

## Enfermedades crónicas complejas

Muchos canadienses se ven afectados por enfermedades crónicas complejas (ECC). Las ECC son enfermedades que duran mucho tiempo, requieren tratamiento y control, y normalmente no mejoran por sí solas. Algunas ECC se conocen como "síndromes". Se llama síndrome a un grupo diferenciado de síntomas que causan una enfermedad y pérdida de funciones. La fibromialgia (FM) y la encefalomiелitis miálgica (EM), también conocida como síndrome de fatiga crónica (SFC), son 2 afecciones consideradas síndromes. No se puede confirmar el diagnóstico de ninguno de estos síndromes mediante exámenes de sangre o de laboratorio.

### Fibromialgia

La fibromialgia (FM) fue reconocida por el Colegio Estadounidense de Reumatología (American College of Rheumatology) como un verdadero síndrome en 1990. La FM puede afectar tanto a hombres como a mujeres, pero las mujeres son las más afectadas. No se conoce la causa de esta afección. El diagnóstico temprano puede ayudar a evitar complicaciones adicionales y le permite manejar mejor sus síntomas.

El síntoma principal de la FM es el dolor en todo el cuerpo y dura al menos 3 meses. Con el tiempo, el dolor se vuelve más constante y puede extenderse a otras áreas de su cuerpo. La ubicación del dolor y la gravedad del mismo también pueden comenzar a variar. Otros síntomas de la FM incluyen:

- fatiga (cansancio);
- dificultad para dormir;
- problemas de memoria o incapacidad para pensar con claridad;
- trastornos del humor, como depresión.

Los síntomas y la gravedad de los mismos varían en cada persona. Si padece de FM, es posible que también padezca de otras afecciones de salud, como el síndrome del intestino irritable (SII), migraña y otros. Para obtener más información, visite:

- [BC Women's Hospital + Health Centre: Fibromialgia](#)
- [The Arthritis Society: Fibromialgia.](#)
- [Pautas canadienses para el diagnóstico y manejo del síndrome de fibromialgia en adultos \(Canadian Guidelines for the Diagnosis and Management of Fibromyalgia Syndrome in Adults\)](#)

### Encefalomiелitis miálgica

La encefalomiелitis miálgica (EM), también conocida como síndrome de fatiga crónica (SFC), es ahora reconocida como una afección médica. Esta afección no tiene una sola causa. Por lo general, se produce después de una infección, normalmente una infección viral. Aún se llevan a cabo investigaciones para obtener más información sobre esta afección. En este momento, el diagnóstico se basa en los síntomas que usted le describe a su proveedor de atención médica y en descartar otras afecciones que podrían estar causando estos síntomas. Para recibir un diagnóstico de EM/SFC, los síntomas deben estar presentes durante al menos 6 meses en adultos y 3 meses en niños.

El síntoma principal de la EM/SFC es la fatiga (cansancio) después de la actividad física o fatiga a un punto que resulta incapacitante. El cansancio puede ser lo suficientemente grave como para interrumpir las actividades y relaciones con los demás. Otros síntomas pueden incluir:

- malestar general;
- síntomas parecidos a los del resfriado;
- dificultad para dormir;
- dolor;
- problemas de memoria o cognitivos;
- sensibilidad o intolerancia química;
- posibilidad de que su cuerpo no funcione con normalidad.

Los síntomas y la gravedad de los mismos varían en cada persona. Algunas personas se pueden recuperar completamente de la EM/SFC, mientras que otras no. Para obtener más información, visite:

- [BC Women's Hospital + Health Centre - Encefalomiелitis miálgica/Síndrome de fatiga crónica.](#)
- [Health Canada: Síndrome de fatiga crónica \(encefalomiелitis miálgica\) \(Chronic Fatigue Syndrome \[Myalgic Encephalomyelitis\]\)](#)

## Manejo de síntomas

- Debido a que la FM y la EM/SFC tienen síntomas parecidos, también tienen terapias de control parecidas. El objetivo del tratamiento es aliviar los síntomas como el dolor y la fatiga, así como otras afecciones como la depresión que pueden surgir como consecuencia de estos síndromes. Para obtener más información y encontrar servicios y recursos que lo ayuden, visite [BC Women's Hospital: Programa para enfermedades crónicas complejas \(CCDP, por sus siglas en inglés\)](#)

## Enfermedad de Lyme crónica

Varias enfermedades pueden transmitirse a los humanos por picaduras de garrapatas. La más conocida es la enfermedad de Lyme.

Las garrapatas de muchas áreas de la Colombia Británica son portadoras de *Borrelia burgdorferi*, el organismo que causa la enfermedad de Lyme. Se han identificado docenas de casos de enfermedad de Lyme en los últimos 15 años. Muchas personas con la enfermedad de Lyme no han viajado fuera de la provincia, y es probable que hayan contraído la enfermedad en B.C.

No todas las garrapatas son portadoras de la bacteria de la enfermedad de Lyme, y solo hay una pequeña posibilidad de que te la transmitan. Sin embargo, dado que la enfermedad de Lyme es una enfermedad tan grave, vale la pena tomar medidas para evitar ser picado.

Algunas personas que han tenido la enfermedad de Lyme aguda pueden desarrollar síntomas crónicos que incluyen fatiga, síntomas cognitivos como la "niebla cerebral", los trastornos del sueño y otros síntomas inexplicables. Para más información, visite:

- [BC Women's Hospital: Síntomas que se atribuyen a la enfermedad de Lyme crónica](#)
- [BC Centre for Disease Control: Enfermedad de Lyme \(infección por \*Borrelia burgdorferi\*\)](#)
- [Health Canada: Enfermedad de Lyme](#)

Última revisión: abril de 2019

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) o visite su unidad local de salud pública. Para obtener información y consejos en temas de salud en B.C. (para casos que no constituyan una emergencia), vea [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) o llame al número gratuito 8-1-1. El número telefónico de asistencia para personas sordas o con problemas de audición es el 7-1-1. Ofrecemos servicios de traducción (interpretación) en más de 130 idiomas para quienes los soliciten.