

NOTA DE PRENSA

Investigadores galegos demostran a efectividade do tratamento termal en pacientes con fibromialxia, unha doenza sen cura que afecta a entre o 5 e o 10% da poboación en Galicia

Logran reducir a intensidade da dor, a fatiga, a depresión, a calidade do sono e mesmo a inxesta de fármacos

Lugo, 12 de setembro de 2013 (Vía Láctea Comunicación).- O Balneario de Lugo acolle esta tarde (19:00 h) a presentación dun estudo sobre a efectividade do tratamento termal en pacientes con fibromialxia. A súa responsable é **Sofía López Linares**, médico de Atención Primaria da Área Sanitaria de Lugo, cuxa tese de doutoramento dirixe o departamento de Medicina da Universidade da Coruña.

O ensaio clínico realizouse con pacientes fibromiáxicos no Balneario de Lugo. Os resultados daraos a coñecer a súa autora, xunto con **Macamen López**, tamén médico de Atención Primaria de Lugo e membro do departamento de Medicina da UDC. Pola súa parte, a doutora **Encarnación Amigo**, especialista en reumatoloxía da Área Sanitaria de Lugo, abordará as características e o tratamento da enfermidade. E **Rosa Meijide**, catedrática de Hidroloxía Médica da UDC, centrarase na evidencia científica do tratamento termal na fibromialxia. Moderará as intervencións a directora médico do Balneario de Lugo, **Acensión Sánchez**.

A fibromialxia é unha enfermidade reumática que afecta a unhas 800.000 persoas en España, en Galicia a entre o 5 e o 10% da poboación maior de 18 anos. Entre o 85 e o 94% dos casos son mulleres, cunha idade comprendida entre os 40 e os 60 anos. Caracterízase por unha dor xeneralizada, rixidez, trastornos do sono, fatiga, alteracións na sensibilidade das extremidades, estado de ánimo baixo, irritabilidade, depresión e ansiedade, entre outros síntomas. Ademais, ten un impacto moi negativo na capacidade laboral dos afectados, na vida familiar, nas relacións sociais e na calidade de vida en xeral.

Aplicase con éxito en países europeos e mesmo en Xapón e Israel

Na actualidade non existe un tratamento curativo para esta enfermidade, debido a que se descoñece a causa que a produce. Os pacientes inxiren unha elevada cantidade de fármacos, en particular antiinflamatorios, analxéxicos, antidepressivos, relaxantes musculares, protectores gástricos... e mesmo tratamentos hormonais. Recoméndase ademais que o tratamento farmacolóxico se combine coa realización de exercicio físico controlado e con apoio psicolóxico.

“O tratamento farmacolóxico é insatisfactorio e cómpre mellorar os síntomas. O seu tratamento óptimo require unha abordaxe individualizada para cada paciente e multidisciplinar, combinando os fármacos con outros tratamentos, como a balneoterapia, cunha ampla tradición en moitos países europeos e noutros como Xapón e Israel” - sinala a doutora **López Linares**-. Nesta liña, salienta que “existe a evidencia científica de que a hidroterapia resulta efectiva en pacientes con doenzas reumatolóxicas, aínda que non hai estudos que afonden na fibromialxia”.

Participaron 76 mulleres de 54 anos con dez anos de evolución da doenza

Nesta experiencia participaron un total de 76 pacientes, mulleres cunha idade media de 54 anos. Dividíronse en dous grupos de 38 persoas en situación similar de idade, peso, talla, tempo de diagnóstico (uns dez anos dende que se detectou a enfermidade)... Un dos grupos continuou co seu tratamento habitual e o outro recibiu tratamento no Balneario de Lugo durante tres meses consecutivos, con dúas sesións semanais de hora e media de duración cada unha.

A terapia termal consistiu en 20 minutos de exercicio físico nunha piscina de auga sulfurada sódica a 37 °C, 15 minutos de aplicación de fangos en zonas dolorosas, chorros de auga termal e posterior sesión de relaxación e repouso.

As pacientes dos dous grupos foron examinadas antes de iniciar o estudo, durante o tratamento, ao final do mesmo e tres meses despois de ter concluído; co obxecto de comprobar tanto a súa melloría clínica e analítica como a súa calidade de vida.

Os resultados do tratamento mostran que o grupo que se someteu a balneoterapia mellorou significativamente con respecto ao que seguiu o seu tratamento habitual. Esta mellora produciuse nunha gran cantidade de variables, entre elas a intensidade da dor, o número de puntos dolorosos, a fatiga, a rixidez, a depresión e diversos parámetros vencellados á calidade de vida como a calidade do sono. Tamén se reduciu o uso de antidepressivos, de antiinflamatorios e de analxésicos, ao tempo que se recuperaron certos valores analíticos en relación ao inicio do tratamento termal. Segundo estes datos, a autora do estudo asegura que “a balneoterapia constitúe un tratamento complementario con alta relevancia clínica na fibromialxia, tanto a curto como a medio prazo”.

As investigacións terán continuidade

Este estudo, que contou coa colaboración da Asociación Galega de Fibromialxia, terá continuidade, posto que se pretende comprobar se o efecto do tratamento termal se mantén no tempo. Ademais, a elevada cantidade de datos recompilada permitirá aos seus autores abrir novas vías de investigación neste eido. Así, descubriron que boa parte dos afectados (45%) sufriron algún episodio traumático na súa vida, previo ao desenvolvemento da enfermidade. E tamén parece posible que o exercicio físico na piscina de auga mineiromedicinal sexa máis efectivo que as sesións de relax nas bañeiras termais.

PRENSA_ 981 554 407 / 639 768 929 www.vialactea.es

www.balneariosdegalicia.com