

# FIBROMIALGIA

**Definición:** Enfermedad crónica caracterizada por dolor en varios puntos de los músculos y las articulaciones, sin que existan lesiones ni causas orgánicas demostrables. Se estima un origen neurológico.

## LAS 5 FASES POR LAS QUE ATRAVIESA UN ENFERMO DE FIBROMIALGIA

- 1. Shock e impacto:** Es la fase de la confusión y de la incertidumbre. Se caracteriza por la rabia y por la ira que irradia en todas direcciones.
- 2. Aislamiento e introspección:** Es una fase de devastación, sufrimiento y soledad, de mirar en su interior, de evaluar lo que supone la nueva situación en su vida y el temor hacia el futuro.
- 3. Resignación versus aceptación:** Algunos enfermos se detienen en la fase de resignación, otros continúan hacia adelante en la búsqueda de la recuperación de la salud.
- 4. Búsqueda y cambios:** En esta fase el enfermo busca e introduce cambios (actitud, afrontamiento, dieta, ejercicio, etc).
- 5. Resurgimiento y transformación:** El enfermo ha reconstruido su vida y toma las riendas de su existencia.

La fibromialgia pertenece en Biosinapsis a la tercera etapa (**Movimiento/valoración**).

**Técnico:** 3<sup>a</sup> Etapa Embrionaria. Conflicto de desvalorización. Conflicto de doble obligación. Conflicto de contacto impuesto.

**Sentido biológico:** Los enfermos de fibromialgia tienen la sensación de que la gente no les cree pues no presentan síntomas medibles. El dolor muscular es una señal de aviso de que algo no va bien en los movimientos, y se relaciona con los gestos y cargas que esta gente tiene con la familia. El dolor es siempre primero un dolor psíquico que termina manifestándose en el organismo. Se le llama la enfermedad de las "fibras" familiares.

**Conflicto:** Conflicto central de dirección, sumado a un conflicto de desvalorización (por sobre-responsabilidad), uno de contacto impuesto, uno de doble obligación y un conflicto de miedo a la muerte en un contexto de perder la identidad.

**Conflicto de las "fibras familiares":** Son personas que están siempre bloqueadas en las historias y obligaciones familiares. No viven su vida, no toman el camino propio.

**Conflicto de contacto impuesto:** Se ven en la obligación de atender a alguien a quien no quieren atender.

**Conflicto de doble obligación:** Son personas que quieren ayudar a alguien que a la vez les amarga la vida (normalmente alguien de la familia). "Quiero ayudarle porque le quiero, pero a la vez no quiero volverlo a ver".

**Conflicto de dirección (afecta a las suprarrenales):** Produce fatiga: La persona se siente perdida en lo que hace o debería hacer.

Son personas que no aceptarán las soluciones, para ellas las obligaciones son superiores a su propia vida.

**Conflicto de culpabilidad:** Miedo a equivocarse o a hacer algo mal.

Buscar en las memorias celulares:

- Muerte de un niño por razones desconocidas con incomprensión de la madre (no hubo duelo).
- Incestos con embarazo.
- Encierro del padre en prisión y familia que se desmorona.
- Parálisis a consecuencia de una caída en el agua.
- Mujer impotente y fuertemente desvalorizada frente a los engaños (amorosos) de su marido.
- Separación de los hijos con impotencia (no poder verlos más).

**Conflicto de suprarrenales:** "Me he equivocado de camino, estoy haciendo algo que no quiero hacer". O "Para qué me voy a curar, si voy a quedar mal y no voy a poder trabajar".

## **Zonas afectadas:**

-*Pecho*: Puede ser algo que baja su orgullo.

-*Abdomen*: Emociones y sentimientos, en la mujer pueden incluir la maternidad.

-*Piernas*: Estructura de la vida, sus creencias y valores.

-*Manos*: Capacidad de trabajar, de hacer.

-*Espalda*: Asumir responsabilidades.

## **Solución:**

Enfrenta tu realidad, tus emociones y trasciende aquellos conflictos que te generan dolor, expresando tus sentimientos con respeto y amor y entregando todo aquello que quieres recibir de tus familiares o núcleo cercano. Deja de aferrarte a tu pasado.

Todo lo que hagas, hazlo con plena conciencia, pero no al mismo tiempo, debes darte actos de placer a ti mismo y empezar por disminuir ataduras familiares, obligaciones familiares de responsabilidad.