civil se ha presionado y a contar de febrero de 2023 se crea la Ley 21.531 sobre fibromialgia y dolores crónicos no oncológicos, la que establece un avance en materia de derechos, pues busca mejorar la calidad de vida de personas a partir de la detección temprana y tratamiento oportuno, además abre una oportunidad en materia de intervenciones, pues la legislación invita a la colaboración de la medicina tradicional y complementaria, al reconocer que no existen tratamientos específicos y que estos varían dependiendo de las características de las personas.

En este sentido, la terapia ocupacional es una disciplina que puede mejorar el bienestar a través de diversos tratamientos, entre ellos, siendo el más relevante, la educación sobre la condición no solo al paciente, sino al entorno social. Se ha comprobado a lo largo de los años que cuando las personas aumentan sus síntomas depresivos, el apoyo interpersonal puede verse disminuido, lo que impactaría en el replegamiento de las relaciones sociales, por voluntad o exclusión, escenario que aumenta la sensación de dolor.

Por lo mismo, resulta importante incorporar en los tratamientos interdisciplinarios técnicas terapéuticas de bajo costo que permitan reducir la sintomatología. A través de la meditación como el mindfulness, es posible que las personas tengan mayor conciencia de las sensaciones del cuerpo, se desvinculen de los pensamientos negativos y procesos emocionales, y aumente su capacidad de autorregulación.Es por ello que los avances en materia de derechos que ha tenido el país también deben ir de la mano con la implementación de un enfoque de tratamiento integral, que eduque y concientice a la población general en torno a esta enfermedad y ofrezca tratamientos oportunos con el propósito de mejorar el bienestar y la calidad de vida, pues todo indica que la fibromialgia es mucho más que el dolor.