www.printo.it/pediatric-rheumatology/CL/intro

Síndrome de dolor en las extremidades

Versión de 2016

2. Síndrome de dolor crónico generalizado (anteriormente llamado síndrome de fibromialgia juvenil)

2.1 ¿ Qué es?

La fibromialgia pertenece al grupo de «síndromes de amplificación del dolor». La fibromialgia es un síndrome caracterizado por dolor musculoesquelético crónico generalizado que afecta a las extremidades superiores e inferiores, así como a la espalda, abdomen, pecho, cuello o mandíbula durante al menos 3 meses, combinado con cansancio, sueño no reparador y problemas de intensidad variable del nivel de atención, de la memoria y de la capacidad para la resolución de problemas y el razonamiento.

2.2 ¿ Cuán frecuente es?

La fibromialgia se produce principalmente en adultos. En pediatría se ha encontrado sobre todo en adolescentes con una frecuencia de alrededor de un 1%.
Es más común en las mujeres que en los hombres. Los niños con este trastorno comparten muchas características clínicas con los afectados por otro cuadro de dolor llamado síndrome de dolor regional complejo.

2.3 ¿Cuáles son los síntomas más habituales?

Los pacientes se quejan de dolor difuso en las extremidades, aunque su intensidad puede variar de un niño a otro. El dolor puede afectar a cualquier parte del cuerpo (extremidades superiores e inferiores, espalda, abdomen, pecho, cuello o mandíbula).

Los niños con este trastorno suelen tener problemas de sueño y sueño no reparador (se despiertan con la sensación de no haber dormido bien). Otra queja frecuente es cansancio intenso, acompañado de una disminución de la capacidad física.
Los pacientes con fibromialgia suelen referir dolores de cabeza, inflamación de las extremidades (existe una sensación de inflamación aunque esta no se pueda ver), adormecimiento y, a veces, coloración violácea de los dedos. Estos síntomas ocasionan ansiedad, depresión y es causa de inasistencia a la escuela (ausentismo escolar).

2.4 ¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico se basa en los antecedentes de dolor generalizado en al menos 3 zonas del cuerpo que dure más de 3 meses, junto con un grado variable de cansancio, sueño no reparador y síntomas cognitivos (capacidad de atención, aprendizaje, razonamiento, memoria, toma de decisiones y resolución de problemas). Muchos pacientes presentan puntos dolorosos musculares (puntos gatillo) en ciertas localizaciones, aunque su presencia no es necesaria para el diagnóstico.

2.5 ¿ Cómo se trata?

Es importante reducir la ansiedad producida por este trastorno explicando a los pacientes y a sus familias que, aunque el dolor es intenso y real, no existe daño en las articulaciones ni es una enfermedad grave.
El enfoque más importante y eficaz es iniciar un programa de acondicionamiento cardiovascular, siendo la natación el mejor ejercicio. En segundo lugar conviene iniciar un tratamiento cognitivo conductual (psicológico) de forma individual o en grupo. Por último, algunos pacientes pueden necesitar un tratamiento farmacológico para mejorar la calidad del sueño.

2.6 ¿ Qué pronóstico tiene?

El tratamiento completo requiere esfuerzos importantes por parte del paciente y es esencial el apoyo de la familia. En general, el pronóstico en niños es mucho mejor que en adultos y la mayoría de ellos se recuperan. El cumplimiento de un programa regular de ejercicio físico

es muy importante. En adolescentes puede estar indicado el apoyo psicológico, así como la toma de medicamentos para el sueño, la ansiedad y la depresión.