

• Lo que representa gastos médicos anuales de más de **¢ 7 640 millones**

2.5 % DE TICOS PADECEN FIBROMIALGIA

KAREN FERNÁNDEZ MONTERROSA

kfernandez@diarioextra.com

Datos de la Asociación Costarricense de Fibromialgia indican que en Costa Rica existen poco más de cien mil personas con la enfermedad, lo que representa aproximadamente el 2.5 % de la población.

De éstos, en el 2007 un total de seis mil personas se incapacitaron a causa de los dolores producidos por la enfermedad lo que implicaría gastos médicos mayores a los ¢ 7 640 millones pues los gastos médicos anuales por paciente ascienden a ¢ 1 273 440.

En tan solo un año las cifras se duplicaron pues en el 2006 se registraron un total de 3000 incapacitados, lo que evidencia el problema laboral que produce.

La fibromialgia está catalogada como la segunda enfermedad reumática en el mundo, aparece antes de los 20 años, pero se le diagnostica entre los 35 y 40 años aproximadamente. Es un mal que ataca las articulaciones, los tendones y los huesos de los pacientes, los cuales no son puntos visibles, de ahí la incompreensión por parte de las familias, amigos, compañeros de trabajo y en algunos casos hasta de los mismos médicos que atienden a los pacientes.

El padecimiento no produce inflamación externa ni coloración y a simple vista parece que la persona está bien. El enfermo tiene sus altos y bajos; así un día la persona se puede sentir y ver muy bien y a las horas o minutos estar con mucho dolor, tanto que un suspiro muy profundo le ocasiona dolor.

ALIMENTACIÓN ADECUADA

Después de dos años de investigación con pacientes que padecen de este mal, la psicóloga Marielos Mora resalta que es vital contar con una dieta adecuada debido a que estudios realizados desde la medicina natural documentan que el 90 % de las enferme-

dades surgen a consecuencia de una inadecuada alimentación.

Las seres humanos tenemos en el cuerpo colágeno que es el que produce el endurecimiento de huesos y músculos debido a las toxinas del organismo que se producen por la mala alimentación, entonces, en la medida en que nos alimentemos mejor, vamos a ir aumentando el nivel de elastina lo que nos va a permitir mayor movilidad, sumado por supuesto al tratamiento farmacológico que tenga el paciente, comentó Mora.

Por ello, una buena alimentación a nivel general, previene a las personas sanas de padecer, esta y muchas otras enfermedades.

PUEDA LLEVAR AL DIVORCIO

Además de afectar física y psicológicamente, la fibromialgia afecta el plano sexual porque la intimidad les resulta muy dolorosa a las pacientes por los puntos de dolor tan cercanos a la parte pélvica.

Si tienen una pareja que no entiende por lo que está atravesando la enferma y acceden a mantener una relación sexual dolorosa, no la van a disfrutar, lo que ayuda a que el día siguiente amanezca tiesa como una piedra y poco a poco empieza a resistirse a la intimidad, agregó Mora.

Por el contrario, si se busca una posición sexual cómoda para la paciente, el contacto íntimo puede resultar más satisfactorio y al día siguiente puede experimentar dolor, pero la actitud con la que se levanta es más poderosa que el mismo dolor gracias a la liberación de endorfinas.

Por ello hay que educar a las parejas para que conozcan que hay posiciones dentro de una relación íntima que son más beneficiosas para la paciente con fibromialgia y menos dolorosas, así podríamos evitar los divorcios que se están presentando por esta causa, finalizó la especialista.

