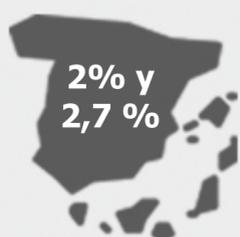




Aumentar la seguridad vial con síndrome fibromialgia y fatiga crónica

La enfermedad de Fibromialgia ocasiona un elevado consumo de recursos sociosanitarios, además de importante coste personal, social y laboral. Se estima que padece **Fibromialgia** entre el **3%** y el **6%** de la **población mundial** y que hay más de 6 millones de personas sin diagnosticar.

La **Fibromialgia afecta** entre el



de la población española mayor de 20 años. Cada año se diagnostican **120.00 casos**

Se estima que existen casi **dos millones** de afectados.



La tasa es mucho más elevada para las **mujeres:** el 4,2 % para **varones:** 0,2 %

Se ha asociado al hecho de haber sufrido un **accidente de tráfico**



como factor desencadenante hasta en el **2,9% de los casos** diagnosticados con fibromialgia.

Síntomas

- 1** Dolor generalizado en los 4 cuadrantes del cuerpo, más la espalda.
- 2** Fatiga, a veces con mareo, inestabilidad o falta de equilibrio.
- 3** El afectado presenta alteraciones del sueño, provocados o junto con fatiga y dolor, o que los provocan.
- 4** Afecta a la esfera cognitiva: la memoria y los procesos de pensamiento, dificultad para concentrarse y expresarse con claridad.
- 5** Los síntomas la hacen altamente incapacitante, pero no afecta a la movilidad.

Algunas claves

- Se relaciona con problemas anímicos, con mayor prevalencia de ansiedad y depresión, que en un 68 % de los casos crónica, lo que empeora el curso y la evolución de la enfermedad.
- El tiempo medio de diagnóstico entre 1.9 y 2.7 años por la multiplicidad de pruebas y la falta de manifestación de síntomas claros o asociación de síntomas a otras enfermedades.
- Es frecuente consultar hasta 15 especialistas antes de llegar al diagnóstico definitivo.
- Existe una elevada evidencia científica que relaciona la Fibromialgia con problemas anímicos, con mayor prevalencia ansiedad y depresión en un 68 % de los casos, pudiendo hacerse crónicas.

3 recomendaciones al paciente



Acudir al médico siempre que presente mayor sintomatología para que valore su estado y capacidad de desenvolverse adecuadamente como peatón y como conductor.



No automedicarse seguir el tratamiento y consultar al médico sobre sus efectos adversos en la conducción.



Procurar viajar acompañado planificar los viajes largos preferiblemente por itinerarios conocidos, prever sus correspondientes descansos y respetar el código de circulación.

Recomendaciones al profesional sanitario para pacientes con Fibromialgia



Recoger en la historia clínica los hábitos de conducción del paciente síntomas y tratamiento que pueda influir en su Seguridad Vial e informe que refleje si puede o no conducir.



Valorar toda la medicación y la forma en que el paciente la toma Si es puntual, habitual. Informar de sus riesgos e interacciones de manera personal.



Prescribir los fármacos que afecten en menor medida a la capacidad de conducir.



Prospectos indicar al paciente que cada vez que se le recete un medicamento debe leer el prospecto.



Utilizar pautas de dosificación que interfieran lo menos posible en la conducción para no limitar en exceso la independencia del paciente.



Individualizar los consejos dependiendo del grupo en el que se incluya el conductor con Fibromialgia.