

## Revista Electrónica de Salud y Mujer – Febrero 2004

### Resultados de las investigaciones en el tratamiento de la fibromialgia



Con motivo de la realización de las Segundas Jornadas del Observatorio de Salud y Mujer se realizó una presentación del estado de las investigaciones de calidad publicadas en la literatura científica sobre el tratamiento de la fibromialgia. Este revisión no es una revisión exhaustiva y sistemática de la evidencia científica existente, pero si constituye una aproximación a aquella disponible a través de la base de datos bibliográficas MEDLINE y que se podía obtener mediante el Servicio de Documentación de la Fundación Biblioteca Josep Laporte. La búsqueda bibliográfica se orientó hacia la obtención de diseños de mayor calidad científica, es decir, aquellos que a partir de un protocolo definido de investigación permiten seguir a las pacientes desde el origen o prescripción del tratamiento hasta la medición de resultados clínicos relevantes y que, además, compara los tratamientos seleccionados con el tratamiento estándar o con placebo. El tratamiento placebo es una terapia que carece de base farmacológica pero que produce el denominado efecto placebo y, éste, nos permite valorar los resultados que se obtendrían si una paciente creyera que está siendo tratada aunque ese tratamiento no tuviera un principio farmacológico activo. Este tipo de estudios que distribuyen al azar a las pacientes que reciben el tratamiento a probar y a las que reciben el tratamiento estándar o placebo se denominan ensayos clínicos, ensayos controlados y aleatorizados o estudios experimentales y constituyen el diseño de mayor calidad científica en medicina.

La búsqueda bibliográfica que realizamos produjo 3.101 citas en fibromialgia publicadas desde el año 1966 en revistas científicas de calidad contrastada. De ellas, sólo 146 estaban clasificadas como ensayos clínicos y, de éstas, muy pocas cumplían criterios de calidad en su diseño que permitieran extraer conclusiones para el tratamiento de la fibromialgia. Un diseño de gran calidad para poder evaluar tratamientos médicos es la combinación de varios ensayos clínicos que evalúan tratamientos similares o parecidos. Este diseño se denomina meta-análisis de ensayos clínicos y, de éstos, se encontraron 10 estudios científicos publicados. A

estos estudios que evalúan tratamientos se deberían añadir otros estudios, aún no realizados en nuestro país, que valoraran las expectativas y las necesidades de los pacientes con respecto a como mejorar su calidad de vida en la fibromialgia. Estas necesidades a corto plazo serían:

- Dormir mejor y, por lo tanto, alargar el período de sueño y mejorar la calidad del mismo
- Disminuir el dolor y hacerlo más tolerable para los enfermos
- Disminuir la sensación de fatiga y permitir la realización de las actividades normales de la vida cotidiana

El estudio que hemos realizado ha permitido distinguir múltiples intervenciones terapéuticas, lo cual es una señal de la incertidumbre existente con respecto a cuál es el tratamiento de elección y el riesgo de que se promueva una gran variabilidad en el tratamiento con la adopción de tratamientos innecesarios y efectividad no demostrada. Entre las múltiples intervenciones encontradas destacan: ejercicio físico, Tai-chi, analgésicos, anestésicos locales, antiinflamatorios, hormonas, coenzimas, melatonina, toxinas, láser, acupuntura, balneoterapia, estilo de visita médica, educación sanitaria, y medidas de apoyo psicológico basada en modificaciones cognitivas o conductuales. De todas ellas, las investigaciones de calidad encontradas permiten señalar que en algunas pacientes el tratamiento con antidepresivos produce una mejoría de su enfermedad. Otras medidas que, aunque precisan más estudios, parecen producir beneficio terapéutico en algunos paciente serían: ejercicio físico leve, medidas cognitivas, y el estilo de consulta médica. Todas las demás medidas terapéuticas posibles no han sido adecuadamente estudiadas y por lo tanto no hay investigaciones rigurosas y evidencia científica de calidad que permitan avalar su adopción en el tratamiento de las pacientes con fibromialgia.

Nuestro estudio también ha permitido detectar una serie de necesidades que una vez satisfechas adecuadamente permitirían un mejor tratamiento de la enfermedad, Estas necesidades serían:

- Una mejor definición de la enfermedad
- La realización de estudios epidemiológicos de prevalencia o impacto de la enfermedad

- La realización de estudios dónde se valoren las necesidades expresadas por los pacientes, similares a los que en la Fundación Laporte ha realizado en pacientes oncológicos o con osteoporosis
- La realización de ensayos controlados y aleatorizados de mayor calidad
- La participación de los pacientes en el diseño de los estudios científicos

Desde el Observatorio de Salud y Mujer y desde la Fundación Laporte podemos ayudar en este proceso de mejora en el tratamiento de las mujeres con fibromialgia mediante las siguientes acciones:

- Proveyendo información de calidad en la web [www.obsym.org](http://www.obsym.org) y en nuestras publicaciones: Revista Electrónica de Salud y Mujer y e-pacientes ([www.webpacientes.org](http://www.webpacientes.org))
- Evaluando las investigaciones realizadas
- Realizando estudios con pacientes
- Identificando necesidades
- Organizando debates científicos
- Organizando actividades de formación para pacientes

Todo ello nos permite afirmar que aún queda mucho por hacer en el diagnóstico y tratamiento de la fibromialgia.

Albert J. Jovell

Director Observatorio de Salud y Mujer