¿CONOCES LA **ENCEFALOMIELITIS MIÁLGICA?**

TAMBIÉN CONOCIDA COMO SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA

CRITERIOS DIAGNÓSTICOS

Se recomienda el uso de los Criterios de Consenso Internacional de 2011

AGOTAMIENTO NEUROINMUNE POS-ESFUERZO (ANPE)

Exacerbación de los síntomas en respuesta no proporcional a cualquier esfuerzo, incluyendo fatiga física y mental profunda e incapacitante, agotamiento extremo y dolor.

FATIGA PERSISTENTE

-Intensa
-De nueva aparición
-No es resultado de otras actividades.
-No es consecuencia de esfuerzos mayores a los habituales.
-No mejora con el descanso.

INCAPACIDAD PARA PARTICIPAR EN ACTIVIDADES RUTINARIAS

Reducción de al menos el 50% del nivel de actividad previamente realizada

DISFUNCIONES NEUROCOGNITIVAS

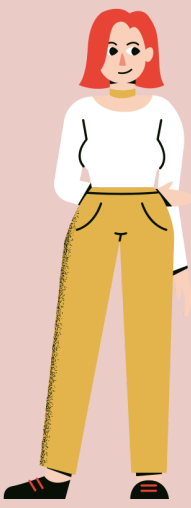
-Dificultad para procesar información
-Pérdida de memoria a corto plazo

DISFUNCIONES NEUROLÓGICAS

-Dolor significativo
-Alteraciones del sueño
-Alteraciones neurosensoriales y motoras

OTRAS DISFUNCIONES

-Hipersensibilidades
-Síntomas pseudogripales
-Síntomas digestivos y genitourinarios
-Disfunciones del metabolismo energetico celular



SE TRATA DE UNA ENFERMEDAD CRÓNICA, MULTISISTÉMICA, DISCAPACITANTE Y COMPLEJA

PREVALENCIA

40 - 60 AÑOS

EL 90% DE LAS PERSONAS ENFERMAS SE ESTIMA QUE ESTÁN SIN DIAGNOSTICAR

ETIOPATOGENIA

Su etiología es desconocida, pudiendo ser multifactorial

- AGENTES INFECCIOSOS
- FACTORES AMBIENTALES
- PREDISPOSICIÓN GENÉTICA

¿QUÉ POSIBILIDADES TERAPÉUTICAS EXISTEN?

No existe un tratamiento específico para la encefalomielitis miálgica

¿QUÉ DEBEMOS HACER?

- Tratamiento sintomático personalizado
- **PACING**: Aprender a gestionar, dosificar y controlar el ritmo de las actividades

¿QUÉ NO DEBEMOS RECOMENDAR?

- Terapias basadas en la actividad física y el ejercicio, como la Terapia de ejercicio gradual
- Terapia cognitivo conductual

SEMG Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia

ONG PEM Asociación de Personas con Encefalomielitis Miálgica