

# Enfermedades crónicas complejas

Última actualización: **marzo de 2024**

Muchos canadienses se ven afectados por enfermedades crónicas complejas (CCD, por sus siglas en inglés). Las enfermedades crónicas complejas son enfermedades que duran mucho tiempo, requieren tratamiento y manejo y, con frecuencia, no mejoran por sí solas. Algunas de estas enfermedades se conocen como "síndromes". Un síndrome se produce cuando un grupo diferenciado de síntomas causa una enfermedad y una pérdida de función. La fibromialgia y la encefalomiелitis miálgica, también llamada síndrome de fatiga crónica, son dos afecciones conocidas como síndromes. Para ninguno de estos síndromes existen análisis de sangre o de laboratorio que confirmen el diagnóstico.

## Fibromialgia

El American College of Rheumatology (Colegio Estadounidense de Reumatología) reconoció la fibromialgia como un síndrome real en 1990. La fibromialgia puede afectar tanto a hombres como a mujeres, pero es más frecuente en las mujeres. No se conoce la causa de esta enfermedad. Un diagnóstico precoz puede ayudar a evitar complicaciones y a controlar mejor los síntomas.

El síntoma principal de la fibromialgia es un dolor que se siente en todas las partes del cuerpo y dura al menos tres meses. Con el tiempo, el dolor se vuelve más constante y puede afectar a más áreas del cuerpo. La ubicación del dolor y la intensidad del dolor también pueden empezar a variar. Otros síntomas de la fibromialgia pueden incluir:

- Fatiga (cansancio)
- Problemas para dormir
- Problemas de memoria o incapacidad para pensar con claridad
- Trastornos del estado de ánimo como la depresión

Los síntomas y la gravedad de los síntomas varían de una persona a otra. Si tiene fibromialgia, es posible que también tenga otras afecciones de salud, como el síndrome del intestino irritable (SII), migrañas, etc. Para obtener más información, visite:

- [BC Women's Hospital + Health Centre \(Hospital y Centro de Salud para Mujeres de BC\): Fibromialgia](#)
- [Arthritis Society Canada \(Sociedad Canadiense de Artritis\): Fibromialgia](#)
- [Pautas canadienses para el diagnóstico y tratamiento del síndrome de fibromialgia en adultos](#)

## Encefalomiелitis miálgica

La encefalomiелitis miálgica, también llamada síndrome de fatiga crónica, está reconocida actualmente como enfermedad. La encefalomiелitis miálgica o el síndrome de fatiga crónica no tienen una sola causa. En general aparece después de sufrir una infección, normalmente vírica. Se están realizando investigaciones para obtener más información sobre esta afección. En este punto, el diagnóstico se basa

en los síntomas que usted describe a su proveedor de atención médica y en descartar otras afecciones que podrían estar causando estos síntomas. Para recibir un diagnóstico de encefalomiелitis miálgica o síndrome de fatiga crónica, los síntomas deben estar presentes durante al menos seis meses en los adultos y tres meses en los niños.

El síntoma principal es la fatiga (cansancio) tras la actividad física (después del esfuerzo) o la fatiga hasta el punto de resultar incapacitante. La fatiga puede ser lo suficientemente grave como para interrumpir las actividades y las relaciones con los demás. Otros síntomas pueden incluir:

- Malestar (sensación de malestar general)
- Síntomas parecidos a los de la gripe
- Problemas para dormir
- Dolor
- Problemas de memoria u otros problemas cognitivos
- Sensibilidad o intolerancia química
- Es posible que su cuerpo no funcione con normalidad

Los síntomas y la gravedad de los síntomas varían de una persona a otra. Algunas personas pueden recuperarse por completo de la encefalomiелitis miálgica o del síndrome de fatiga crónica, mientras que otras no. Para obtener más información, visite:

- [BC Women's Hospital + Health Centre: Encefalomiелitis miálgica/síndrome de fatiga crónica \(ME/CFS\)](#)
- [Health Canada \(Ministerio de Salud de Canadá\): Una conversación sobre la encefalomiелitis miálgica con la Dra. Nina Muirhead](#)

## **Gestión de los síntomas**

Dado que tanto la fibromialgia como la encefalomiелitis miálgica o el síndrome de fatiga crónica tienen síntomas similares, también tienen terapias de tratamiento similares. El objetivo del tratamiento es aliviar los síntomas, como el dolor y la fatiga, así como otras afecciones, como la depresión, que se pueden desarrollar a consecuencia de estos síndromes. Para obtener más información y encontrar servicios y recursos de ayuda, visite [BC Women's Hospital + Health Centre: Programa de enfermedades crónicas complejas \(CCDP\)](#).

## **Enfermedad de Lyme crónica**

Las picaduras de garrapatas pueden causar varias enfermedades en los seres humanos. 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 la 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 contrajeran la enfermedad en BC.

No todas las garrapatas son portadoras de la bacteria de la enfermedad de Lyme y solo hay una probabilidad mínima de que las garrapatas se la transmitan. Sin embargo, dado que la enfermedad de Lyme es una enfermedad tan grave, vale la pena tomar medidas para evitar las picaduras.

Algunas personas que han padecido la enfermedad de Lyme aguda pueden desarrollar síntomas crónicos, como fatiga, síntomas cognitivos como "confusión mental", trastornos del sueño y otros síntomas inexplicables. Para obtener más información, visite:

- [BC Women's Hospital + Health Centre: Síntomas atribuidos a la enfermedad de Lyme crónica](#)
- [BC Centre for Disease Control \(Centro para el Control de Enfermedades de BC\): Enfermedad de Lyme \(infección por Borrelia burgdorferi\)](#)
- [Health Canada: Enfermedad de Lyme](#)

---

Para leer acerca de otros temas en los folletos de HealthLinkBC, vea [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) 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.