



TITULO: ¿Son importantes las terapias no farmacológicas sobre el dolor crónico en pacientes con fibromialgia?

Title: Do the non-drug therapies for chronic pain in patients with fibromyalgia?

PALABRAS CLAVE: fibromialgia, terapias no farmacológicas, enfermería, dolor crónico.

Keywords: fibromyalgia, nonpharmacological therapies, nursing, chronic pain.

Introducción

Las personas que padecen fibromialgia se enfrentan a una patología complicada debido a que no se cuenta con un diagnóstico ni tratamiento específico. La característica principal de esta enfermedad es el dolor crónico articular sumado a otros síntomas relacionados como depresión, fatiga e inactividad. De ahí que el papel de enfermería sea guiar a estos pacientes con técnicas para paliar la sintomatología y fomentar la calidad de vida de éstos. Este estudio se centra en la influencia de técnicas no farmacológicas para la mejora de los síntomas de la enfermedad.

Objetivos

-Analizar la eficacia de las terapias no farmacológicas en el alivio del dolor crónico en pacientes con fibromialgia.

-Evaluar la respuesta ante la promoción del ejercicio físico y terapias psicológicas de los pacientes con esta afección.

Método

Se ha realizado una revisión bibliográfica siguiendo una búsqueda de artículos utilizando los descriptores: fibromialgia, actividades de enfermería, eficacia, terapias alternativas no farmacológicas combinándolos con los descriptores booleano AND y OR, encontrando diversos artículos.

Todos los datos utilizados se han obtenido mediante la consulta directa y acceso vía Internet en las bases de datos: Scielo, Pubmed, LILACS, MedlinePlus, Google académico, Biblioteca Cochrane Plus, página oficial de la OMS y páginas de fundaciones de fibromialgia. Se limitó la búsqueda a los artículos publicados en inglés y/o español siendo discriminados todos aquellos que no relacionaban los descriptores ya mencionados anteriormente o con una antigüedad mayor a 4 años.

Resultados

Se observó una disminución en la percepción de dolor por parte de los pacientes a los que se les aplicó dichas técnicas y herramientas con respecto a los que no.

Las técnicas físicas no farmacológicas, como el ejercicio físico, estiramientos musculares, hacen que el paciente aumente progresivamente sus capacidades motoras. Mediante las terapias psicológicas se observa un cambio en la actitud frente a la patología habiendo aprendido estrategias cognitivas y conductuales que ayudan a reducir la vivencia dolorosa.

Discusión

Los resultados nos da posibilidad de utilizar como terapias complementarias en el control y la gestión del dolor el ejercicio físico y soportes psicológicos. Corroborando los estudios anteriores que evalúan su uso en otros tipos de dolor, incluyendo fibromialgia, y pudiendo reducir los síntomas depresivos.

La literatura ofrece importantes directrices para los estudios que tienen estas técnicas como intervención y no todos fueron observados, como la preferencia de trabajo físico, la selección racional de temas de apoyo emocional.

Conclusión

El fomento de técnicas alternativas no farmacológicas influye sobre el paciente positivamente y de manera global, mejorando su calidad de vida, un aumento de autoestima, autoconcepto y autocontrol del paciente sobre la enfermedad consiguiendo un mayor control de los síntomas físicos y psicológicos.

VIII CONGRESO



Universidad de Alicante, 9 y 10 de Junio / 2016

#8CongresoScele

Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante 

AUTOR/ES: Gutierrez Galindo F. Valverde Freixinós A. Franco Gambín I. Hernández Alcaraz C.
Belmonte Roda E. López Caballero I.
CORREO ELECTRONICO: gutierrezgalindo@icloud.com



TELEFONO:

CENTRO DE TRABAJO: HOSPITAL UNIVERSITARIO MUTUA

TERRASSA (BARCELONA); HUVA (SMS); FMC SERVICES MURCIA (EL PALMAR-MURCIA);

HOSPITAL UNIVERSITARIO SANTA LUCIA (SMS); HUVA (SMS); CENTRO DE SALUD BARRIO DEL CARMEN (SMS).

TIPO DE COMUNICACIÓN: Póster Comunicación oral

PARA DEFENSA PRESENCIAL: **PARA DEFENSA VÍA STREAMING:**