



Anna Orduño desviste poco a poco a su hijo. Es muy difícil para ella cuidar de un pequeño de tres años al que hay que llevar, vestir, levantar...

A

l dolor y el cansancio no se ven, no dejan señales y juegan al escondite con los médicos. No hablamos del dolor o el cansancio que cualquier persona ha experimentado en alguna ocasión, sino de un dolor inhabilitante y de un cansancio extenuante. Éstos son los síntomas más conocidos de dos enfermedades de las que se conoce muy poco: la fibromialgia y el síndrome de fatiga crónica.

"A mí también me duele la espalda." "Yo sí que estoy cansada." "No sé de qué te quejas si tienes buena cara." Son sólo tres frases. Pero duelen. Suman incomprensión a la impotencia. Y se repiten. Hasta que a principios de los noventa la OMS reconoció estas enfermedades, los pacientes carecían de defensa ante estos dardos. Anteriormente, el nombre más común para sendas dolencias era "la enfermedad de las histéricas" o "de las vagas" o "de las neurasténicas". El femenino no es arbitrario. En la fibromialgia, la proporción entre mujeres y hombres es de 9 a 1, y en el síndrome de fatiga crónica, de 7 a 3. ¿La razón? Posiblemente, hormonal. Empíricamente, desconocida. Como casi todo

lo que rodea a estas patologías. "Tenemos información muy superficial de estas enfermedades. Es necesario que se realicen muchas investigaciones sobre el sistema nervioso central. Son dolencias complejas, en las que intervienen muchos factores. Lo que sí podemos afirmar con total seguridad es que no se trata, como se pensó en otros tiempos, de enfermedades mentales", asegura el doctor Joaquín Fernández Solà, jefe de la unidad de síndrome de fatiga crónica del hospital Clínic de Barcelona.

Ni certezas ni soluciones. Sólo dolor sin causa aparente o un cansancio insuperable que crece sin tregua. A Nuria, por ejemplo, le pesa un pañuelo de seda que rodea su cuello. Mientras se lo quita a cámara lenta, como si estuviera a punto de quebrarse, Elena recuerda el día en que arrojó en mitad de la calle un libro de bolsillo que acababa de comprar. Cargarlo hasta casa le dolía demasiado. María Inés estaba contenta. Había adquirido un lavaplatos. La desilusión llegó pronto: a veces no tiene fuerzas para girar el mando. Compartir estas experiencias en grupos de apoyo ayuda. Por unas pocas ho-

ras dejan de sentirse la excepción a la regla.

Dolor "versus" cansancio

En términos generales, la fibromialgia produce dolor. No hay ninguna lesión que lo justifique. La gama de suplicios varía: flechas que laceran, toneladas ficticias que aplastan, quemazón...

El cansancio continuo es la característica del síndrome de fatiga crónica. Anna Orduño, de 28 años, no puede sostener en brazos a su hijo. Montserrat Campistó, de 48, invierte sus mermadas energías en la presidencia de la Asociación de Fibromialgia y Fatiga Crónica de Cerdanyola (Barcelona). Seguramente, preferiría emplearlas en bailar, una de sus aficiones preferidas. Pero en fin de año la factura por moverse al ritmo de una canción la dejó en números rojos. Estuvo cinco días en cama. A la sazón, la fatiga crónica también provoca problemas cognitivos. "Tienes la sensación de estar borracha o drogada. Es como si hubiera niebla a tu alrededor y te hubieras quedado sin pilas", ilustra Anna Orduño. Es lo que los especialistas denominan bruma cerebral. Montse-