

## FIBROMIALGIA. RECOMENDACIONES DE LA EULAR PARA SU MANEJO.

| RECOMENDACIÓN                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | NIVEL DE EVIDENCIA | GRADO    | FUERZA DE RECOMENDACIÓN | ACUERDO (%) <sup>a</sup> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|----------|-------------------------|--------------------------|
| <b>PRINCIPIOS GENERALES</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>IV</b>          | <b>D</b> |                         | 100                      |
| El manejo óptimo requiere un diagnóstico precoz. La correcta comprensión de la fibromialgia (FM) requiere una evaluación integral del dolor, la función y el contexto psicosocial. Se debe reconocer como una condición compleja y heterogénea donde hay un procesamiento anormal del dolor y otras características secundarias. En general, la gestión de la FM debe de realizarse de forma de un enfoque gradual.     |                    |          |                         |                          |
| El tratamiento de la FM debe tener como objetivo la mejora de la calidad de salud, por lo que el tratamiento requiere un enfoque multidisciplinar con una combinación de tratamientos no farmacológicos (que debe de ser el inicial) y farmacológica adaptadas, con relación con la intensidad del dolor, función. Características asociadas, fatiga, trastornos del sueño y preferencia y comorbilidades del paciente. | <b>IV</b>          | <b>D</b> |                         | 100                      |
| <b>RECOMENDACIONES ESPECIFICAS</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                    |          |                         |                          |
| <b>TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                    |          |                         |                          |
| <b>Ejercicio físico aeróbico y ejercicios de fortalecimiento</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Fuerte</b>           | 100                      |
| <b>Terapias cognitivas-conductuales</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 100                      |
| <b>Terapias multicomponentes</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 93                       |
| <b>Terapias físicas definidas. Acupuntura o hidroterapia</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 93                       |
| <b>Terapias de meditación en movimiento (Qigong, yoga, taichí) y reducción del estrés basado en el mindfulness</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 71-93                    |
| <b>TRATAMIENTO FARMACOLÓGICO</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                    |          |                         |                          |
| <b>AMITRIPTILINA</b> (en dosis bajas) *<br>Al menos 25 mg/día de 6-8 semanas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 100                      |
| <b>DULOXETINA</b> **                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 100                      |
| <b>TRAMADOL</b> (solo o en combinación con paracetamol) **                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Ib</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 100                      |
| <b>PREGABALINA</b> (a la noche) *                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 94                       |
| <b>CICLOBEZAPRINA</b> (Yurelax®) *                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Ia</b>          | <b>A</b> | <b>Débil</b>            | 75                       |
| <sup>a</sup> Porcentaje de acuerdo de al menos 7 puntos en la escala de clasificación de 0-10 <a href="http://dx.doi.org/10.1136/annrheumdis-2016-209724">en Ann Rheum Dis doi:10.1136/annrheumdis-2016-209724</a> .<br>*- Principalmente para problemas severos de sueño<br>**- Principalmente para dolor severo                                                                                                       |                    |          |                         |                          |

Adaptado de Macfarlane GJ, Kronisch C, Dean LE, Atzeni F, Häuser W, Fluß E. et al. EULAR revised recommendations for the management of fibromyalgia. Ann Rheum Dis. 2016, <http://dx.doi.org/10.1136/annrheumdis-2016-209724>, pii: annrheumdis-2016-209724.