



→cialmente activas, abiertas, con mucha resistencia y un alto sentido de la responsabilidad. Por ello les cuesta admitir que todo ha cambiado. Según Cuscó, "pasan de vivir por encima de sus posibilidades a hacerlo muy por debajo. El problema es que el cuerpo no te permite hacer cosas, pero el cerebro sigue pidiéndotelas. Suelen ser personas con características encomiables, que deben renunciar a una vida que les encantaba. Son pacientes incómodas para los médicos, pues son muy exigentes".

Y la medicina no está a la altura de sus exigencias. Hasta hace pocos años, su enfermedad no aparecía en los manuales de medicina. Los galenos no entienden qué les ocurre, las envían a otros especialistas, las someten a un rosario de pruebas y suelen confundir su dolencia con una depresión. Como mínimo, antes de conseguir el diagnóstico adecuado, los afectados visitan entre cuatro y cinco médicos. Y las cosas han

Los descansos en cama a cualquier hora son para los enfermos de fibromialgia y de fatiga crónica algo cotidiano. Y la falta de fuerzas, como muestra Montserrat Campistó en la foto superior, llega a desesperar.

Uno de los avances mejor recibidos por las afectadas de fibromialgia son las sesiones de microgimnasia. En la foto central aparecen Loli (de espaldas), María Jesús e Inma durante una sesión. Los ejercicios son muy suaves, y se pretende que puedan aprender a conocer sus cuerpos y sobre todo sus limitaciones. Cualquier "exceso" les provoca

rá un gran dolor y la necesidad de parar. Una persona con fibromialgia puede sufrir un fuerte dolor en situaciones impensables, por ejemplo, al levantar una sartén en la cocina o dar la vuelta a un alimento en la plancha, como muestra Montserrat Campistó en la fotografía inferior.