

# VI CONGRESO INTERNACIONAL VIRTUAL DE ENFERMERÍA Y FISIOTERAPIA CIUDAD DE GRANADA

"Impacto Positivo de la Seguridad del Paciente en la Atención Sanitaria al Ciudadano"

## ACTUACIÓN DE ENFERMERÍA EN PACIENTES CON FIBROMIALGIA

**Autor principal** ANA BELEN RIDAO JODAR

**CoAutor 1**

**CoAutor 2**

**Área Temática** La Seguridad del Paciente en el área de Enfermería Comunitaria

**Palabras clave** Fibromialgia dolor crónico depresión cuidados de enfermería

» **RESUMEN. Se recomienda utilizar estructura IMRAD (Introduction, Methods and Materials, Results, and Discussion — introducción, materiales y métodos, resultados y discusión)**

La Fibromialgia (FM) es una enfermedad con una elevada incidencia en nuestro país. Cada vez son más los pacientes que acuden a las consultas de Atención Primaria para mostrar sus dolencias con respecto a la enfermedad, enfrentándose al desconocimiento de la misma, así como a la falta de conocimientos por parte del personal sanitario y la sociedad.<sup>1</sup>

La Educación Sanitaria dirigida a los pacientes de FM resulta fundamental para un buen manejo de la misma, así como incluir medidas no farmacológicas en el tratamiento, donde el personal de Enfermería resulta fundamental para el manejo de esta enfermedad.<sup>1</sup>

» **ANTECEDENTES / OBJETIVOS. Se identifica los antecedentes del tema, relevancia del mismo, referencias actualizadas, experiencias válidas fundamentadas, que centre el trabajo, justifique su interés, enuncie las hipótesis y/o los objetivos del trabajo.**

-Conocer el diagnóstico y tratamiento de la Fibromialgia, así como su prevalencia.

-Analizar la calidad de vida de los pacientes con Fibromialgia.

-Describir la Actuación de Enfermería en los pacientes con Fibromialgia.

» **DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA- MATERIAL Y MÉTODO. Debe estar claro y conciso. Definición necesidades o problemas. Población identificada. Contexto de recogida información. Método de selección. Definición tipo de estudio. Detalle del análisis.**

El trabajo se ha realizado en el periodo de Febrero-Abril de 2015 basado en una revisión bibliográfica, basada en artículos científicos de las principales bases de datos de ciencias de la Salud: Scielo, Cuiden, Pubmed.

» **RESULTADOS Y DISCUSIÓN. Descripción resultados en función objetivos. Análisis coherente. Debe contrastar los objetivos iniciales del estudio con los datos obtenidos, establece las limitaciones, las conclusiones emergen de la discusión y dan respuesta a los objetivos del estudio.**

La FM es una enfermedad de etiología desconocida aumentando la percepción del dolor por parte del Sistema Nervioso Central. Desde 1992 está reconocida como enfermedad por la OMS, así como por todas las organizaciones médicas.<sup>1,2</sup>

Actualmente la fibromialgia es un problema de salud extendido en la sociedad, siendo una gran desconocida por parte de los pacientes que la padecen y los profesionales.<sup>1</sup>

Su elevada incidencia, hace que la enfermedad tenga una repercusión sociosanitaria muy elevada. Se conoce que en España la padece entre el 1 y el 4% de la población (entre 400000 y 1600000 personas). Teniendo más prevalencia en mujeres que en hombres en proporción 9:1. Esta patología se considera una carga económica para el Sistema Nacional de Salud, ya que se estima que se gastan 10000 euros por paciente al año.<sup>1,3,4</sup>

El diagnóstico de la enfermedad es clínico y muy complejo ya que no existen pruebas diagnósticas y presenta síntomas comunes con infinidad de enfermedades, por lo tanto requiere atención multidisciplinar.<sup>1,3</sup>

Los síntomas más caracterizados son: dolor, rigidez, hinchazón de manos y pies, hormigueos generalizados sobre todo en las manos, cansancio, sueño no reparador, cefalea tensional, alteraciones del humor, sequedad de boca, dolores de menstruación, jaquecas, colón irritable y trastornos periféricos de la circulación, de ahí la dificultad y demora en el diagnóstico. Entre el 30-60% de los casos, los síntomas desembocan depresión y la ansiedad.<sup>1,2,3</sup>

Según las últimas investigaciones en el campo de la FM, se asocia con parámetros anormales en bioquímica, neuroendocrino, muscular y psicológico. No existen pruebas diagnósticas para la enfermedad, el método de inclusión es padecer dolor generalizado en un periodo superior a 3 meses en 4 cuadrantes del cuerpo y en 11 de los 18 puntos sensibles.<sup>1,2,3</sup>

A lo largo de los últimos años se han hecho clasificaciones sobre esta enfermedad: fibromialgia idiopática, FM relacionada con enfermedades crónicas, FM relacionada con enfermedades psicológicas y FM simulada.<sup>2</sup>

El tratamiento está basado en el control farmacológico del dolor y en la mejora de sus síntomas. Actualmente se puede mejorar el manejo de la enfermedad llevando a cabo terapias alternativas no farmacológicas como la educación sanitaria, las actividades psicoterapéuticas y el ejercicio; siendo fundamental la colaboración del personal de Enfermería.<sup>3</sup>

La calidad de vida de las personas afectadas por esta patología se ve afectada por el gran número de signos y síntomas manifestados por la misma; impidiendo en la mayoría de los casos el desarrollo de las actividades de la vida diaria.

Las actividades mayormente afectadas son: descanso, caminar, tareas domésticas, ocio, vida sexual y relaciones sexuales. La ansiedad y depresión manifestada en la mayoría de los casos empeora en mayor medida la calidad de vida.<sup>5</sup>

Los pacientes que padecen la enfermedad no están lo suficientemente instruidos sobre la enfermedad y su manejo. Como ya se ha mencionado con anterioridad, las consultas de Atención Primaria son el primer contacto con el paciente y donde enfermería puede llevar a cabo una serie de actividades de manera individual que desemboquen en el conocimiento y manejo de las enfermedades.

Los pacientes deben ser tratados de manera colectiva e individual, por lo tanto, el primer paso a seguir de manera colectiva es promover la Educación sanitaria sobre esta patología en los centros de Atención Primaria donde toda persona afectada pueda conocer diagnóstico, tratamiento, así como las terapias alternativas. La Educación Sanitaria tiene un impacto positivo, además de reducir los signos de ansiedad y reducir casi en un 60% la demanda asistencial.<sup>3</sup>

Una herramienta fundamental para el abordaje y seguimiento de los pacientes de manera individual es la elaboración de un plan de cuidados. El Proceso de Atención de Enfermería (PAE), es una herramienta básica y de gran utilidad para la administración de cuidados; ya que los cuidados se plantean de manera secuencial según las necesidades del paciente. De este modo se asegura la Atención personalizada, individualizada y de calidad al paciente. Los principales diagnósticos de Enfermería recogidos en el código NANDA son: dolor, deterioro de la adaptación, ansiedad, deterioro de la adaptación, fatiga y baja autoestima. Para abordar esta serie de diagnósticos se utilizan una serie de actividades (NIC) correspondientes a los resultados (NOC) establecidos para cada diagnóstico como: manejo del dolor, administración de analgésicos, terapia de relajación simple, terapia musical, fomento del ejercicio, control del dolor, aumentar el afrontamiento, apoyo emocional, aumentar los sistemas de apoyo y terapia de grupo. En todos los casos se lleva a cabo el plan de cuidados marcando los objetivos y el plan de tratamiento haciendo partícipe al paciente de la elaboración del plan de cuidados para abordar la enfermedad de manera integral.<sup>1</sup>

Otra alternativa complementaria son las terapias grupales<sup>1</sup>, llevándose a cabo tanto en Atención Primaria dirigida por personal sanitario o fuera para desmetalar el proceso de enfermedad. Siendo de gran ayuda el conocimiento de la experiencia de otras personas que padecen la enfermedad.

#### » APORTACIÓN DEL TRABAJO A LA SEGURIDAD DEL PACIENTE.

La Fibromialgia es una enfermedad desconocida, con elevada prevalencia y que requiere atención multidisciplinar.

Un buen abordaje de la enfermedad supone un buen manejo de la enfermedad y por lo tanto el aumento de la calidad de vida de las personas que padecen la enfermedad. De esta manera se disminuye la demanda asistencial reduciendo los gastos para el Sistema Nacional de Salud.

Se considera de gran importancia la función de enfermería tanto en la enseñanza del proceso terapéutico como en el apoyo emocional a las personas afectadas por esta patología, ya que los dos aspectos se consideran una unidad para una evolución favorable de la enfermedad. Es común en estos casos la necesidad de colaboración de otros profesionales del ámbito sanitario, así como la colaboración de centros rehabilitadores, asociaciones o grupos de apoyo.

#### » PROPUESTAS DE LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN.

La Fibromialgia es una enfermedad desconocida, por lo tanto se deben hacer estudios e investigaciones, aportando información sobre la eficacia de tratamiento farmacológico aportando evidencia científica para un buen manejo de la enfermedad por parte de los profesionales sanitarios y las personas afectadas por esta patología.

#### » BIBLIOGRAFÍA.

1. Rodríguez Muñiz RM, Orta González MA, Amashta Nieto L. Cuidados de Enfermería a los pacientes con fibromialgia. Enfermería Global. 2010; 19:1-16
2. Revuelta Evrard E, Segura Escobar E, Paulino Tevar J. Depresión, ansiedad y fibromialgia. Rev Soc Esp Dolor.2010;17(7):326-332.
3. Mayorga Buiza MJ, Fernández Muñoz I, Bullón Barrera F, Morales Muñoz C, Herrera Silva J, Echevarría Moreno M. Impacto de un programa de educación sanitaria en pacientes con fibromialgia. Rev Soc Esp Dolor.2010;17(5):227-232.
4. Hidalgo Tallón FJ. Fibromialgia. Un trastorno de estrés oxidativo. Rev Soc Esp Dolor.2012;19(2):95-100.
5. González E, Elorza J, Failde I. Comorbilidad psiquiátrica y fibromialgia. Su efecto sobre la calidad de vida de los pacientes. Actas Esp Psiquiatr 2010; 38(5): 295-300.