



Discovery Salud

NÚMERO 81 / MARZO / 2006

<http://www.dsalud.com>

REPORTAJE

**Según el método ideado por el doctor Johann Bauer**

### **EL 90% DE LOS PACIENTES DE FIBROMIALGIA PUEDE LIBRARSE DEL DOLOR CON UNA SENCILLA INTERVENCIÓN QUIRÚRGICA**

Para la medicina convencional la fibromialgia es una enfermedad de patogénesis confusa, diagnóstico difícil, tratamiento sintomático y curación improbable. Incluso con las terapias alternativas los resultados siguen siendo en muchos casos paliativos. Pues bien, el doctor alemán Johann Andreas Bauer afirma que desde hace 15 años alivia el dolor crónico de los pacientes de fibromialgia en apenas hora y media ioperándolos! Con un éxito del 90%. Según afirma basta eliminar quirúrgicamente -con anestesia local- el exceso de colágeno que obstruye los canales energéticos del cuerpo, comprime los tejidos y genera el dolor. El abordaje terapéutico de la fibromialgia - patología que la medicina convencional considera incurable - ha sido ya objeto de varios reportajes específicos en la revista (lea lo publicado en los números 34, 35, 61 y 66) por lo que suponemos que a muchos lectores les sorprenderá que volvamos a tratar el tema. Pero hay razones fundadas para hacerlo. No está de más, en cualquier caso, recordar antes -siquiera sea someramente- que hablamos de una enfermedad reumática crónica que afecta al tejido conjuntivo y al aparato locomotor provocando en quien la padece un dolor difuso e intenso en cabeza, cuello, hombros, columna vertebral, brazos, caderas o rodillas que va acompañado de cansancio acentuado (de hecho, la fatiga extrema es uno de los primeros síntomas que aparecen), rigidez y hormigueo de las extremidades o trastornos del sueño relacionados con estados de depresión o ansiedad, entre otros síntomas. De hecho el propio término "fibromialgia" contiene en sí mismo la descripción de este mal: "fibro" describe el aspecto fibroso (como decimos esta enfermedad afecta principalmente a nervios, músculos, ligamentos y tendones), "mi" al aspecto muscular y "algia" a la condición de dolor. Fue categorizada como "enfermedad" diferenciada hace más de 150 años por unos médicos alemanes que la denominaron "reumatismo tisular". Hoy la Organización Mundial de la Salud la incluye entre los trastornos reumáticos que originan dolores musculoesqueléticos generalizados que no son ni articulares (artrosis, artritis, lumbalgias) ni localizados (gota, fibrotendinitis, etc.). Se calcula que en España la padecen entre millón y millón y medio de personas a las que - según manifiestan- "les duele todo" y se sienten constantemente cansados, como si les hubieran dado una paliza. Y eso que la gran mayoría tiene entre 25 y 50 años aunque la enfermedad se puede manifestar a cualquier edad, incluso muy temprana. Por desgracia es una cifra aproximada y presumiblemente corta pues los propios médicos reconocen que por las características de la patología -que hace difícil su diagnóstico- varios cientos de miles de personas pueden estar diagnosticadas de diversas patologías cuando lo que sufren es fibromialgia. Y es que en el caso de esta enfermedad todas las pruebas objetivas clásicas - radiografías, resonancias, analíticas, etc.- son inútiles porque arrojan resultados y parámetros normales. Lo que hace que muchos pacientes reciban el humillante diagnóstico de "No tiene usted nada. Todo está

---

Según el método ideado por el doctor Johann Bauer.doc

en su mente". Además los únicos tratamientos existentes -algunos no sólo de nula o mínima eficacia sino con efectos secundarios más o menos graves- son paliativos. Analgésicos, ansiolíticos, antidepresivos, hipnóticos, relajantes musculares, etc., junto con fisioterapia, masajes y algo de ejercicio son las posibilidades que ofrece a estos enfermos la medicina convencional. En cuanto a la alternativa los efectos son positivos mientras se aplica la terapia pero si se abandona vuelven a aparecer los síntomas. A juicio de esta revista sólo dos productos de los que ya hemos hablado en números anteriores se muestran efectivos a largo plazo: Recuperation y Cellfood. Y no siempre. Pues bien, un correo electrónico nos puso hace escasas semanas sobre la pista de un método terapéutico que parece tener una extraordinaria eficacia tanto en la eliminación del dolor como de los síntomas que padecen los afectados por fibromialgia. Se trata de una técnica ideada hace 15 años por un médico italiano pero de ascendencia alemana llamado Johann Andreas Bauer quien mediante una sencilla intervención quirúrgica que apenas dura 90 minutos y se realiza de forma ambulatoria y con anestesia local logra eliminar los síntomas de la fibromialgia -incluido el dolor- en el 90% de los casos. Es más, años después de la operación el 66% de los operados aseguran no haber vuelto a sentir ninguna de las molestias propias de esta patología.

### **ORIGEN DESCONOCIDO, DIAGNÓSTICO DIFÍCIL, TRATAMIENTO PALIATIVO**

Si se le pregunta a los médicos por la causa o causas de la fibromialgia contestan que es idiopática, es decir, de etiología desconocida; en otras palabras, que se ignora. Desconocimiento que favorece que casi a diario aparezcan nuevas hipótesis sobre su origen. Así, por ejemplo, el doctor Jaume Graell Massana -director del Instituto Catalán de Reumatología y Enfermedades Óseas de Barcelona, considerado uno de los mayores expertos españoles en esta enfermedad y que lleva años tratándola con ozono con excelentes resultados paliativos- nos contaría en su día que "se ha constatado que hay alteraciones de los músculos con niveles de oxigenación bajos, trastornos de las transmisiones nerviosas y presencia de valores anormales de diversas sustancias que actúan en la regulación del dolor. Y aunque no está establecida todo indica que la causa debe ser multifactorial ya que está descartado tanto un origen infeccioso como hereditario. Eso sí, parece que podría haber una predisposición genética. Otra cosa es que en algunos casos puedan manifestarse los síntomas después de una enfermedad infecciosa, un accidente, una separación matrimonial, problemas con los hijos, etc. Pero todos ellos son factores que pueden actuar como desencadenantes, nunca son responsables directos de la enfermedad. Sin embargo sí se han percibido fuertes indicios de que está asociada a problemas psicológicos o a un trauma determinado que luego parece somatizarse". Para el doctor José Manuel López existen sin embargo otros agentes que predisponen y cuyos efectos se suman. Entre ellos, infecciones múltiples recurrentes, deficiente funcionamiento del sistema inmune, toxicidad por metales pesados, carencias enzimáticas deficiencias nutricionales, factores relacionados con el estilo de vida, disfunciones hormonales y tiroideas, insuficiencia adrenal, anemia, causas cardiovasculares, diabetes obesidad o descanso de baja calidad o inadecuado, por mencionar sólo algunos. En cuanto al diagnóstico lo cierto es que a día de hoy se sigue llegando casi por descarte es decir, si no es ni esto, ni aquello, ni lo otro... entonces es fibromialgia. Y para "confirmarlo" se recurre a la herramienta de diagnóstico diferencial que para esta patología idearon en 1990 los reumatólogos del Colegio Americano de Reumatología (American College of Rheumatology) y que denominaron tender points o puntos donde ha disminuido e umbral de dolor. En concreto se sitúan a lo largo de la cintura escapular, cara anterior de tórax, cintura pélvica, cara inferior interna de ambos muslos y cara interna de ambas rodillas. Es decir, se considera que alguien padece fibromialgia si al presionar esos puntos con los dedos pulgar o índice el paciente refiere dolor en al menos 11 de los 18 puntos sensibles descritos o si se padece dolor generalizado y crónico durante más de tres meses habiéndose descartado otras patologías. Esa presión a la que nos referimos es la justa para que cambie la coloración de los tejidos situados bajo las uñas de quien explora -es decir, de unos 4 kilos por centímetro cuadrado- y el dolor que provoca se mide con un dolorímetro. La cuestión es que

existe controversia acerca de la eficacia de esta herramienta de diagnóstico ya que esta medición no tiene en cuenta la percepción subjetiva del paciente acerca de hasta qué punto le afecta ese dolor y además esos mismos tender points se detectan en un 30% de personas no fibromiálgicas pero sí afectadas, por ejemplo, de artrosis. Como veremos enseguida la propuesta del doctor Bauer supera esta dificultad pues con ella se obtiene un diagnóstico más rápido y correcto que se basa en la palpación de los puntos de acupuntura, puntos también sensibles pero mucho más numerosos y acotados que los tender points. Por lo que respecta a los tratamientos actuales son sólo paliativos, los prescribe la medicina convencional o la alternativa. La convencional receta todo tipo de fármacos para aliviar los síntomas mientras que la Homeopatía, la Fitoterapia, la Osteopatía, la Acupuntura, la Apiterapia, la Aromaterapia, el Chi Kung, la Hidroterapia, el Yoga, la Ozonoterapia, la Quiropráctica, la Reflexología, la Urinoterapia o el Tai-Chi - algunas de las terapias que se han probado en esta patología- mejoran la situación del enfermo pero no solventan el problema. De hecho muchos pacientes refieren que cuando abandonan esos tratamientos se recrudecen los síntomas, especialmente el dolor y el consiguiente cansancio y abatimiento. Sin embargo cabe mencionar que existen productos naturales que parecen tener buenos y duraderos resultados. Es el caso del fruto del Noni aunque los que realmente destacan son dos productos. Uno es el Cellfood, un concentrado que aporta oxígeno, 78 minerales iónicos, 34 enzimas y 17 aminoácidos y electrolitos en una suspensión de deuterio cargada negativamente. De hecho un estudio dirigido por el doctor Juan Pedro Lapuente en la Escuela de Fisioterapia Garbí de la Universidad de Girona con 100 afectados por fibromialgia ha demostrado que mejora enormemente la calidad de vida de los pacientes a las pocas semanas de comenzar a ingerirlo. En concreto consiguió la desaparición casi total de la fatiga y el dolor así como una gran mejoría en el estado anímico de los afectados sometidos a estudio (lea el reportaje completo en nuestra web). El otro es el Recuperation -compuesto por citrato de sodio, cloruro de potasio, cloruro de sodio carbonato de magnesio y fosfato de calcio en las mismas proporciones en que se encuentran en el agua de mar- y que es creación de un enfermo de fibromialgia, Alfred Blasi (lea la entrevista que le hicimos en nuestra web), quien lleva ya más de tres años sin un sólo síntoma cuando al comenzar a tomarlo se encontraba imposibilitado en cama. Cabe agregar que a juzgar por los resultados la propuesta de Blasi parecía hasta ahora la más efectiva pero los datos que aporta el doctor Bauer sobre el resultado de las intervenciones que practica sobre afectados de fibromialgia la convierten en una posibilidad real y efectiva de la que pueden beneficiarse millones de personas. Sólo nos resta decir que la fibromialgia también está siendo tratada con los modernos aparatos de biorresonancia y feedback pero carecemos aún de datos para valorar su eficacia.

## **¿PROVOCA LA FIBROMIALGIA LA INGESTA DE DETERMINADOS ALIMENTOS?**

No debemos obviar, en cualquier caso, lo que postula el médico, hematólogo, inmunólogo y biólogo francés Jean Seignalet en su obra La alimentación, la 3ª Medicina (lea lo publicado al respecto en los números 78 y 79 de la revista) para quien la mayor parte de las enfermedades neuropsiquiátricas, autoinmunes y reumatológicas -y, por tanto, la fibromialgia- se deben al ensuciamiento de las células. Según explica, al no estar nuestras enzimas digestivas adaptadas a la estructura de las macromoléculas de algunos de los nuevos alimentos que hoy consumimos su digestión termina siendo incompleta y como consecuencia hay en el cuerpo un exceso de macromoléculas no digeridas que dañan las células. Ese contenido intestinal anormal termina por agredir la mucosa del intestino delgado provocando la destrucción o deterioro de los enterocitos -los ladrillos de la mucosa- y, como consecuencia, hiperpermeabilidad intestinal y filtración excesiva de residuos de origen alimentario y bacteriano a la circulación general. Residuos que cuando sobrepasan la capacidad de eliminación de los emuntorios -aparato digestivo, riñones, hígado y pie principalmente- se acumulan de forma paulatina produciendo el ensuciamiento celular. Pues bien, en el caso de la fibromialgia las células que se ensuciarían serían las de los músculos los tendones y las neuronas. Seignalet agrega que el ensucia-

miento celular se debe básicamente a cinco motivos: e consumo de cereales, la ingesta de leche animal y sus derivados, la cocción de los alimentos por encima de 120 grados y/o durante tiempo prolongado, el refinado de los aceites y la actual contaminación alimenticia con la consiguiente carencia de vitaminas y minerales Y asegura que basta seguir su Régimen Ancestral o Hipotóxico para obtener la mejoría o cura en el 80% de los casos de fibromialgia. Nuestro director, José Antonio Campoy -autor de La Dieta Definitiva-, coincide con Seignalet y agrega que las personas con fibromialgia deberían ante todo hacerse un test de sensibilidad para detectar si algunos alimentos pueden estar detrás del problema y eliminarlos de la dieta. Recordando que hay un grupo de ellos que son la causa del 80-90% de las intolerancias: el gluten, la lactosa de la leche, la cafeína, algunos frutos secos (almendras, nueces y cacahuetes), la mayor parte de los cereales (avena, cebada, centeno maíz y trigo) y los carbohidratos refinados en general. Y como quiera que todos ellos están prohibidos en La Dieta Definitiva son muchas las personas que al hacerla para adelgazar se han encontrado paralelamente con una mejora notable de sus dolencias, incluidas las reumatológicas (tanto en casos de fibromialgia como de fatiga crónica). Asimismo recomienda averiguar el nivel de metales pesados en el organismo - por si procede hacer una quelación intravenosa con EDTA- y descartar una posible contaminación electromagnética.

### LA PROPUESTA DE DR. BAUER

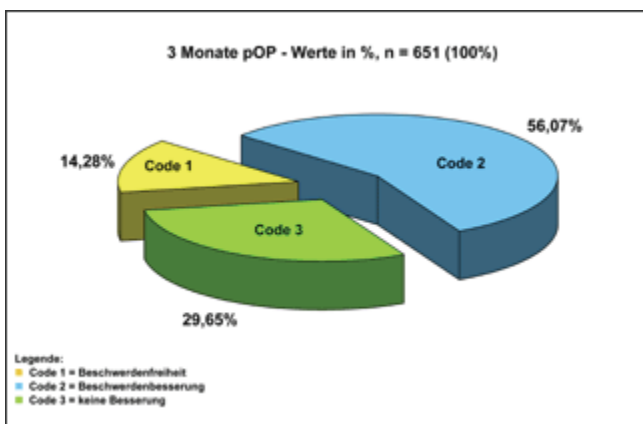


Hecha esta introducción hablemos del profesor y doctor Johann Andreas Bauer. Nacido en Pisa (Italia) hace casi sesenta años -aunque desde hace algún tiempo reside y trabaja en Suiza- Bauer estudiaría Medicina en la Universidad de Munich (Alemania) donde obtuvo e doctorado tras especializarse en Medicina Interna y luego se licenciaría en Filosofía Considerado una eminencia hace poco más de 10 años se le nombró profesor emérito de Cirugía de dicha universidad. En 1984 decidió centrar su atención en el estudio de la fibromialgia ya que por aque entonces se la consideraba algo así como una enfermedad mental y a quienes la padecían se les trataba casi de "enfermos imaginarios". Sólo que decidió desde el principio no ocuparse tanto de las causas de la patología como de encontrar un remedio efectivo que la curara. No obstante, hoy, después de muchos años de tratarla, afirma: "Existen múltiples factores que pueden llevar a que una persona padezca fibromialgia. Por ejemplo, el clima, un entrenamiento demasiado riguroso, determinados trabajos, cambios hormonales, 'golpes del destino', el estrés mental, algunas dolencias, infecciones, lesiones, etc. Existen muchos factores que conducen a la fibromialgia... pero yo sólo conozco un medio efectivo de tratamiento". ¿Y en qué se basa dicho tratamiento? Pues en la utilidad diagnóstica de los puntos de acupuntura. Basándose en estudios previos de su colega y colaborador, el profesor y doctor alemán Hartmut Heine, Bauer llegó a la conclusión de que la situación de los puntos de acupuntura coincide en

un 82% con el trazado anatómico de los nervios en el cuerpo humano y de que los 18 tender points descritos por los expertos en fibromialgia también coinciden con los puntos de acupuntura conocidos. Ello le permitiría -tras las pertinentes investigaciones llevadas a cabo en el Instituto para la Medicina Antihomotóxica y la Investigación de Regulaciones Básicas de Baden-Baden (Alemania)- desarrollar un particular método de diagnóstico basado en la presión manual de los puntos descritos por la acupuntura. La técnica es sencilla: basta palpar todos y cada uno de esos puntos y localizar los que presentan dolor a una presión determinada. Es decir, su examen es similar a basado en los tender points pero mucho más completo ya que éstos son sólo 18 mientras existen centenares de puntos de acupuntura. Además un punto de acupuntura doloroso puede indicar que hay otras zonas más profundas y distantes afectadas que en el futuro empiecen a doler con lo que a muchos enfermos les acaba "doliendo todo" a los pocos años -a veces en solo unos meses- de empezar a manifestarse abiertamente la enfermedad Bauer afirma que su método de diagnóstico es "completo, rápido e inequívoco". Pero, ¿por qué resultan dolorosos a la presión esos puntos de acupuntura? Pues según Bauer porque en ellos se ha producido -por diferentes causas- la coagulación y acumulación patológica de colágeno que recubre los nervios. Exceso de sustancia fibrosa que comprime los tejidos nerviosos, tendones, ligamentos, músculos, etc., y provoca que aparezca la sensación de dolor que se detecta fácilmente con una ligera presión. Compresión que también provoca la obstrucción o bloqueo de los meridianos y nadis, es decir, de los canales bioenergéticos que recorren todo el cuerpo. Con los años Bauer comprobaría además que como esos canales están interrelacionados y el organismo humano se comporta como un todo el dolor que produce la obstrucción de colágeno en uno de los cuadrantes superiores del cuerpo (a efectos prácticos Bauer divide el cuerpo humano en cuatro cuadrantes, dos por encima de la cintura y otros dos por debajo, a izquierda y derecha) termina afectando al cuadrante inferior de ese mismo lado hasta que, finalmente, termina doliendo todo el cuerpo. Tal y como describen los pacientes. Pues bien, Bauer tarda apenas unos minutos en establecer cuál o cuáles son los cuadrantes afectados. Eso sí, como médico que es antes de establecer un diagnóstico definitivo se apoya en otras pruebas que complementen la observación. Hecho esto, si sólo hay un cuadrante doloroso -por estar la enfermedad en su estadio inicial- no serán necesarias más exploraciones pero si hubiera más de uno afectado se volverían a palpar los puntos hasta definir cuál de los cuadrantes es el más afectado a fin de empezar por él el tratamiento. En los casos en que los cuatro cuadrantes duelen por igual se empezará interviniendo e superior que primero mostrara molestias. El siguiente paso es la intervención quirúrgica de los puntos dolorosos. Para lo cual se realizan unas pequeñas incisiones sobre los puntos de acupuntura que presentan dolor en e cuadrante que se ha decidido operar (hay que aclarar que sólo se opera un cuadrante porque se ha observado que haciéndolo así mejoran o sanan los demás). Hechas las incisiones el cirujano elimina el colágeno coagulado en esos puntos suprimiendo la presión y permitiendo que la energía vuelva a fluir a través de ellos y, por ende, a través de todo e cuerpo. Una vez eliminado el excedente de colágeno se procede a cerrar sin más las heridas y se da por terminada la intervención. El proceso dura unos 90 minutos - depende del número de puntos que se tengan que limpiar-, sólo se utiliza anestesia local, no hay apenas pérdida hemática, no es necesaria la hospitalización y el paciente puede abandonar la clínica el mismo día. Sólo unas horas después notará ya un cambio radical: el dolor ha desaparecido porque los nervios, músculos, tendones, ligamentos, etc., "liberados" han recuperado su situación de normalidad. "El tratamiento tradicional de la fibromialgia -afirma Bauer- se limita a intervenir en los procesos sintomáticos y se acompaña de medidas psicológicas y psicoterapia para permitir al paciente vivir con esta patología que hasta ahora se consideraba incurable. Sin embargo, la técnica que practico desde hace más de 15 años y que se basa en el diagnóstico por acupresión posibilita que el 90% de los operados dejen de sentir dolor, el más cruel y agotador de los síntomas de la fibromialgia". Es decir, que 9 de cada 10 pacientes operados con esta técnica dejan inmediatamente de sentir dolor en el cuadrante intervenido Sencillamente, al desobstruir los conductos el dolor y el resto de los síntomas desaparecen.

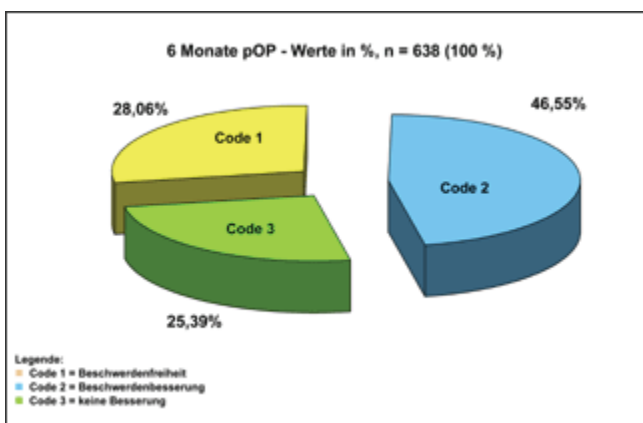
## RESULTADOS DE LAS OPERACIONES 2003 AL 2005

Intervenciones realizadas para el dolor en el cuadrante en los años 2003 al 2005. A partir de septiembre de 2003, todos los pacientes que han sufrido una operación para el dolor en el cuadrante han sido monitoreados y observados. Por medio de un cuestionario se obtienen los datos principales (edad, sexo, dominación de los hemisferios que se manifiesta en zurdería o uso de mano derecha), datos anamnésicos (cuántos años/meses antes de la operación, diagnóstico externo de fibromialgia, diagnóstico por medio de acupuntura, terapias anteriores) y datos sobre los síntomas (dolores, molestias) en los cuadrantes superior e inferior. Esto hace posible el control de los resultados de las operaciones después de cada 3, 6 y 12 meses. Además de ello, el resultado de la operación puede ser también cualificado en relación con los subgrupos, por ejemplo con los dolores y el síndrome del colón irritable. En la actualidad ya hay a disposición análisis de datos de 651 pacientes que han sido operados desde el año 2003.



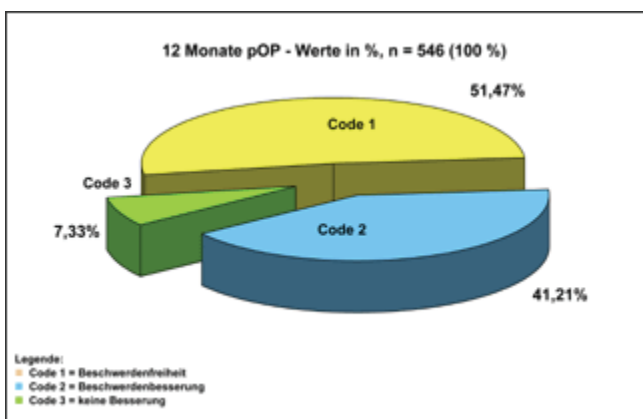
### Control después de 3 meses

Tres meses después de la intervención quirúrgica para el dolor en el cuadrante, 93 (14,28%) de los 651 pacientes evaluados no tenían absolutamente ninguna molestia, 365 de los pacientes (56,07%) mostraron mejoramiento y 193 pacientes (29,65%) resultaron sintomáticos sin cambios.



### Control después de 6 meses

Seis meses después de la intervención quirúrgica para el dolor en el cuadrante, 179 pacientes (28,06%) de los 638 evaluados no tenían absolutamente ninguna molestia, 297 pacientes (46,55%) mostraron mejoría y 162 pacientes (25,39%) resultaron sintomáticos sin cambios.



### Control después de 12 meses

Doce meses después de la intervención quirúrgica para el dolor en el cuadrante, 281 (51,47%) de los 546 pacientes evaluados no tenían absolutamente ninguna molestia, 225 pacientes (41,21%) mostraron mejoría y 40 pacientes (7,33%) resultaron sintomáticos sin cambios.

Copyright © 2005 FMS-Bauer.  
 Todos los derechos reservados.  
 All rights reserved.

En todos los cuadrantes afectados aunque sólo se haya intervenido en uno. De hecho eso es lo que ha ocurrido con el 80% de los pacientes de Bauer. El otro 20% sí necesita una segunda operación en otro de los cuadrantes que se efectúa entre 6 y 12 meses después de la primera. Debemos agregar que el 66% de los 627 pacientes operados entre 1990 y 2000 afirma seguir libre de molestias a día de hoy (y eso que en algunos casos han transcurrido 15 años desde la intervención), otro 22% asegura haber mejorado considerablemente de sus síntomas -lo que, básicamente, significa que ya no sienten dolor crónico- y sólo el 12% restante o no reporta información o no ha percibido mejorías. El lector puede leer en su web -[www.fibromialgia.com.es](http://www.fibromialgia.com.es)- algunos de esos testimonios. Relatos de personas que han dejado de sentir dolor en todo su cuerpo, que ya no se sienten agotados y que han vuelto a sonreír y a disfrutar de la vida. Lamentablemente -como ocurre en muchos otros casos- ni la contundencia de los datos que aporta ni el prestigio de su carrera profesional le han servido a Bauer para que su método sea aún aceptado por la comunidad médica. Y es que avalar su descubrimiento y su técnica terapéutica implica dejar de vender cientos de millones de fármacos. Algo que, por supuesto, no van a admitir sin más las multinacionales farmacéuticas.

Laura Jimeno Muñoz

### **¿Cuáles son los principales síntomas de la fibromialgia?**

- Debilitamiento y fatiga extrema que no se alivian con el descanso y no se justifican. Algunos pacientes la describen como si tuviesen brazos y piernas metidos en bloques de cemento.
- Dolor en músculos, nervios y articulaciones. Es un dolor profundo y lacerante acompañado de una especie de sensación de quemazón.
- Cefaleas de diferente intensidad.
- Pérdidas de memoria graduales e instantáneas.
- Confusión mental y deficiente concentración.
- Problemas y trastornos digestivos de diversa índole.
- Infecciones recurrentes (parasitarias, bacterianas y virales).
- Febrícula.
- Ganglios linfáticos inflamados.
- Alergias y sensibilidad a alimentos o elementos medioambientales ya sean químicos o biológicos.
- Mayor sensibilidad a la luz, al frío, al calor, al ruido, a los olores, etc.
- Ansiedad, depresión y estados cambiantes de humor. Incluso episodios de pánico y fobia.
- Tendencia al abatimiento y a la depresión.
- Signos de agotamiento o de estar exhausto a la menor actividad.
- Insomnio, despertar frecuente y sueño no reparador.
- Tensión de la piel y debajo de ella y tendencia al prurito, la sequedad o las manchas.
- Mareos y sensación de inestabilidad.
- Sequedad de ojos y boca.
- Trastornos genitourinarios: dismenorrea, reglas dolorosas, vejiga irritable, cistitis, dolores durante el coito, espasmos vaginales, etc. Muchas mujeres se quejan de dolor en uno o en ambos pechos.
- Cambios en la prescripción de gafas.
- Síntomas de intestino irritable: dolor abdominal, malestar estomacal, estreñimiento o diarrea, dispepsia, flatulencias, náuseas...
- Síndrome temporomandibular: se traduce en fuerte dolor de cabeza, en la cara, las muelas, las mandíbulas, etc.

- Hiperactividad del sistema nervioso simpático: están en constante tensión, con temblor muscular, contracciones musculares, espasmos, rechinar de dientes, piernas inquietas, etc.
- Costocondralgias: dolor muscular en la unión de las costillas con el esternón. La sensación es similar a llevar una venda alrededor del tórax.
- Síntomas neurológicos: entumecimiento y hormigueo en las extremidades, áreas de pie hipersensibles, inflamación de las manos y las piernas, problemas al andar, etc.
- Trastornos cognoscitivos: problemas de memoria, dificultad para concentrarse, confusión al hablar o escribir, torpeza mental ocasional, etc. La fibromialgia en cifras

**Según la *Sociedad Española de Reumatología*, la fibromialgia:**

- afecta en España a entre un 2,5 y un 4% de la población; es decir, a más de un millón de personas.
- el 90% de quienes la padecen son mujeres.
- las cantidades serían mayores si tenemos en cuenta que sólo el 50% de los afectados son diagnosticados. La otra mitad reciben diagnósticos diferentes al de fibromialgia.
- el tiempo medio que se tarda en recibir el diagnóstico desde los primeros síntomas oscila entre los 9 y los 14 años.
- la mayor parte de los afectados tiene entre 25 y 50 años.
- esta enfermedad supone entre el 12 y el 20% de las consultas de Reumatología.
- tras 10 años de evolución de la enfermedad la intensidad del dolor aumenta en un 55%, la fatigabilidad en un 48% y los trastornos del sueño en un 59%.

**Fuente:** [http://www.dsalud.com/numero81\\_1.htm](http://www.dsalud.com/numero81_1.htm)