

Síndrome de la Fatiga Crònica

Una malaltia complexa i crònica que es caracteritza per una fatiga profunda i insuperable

La Síndrome de Fatiga Crònica (SFC) és una malaltia de nova aparició, molt complexa i crònica, que es caracteritza per una fatiga profunda i insuperable que no desapareix amb el descans i que pot empitjorar amb l'activitat física i mental.

La Síndrome de Fatiga Crònica sol anar acompanyada d'altres símptomes que fan que sigui una malaltia multisistèmica i discapacitant, per causa dels trastorns immunològics, neurològics, neuromusculars i neuroendocrins que comporta.

Possibles símptomes

La relació de símptomes pot ser molt àmplia però, entre els més freqüents, s'han de destacar:

- Fatiga extrema
- Dolor generalitzat
- Febrícula persistent
- Alteracions del son
- Ansietat
- Depressió
- Pèrdua de memòria i de concentració
- Colon Irritable / Restrenyiment
- Acalúlia (impossibilitat de fer operacions aritmètiques)
- Inestabilitat motora
- Parestèsies (percepcions anormals de sensacions: coïssor, pessigolleig, etc.)
- Faringitis
- Cefalea
- Ganglis cervicals dolorosos
- Al·lèrgies...

Com es diagnostica?

Segons el que defineix el Centre de Control i Prevenció de Malalties d'Atlanta (CDC), estaríem davant d'un cas de la Síndrome de Fatiga



La Síndrome de Fatiga Crònica és una malaltia persistent que, en aquests moments, encara no es pot guarir

Crònica quan:

- La fatiga dura més de sis mesos consecutius, no és conseqüència de l'exercici físic ni s'alleugera amb el repòs.
- El malestar després de l'exercici dura més de 24 hores.
- S'han descartat malalties preexistents o de simptomatologia similar, basant-se en els resultats de les anàlisis, l'examen de l'estat físic i mental i la revisió de la història clínica.
- Coincideixen quatre o més símptomes, a banda de la fatiga, de manera persistent o amb recaigudes durant sis mesos seguits.

A qui afecta?

Pel que fa a les xifres, segons els últims estudis, s'estima que pateixen la Síndrome de Fatiga Crònica entre 0,3% i el 0,5% de la població espanyola, la qual cosa, extrapolant les dades, significa que, a Espanya, hi ha entre 120.000 i 200.000 persones afectades per la malaltia.

Malaltia codificada per l'OMS

L'Organització Mundial de la Salut (OMS), ha codificat aquesta malaltia en el seu *Manual de Classificació Estadística Internacional de Malalties*.

La Síndrome de Fatiga Crònica està classificada en el capítol de les *Malalties del Sistema Nerviós Central*, amb el codi G93.3, sota el títol de: *Síndrome de Fatiga Crònica Postviral*. #

Quant al perfil dels pacients, la Síndrome de Fatiga Crònica afecta essencialment adults joves i és predominant el sexe femení. En tot cas, es tracta d'una malaltia de detecció cada vegada més freqüent.

És contagiosa?

L'origen de la Síndrome de Fatiga Crònica encara és desconegut, però no hi ha cap evidència que es pugui contagiar, encara que aquesta possibilitat tampoc està descartada.

En tot cas, els afectats de la Síndrome de Fatiga Crònica no poden ser donants de sang.

Es pot curar?

La Síndrome de Fatiga Crònica és una malaltia persistent que, en aquests moments, no es pot curar.

Això no obstant, sí que se'n poden millorar molts dels símptomes. Per combatre la Síndrome de Fatiga Crònica cal aprendre a conèixer els factors que milloren o empitjoren l'estat general del pacient i, per descomptat, s'han d'evitar aquells factors que poden

Segons els últims estudis, s'estima que a Espanya hi ha entre 120.000 i 200.000 persones afectades per la Síndrome de Fatiga Crònica

Actualment, l'objectiu és aconseguir alleugerir els símptomes de la Fatiga Crònica i l'adaptació del pacient a la malaltia

resultar agreujants. Així mateix, és important saber adaptar-se al curs de la malaltia.

Tractament

Ara per ara la medicina no disposa de cap tractament curatiu per a la Síndrome de Fatiga Crònica. S'ha de tenir en compte el tractament terapèutic és complex i que obliga a la combinació de diferents modalitats terapèutiques.

L'objectiu és, avui per avui, aconseguir alleugerir-ne el símptomes i aconseguir l'adaptació del

pacient a la malaltia. És necessari que el metge, juntament amb el pacient, dugui a terme un programa adaptat individualment que proporcioni a l'afectat la màxima percepció de millora.

Per la seva part, les persones que pateixen la Síndrome de Fatiga Crònica han d'aprendre a trobar els seus nous límits.

És invalidant?

No tots els afectats per la Síndrome de Fatiga Crònica presenten tots els símptomes possibles; se'n poden manifestar de nous, en poden desaparèixer alguns dels anteriors i ser fluctuants tant pel que fa al temps com a la intensitat.

Per tant, la severitat de la simptomatologia varia d'un pacient a un altre. Però el curs de la Síndrome de Fatiga Crònica és imprevisible, ja que s'alternen els períodes de remissió amb els brots o crisis. I, efectivament, en molts casos arriba a ser una malaltia realment invalidant. #

La Mútua ofereix

- Total llibertat d'elecció de centre i especialista.
- La Mútua Compensa fins al 40% dels tractaments de psicoteràpia, acupuntura i rehabilitació.

Els mutualistes poden gaudir de descomptes en els nostres Centres Concertats i Especialistes, permanentment actualitzats a la nostra web:

www.mutuaassociacio.com.

Per a més informació, poseu-vos en contacte amb nosaltres a través de:

Telèfon: 93 418 81 70

mutua@mutuaassociacio.com

www.mutuaassociacio.com

