

Dr. Javier Rivera

- Una paciente que toma Mirtazapina y Lavefasina ¿Es aconsejable este tratamiento?

Ambos fármacos (el segundo, creo que se refiere a venlafaxina) son antidepresivos y por tanto los debe estar recibiendo por tener asociada una depresión. Casi con toda seguridad los debe estar prescribiendo un psiquiatra dado que no es un tratamiento habitual para el dolor en pacientes con fibromialgia.

- ¿Puede la fibromialgia influir en problemas de huesos o tendones?

Muchos pacientes contestan a mi pregunta de si hacen ejercicio de forma regular con la respuesta de no puedo porque me duele. Sin embargo, la respuesta correcta es la contraria: les duele porque no hacen ejercicio físico de forma regular.

En un paciente que no hace ejercicio físico de forma regular se va produciendo un deterioro paulatino de la forma física de manera que músculos, tendones y articulaciones cada vez están menos capacitados a soportar los esfuerzos físicos que realizamos a lo largo del día. En esta situación, es fácil que al realizar un esfuerzo habitual, de los que se hacen todos los días en casa o en el puesto de trabajo, se produzca una pequeña lesión como contractura muscular o tendinitis que aumenta el dolor y la limitación cerrando así un círculo vicioso que conduce al paciente a no hacer ejercicio.