



CAUSAS DEL SINDROME DE FATIGA CRÓNICA

Palabras claves: síndrome de fatiga crónica, causas.

El síndrome de fatiga crónica, también conocido como encefalomielitis miálgica, es una enfermedad de causa y naturaleza desconocida, pero la mayoría de las autoridades médicas ya aceptan su existencia. La investigación de sus causas ha sido muy lenta porque no posee marcadores biológicos, la naturaleza heterogénea de la enfermedad, y dificultades en la diferenciación causa-efecto. A pesar de todo, se han logrado algunos avances, particularmente cuando las causas son divididas en factores predisponentes, desencadenantes, y mantenedores.

La incidencia es mayor en mujeres que en varones por razones no conocidas, este incremento en la incidencia sugiere una influencia genética en la enfermedad. Comparte marcadores de riesgo con los trastornos del humor, y presentan como características un incremento en las consultas médicas por enfermedades menores, 15 años antes del diagnóstico, lo que sugiere una vulnerabilidad general, y posiblemente mediado por ansiedad co-mórbida.

Ciertas enfermedades infecciosas, como el virus de Epstein-Barr, fiebre Q, y meningitis viral, pueden gatillar o desencadenar el síndrome de fatiga crónica, pero no infecciones comunes del tracto respiratorio superior. La causa inmune no ha sido establecida.

Los síntomas del síndrome de fatiga crónica son similares a una infección aguda. Los bajos niveles de cortisol asociados a este síndrome pueden ser secundarios a la inactividad física y a trastornos del sueño.

Viner y Hotopf reportaron la asociación del síndrome de fatiga crónica con enfermedades que limitan la actividad en la infancia y la no realización o la escasa realización de deportes fuera de la escuela a los 10 años de edad, pero el distress psicológico premórbido en madres o niños no son predictores de la enfermedad. Los chicos que no realizan deportes en la infancia tienen 2 veces más riesgo de presentar el síndrome de fatiga crónica en la edad adulta. El deporte en las escuelas no tiene efecto probablemente por la naturaleza obligatoria en las mismas.

Los pacientes con síndrome de fatiga crónica perciben la actividad física como más que un esfuerzo y subestiman sus habilidades físicas y cognitivas, siendo conscientes de su estado psicológico interno, fenómeno llamado interocepción.

Los tratamientos que “reprograman” la interocepción e incrementan la actividad física, como la terapia de ejercicios escalonados y la terapia conductiva conductual, pueden ayudar a la mayoría de estos pacientes.

DIC-2004

Bibliografía:

1. Solomon L, Reeves WC. Factors influencing the diagnosis of chronic fatigue syndrome. Arch Intern Med. 2004 Nov 8;164(20):2241-5.
2. White PD. What causes chronic fatigue syndrome? BMJ. 2004 Oct 23;329(7472):928-9.