

## **Profesionales sanitarios del Distrito Córdoba Sur forman a pacientes con fibromialgia para mejorar su calidad de vida**

**El objetivo principal de esta formación es adquirir los conocimientos necesarios para favorecer los autocuidados y las habilidades y actitudes para un afrontamiento eficaz de la enfermedad.**

Profesionales sanitarios del Distrito Córdoba Sur forman a pacientes con fibromialgia para mejorar su calidad de vida. Así, el centro de salud de Aguilar de la Frontera pone en marcha una serie de actividades durante el primer semestre del 2011 con la finalidad de avanzar en la atención sanitaria que reciben las personas afectadas por la fibromialgia y mejorar su calidad de vida.

Los talleres, que han comenzado recientemente, se realizarán cada 15 días en la sala de educación grupal del centro, con grupos de 20 personas. El equipo multidisciplinar que va a impartir las actividades está compuesto por los enfermeros gestores de casos de Fernán Núñez y La Rambla, Montilla y Aguilar; el fisioterapeuta de la Unidad de Gestión Clínica de Aguilar y la psicóloga de servicios sociales comunitarios de este mismo municipio.

Con esta iniciativa se pretende acercar conocimientos sobre sus patologías a las personas que padecen esta enfermedad, con el objetivo de que puedan afrontarla mejor y prevenir posibles complicaciones. Así, estos talleres posibilitarán que las personas afectadas profundicen en la patología que padecen, reciban consejos sobre cómo manejarla y aprendan ejercicios físicos y técnicas que les permitan mejorar su calidad de vida.

### **La fibromialgia**

La fibromialgia es una enfermedad crónica y compleja que afecta a las partes blandas del aparato locomotor. La relación de síntomas puede ser muy amplia, entre los que cabe destacar dolor generalizado, rigidez, cansancio, alteraciones en la calidad y cantidad de sueño,

problemas gastrointestinales, genitourinarios y trastornos cognitivos.

Es un problema de salud de alta prevalencia que dificulta la adecuada adaptación y desarrollo biosicosocial en el medio a quien lo sufre.

Lo padece entre el 2% y 4.5% de la población mundial, se da más comúnmente en individuos entre 20 y 50 años, y afecta más a las mujeres. Puede presentarse como única alteración (fibromialgia primaria) o asociada a otras enfermedades (fibromialgia concomitante). La FM está reconocida por la Organización Mundial de la Salud desde el año 1992.

Fecha: 2/02/2011

Fuente:

[http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/contenidos/Noticias/2011/02/dia02/Noticia14628?perfil=ciud&idioma=es&tema=/temas\\_es/&contenido=/sites/csalud/contenidos/Noticias/2011/02/dia02/Noticia14628](http://www.juntadeandalucia.es/salud/sites/csalud/contenidos/Noticias/2011/02/dia02/Noticia14628?perfil=ciud&idioma=es&tema=/temas_es/&contenido=/sites/csalud/contenidos/Noticias/2011/02/dia02/Noticia14628)