



## **ANUNCIO DE BIENVENIDA Y PRESENTACIÓN**

Bienvenidos a nuestra revista virtual. MADRIDFIBROMIALGIA S.O.S. (MADRIDFIBRO) inicia esta andadura como Asociación de Fibromialgia, publicando este primer número de nuestra revista virtual.

La Asociación ha sido recientemente creada, pero no por ello, significa que no tengamos cosas que hacer o decir. Tenemos muchos proyectos, actividades, convenios y gente que cree en nosotros y que nos ayuda desinteresadamente.

Nuestra Directiva está formada por:

PRESIDENTE: Camilo Rodríguez Suárez

VICEPRESIDENTE: M<sup>a</sup> Mercedes Herrera Fernández

SECRETARIO: Ángel García García

TESORERO: M<sup>a</sup> Teresa Herrera Fernández

Juntos, con la ayuda de los socios y colaboradores, pretendemos conseguir que esta Asociación tenga un hueco en Administraciones, Hospitales, Clínicas y en cualquier lugar donde podamos ayudar a luchar por los derechos de los enfermos. ¡Contamos contigo!



## **I CONFERENCIA DE MADRIDFIBROMIALGIA S.O.S.**

### **TERAPIAS ALTERNATIVAS.**

Como inicio del año, MADRIDFIBRO ha preparado su 1ª CONFERENCIA con el Título: “TERAPIAS ALTERNATIVAS”.

Esta Conferencia se celebrará el próximo 1 de Febrero de 2012 en el Centro de Mayores La Guindalera situado en la C/ Pilar de Zaragoza 28, esquina con Martínez Izquierdo. La hora de la celebración es de 18:00 a 20:00 y la entrada es gratuita.

En esta ocasión contaremos con varias ponencias de terapeutas que nos pondrán al corriente de las distintas terapias que ellos dan y el beneficio que producen en relación a la Fibromialgia, Síndrome de Fatiga Crónica y Síndrome Químico Múltiple.

La Conferencia está orientada, no solo a los enfermos, sino que pueden asistir sus familiares, terapeutas, médicos, personal sanitario y todo aquel que esté interesado en este tipo de terapias.

### **PROGRAMA DE LA CONFERENCIA**

18:00.- PRESENTACION DE LA ASOCIACION MADRIDFIBROMIALGIA S.O.S.

18:20.- PONENCIA DE SALUD ATEM. Esta Asociación nos hablará de las terapias alternativas que se practican en su centro y la colaboración que presta a MADRIDFIBRO.

18:50.- ENTREGA DE INFORMACION A LOS ASISTENTES. Se entregará información de la Asociación, así como de los ponentes y colaboradores de la misma.

19:00.- PONENCIA DE ALERVITA. (Pendiente de confirmación). Expertos en intolerancias y nutrición.

19:20.- PONENCIA DE LA FUNDACION INSTITUTO SAN JOSE. Tratará sobre la terapia en agua y el beneficio que esta produce en la Fibromialgia y otras enfermedades.

19:50.- DUDAS Y CONSULTAS.      20:00.- FINALIZACION DE LA CONFERENCIA    PÁG.2

## **IDENTIFICAN DOS TIPOS DE FIBROMIALGIA SEGÚN LOS SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD**

BARCELONA, 7 (EUROPA PRESS)

Científicos del Grupo de **Investigación** sobre el envejecimiento y la discapacidad de la Universidad de Girona (UDG) han identificado dos tipos de **fibromialgia** en función de los síntomas de depresión y ansiedad.

Según un comunicado, los investigadores proponen personalizar y optimizar los tratamientos farmacológicos y psicológicos disponibles para abordar esta enfermedad en función de cada perfil.

La investigación, publicada en la revista 'Actas de Psiquiatría', consiste en un amplio proyecto de investigación, evaluación y diagnóstico de la fibromialgia y está realizada conjuntamente con la Unidad de Investigación del Instituto de Asistencia Sanitaria.

La fibromialgia es una enfermedad que afecta a unas 700.000 personas en España, y de la que se desconocen las causas que la provocan, aunque sus características están muy bien definidas, ya que produce un dolor crónico de huesos y articulaciones y que habitualmente puede ocasionar fatiga intensa, alteraciones del sueño e inflamación de las manos.

De hecho, el complejo perfil clínico de los pacientes con fibromialgia indica que este trastorno es heterogéneo, ante lo que los científicos de la UDG han identificado dos perfiles de pacientes en función de diferentes indicadores de fatiga, ansiedad, dolor y sintomatología depresiva.

## RELACIONAN SUEÑO CON FIBROMIALGIA



### Agencias

¿Sabías que el 90% de pacientes con fibromialgia, una afección crónica de dolor musculoesquelético que afecta a más de cinco millones de adultos en Estados Unidos, son mujeres y que todas ellas han tenido trastornos del sueño durante su vida joven y mediana?

Esta fue la conclusión a la que llegó un estudio estadounidense publicado en *Arthritis & Rheumatism*, tras haber seguido durante 10 años a 12 mil 350 mujeres a partir de los 20 años de edad.

De acuerdo con los investigadores, ya era sabido que el insomnio, despertarse de noche y la fatiga eran síntomas que presentaban los pacientes con la enfermedad, pero aún no se sabía si eran consecuencia o causa de la misma.

Ahora descubrieron que presentar los trastornos del sueño puede ser un indicador de fibromialgia, aunque no todos los pacientes con estos síntomas lo van a desarrollar, sí todos los que lo desarrollan tienen estos antecedentes.

Según los hallazgos, al concluir la investigación, el 2% de las mujeres (327), habían desarrollado fibromialgia, y encontraron que ellas a lo largo de su vida habían tenido problemas para dormir regularmente o siempre, o que despertaban durante las noches, así como que empezaron a experimentar dolores musculoesqueléticos que cuando comenzó el estudio no tenían.

La enfermedad había iniciado en la mayoría de las mujeres en torno a los 45 años de edad, y de acuerdo con el Dr. Paul Mork de la Universidad de Noruega aún, lo que hace falta es saber si la enfermedad se puede prevenir si desde jóvenes las mujeres se tratan los trastornos del sueño.

