

¿Qué es el síndrome de fatiga crónica?

El síndrome de fatiga crónica (CFS en inglés) es una enfermedad recientemente definida que consiste de una serie de síntomas relacionados. El más característico de los síntomas es una fatiga debilitante que persiste por varios meses.

¿Cuáles son otros síntomas de CFS?

Además de una profunda fatiga, algunos pacientes con CFS se quejan de dolor de garganta, fiebre leve, sensibilidad en los nódulos linfáticos, dolor de cabeza, dolor de músculos y articulaciones (sin hinchazón), debilidad muscular, sensibilidad a la luz, sueño perturbado, depresión y dificultad para concentrarse. Aunque los síntomas tienden a sufrir altibajos, la enfermedad generalmente no es progresiva. En muchas personas los síntomas quedan estáticos al comienzo del curso de la enfermedad y reaparecen con diversos grados de gravedad durante por lo menos seis meses y a veces por varios años.

¿Qué causa CFS?

Aún no se conoce la causa del síndrome de fatiga crónica. Las primeras evidencias sugerían que CFS podría estar asociado con la forma en que responde el cuerpo a una infección de ciertos virus. Sin embargo, investigación posterior no ha demostrado que exista asociación entre una infección de algún patógeno humano conocido y CFS. Otros factores que se han sospechado como posibles causantes de CFS incluye un trastorno del sistema inmunológico, estrés, predisposición genética y condición psicológica del paciente.

¿Es contagioso el CFS?

Como aún se desconoce la causa de CFS, es imposible responder esta pregunta con certeza. Sin embargo, no hay evidencia convincente de que la enfermedad pueda transmitirse de una persona a otra. De hecho, no hay indicación en este momento que el CFS sea causado por un solo agente de enfermedad infecciosa reconocido. Muchas personas en contacto directo con pacientes que tienen CFS no han desarrollado la enfermedad y actualmente no hay justificación para aislar de otras personas a los pacientes con CFS.

¿Cómo se diagnostica el CFS?

Actualmente no hay una manera definitiva para diagnosticar el CFS. Un médico generalmente hará el diagnóstico en base a los síntomas del paciente, resultados de exámenes físicos y exclusión de otras enfermedades. Como la fatiga es un síntoma común de muchas otras enfermedades, es muy importante que una persona con síntomas como CFS sea minuciosamente evaluada para descartar otras enfermedades, incluyendo enfermedades resultantes de causas médicas, psicosociales o relacionadas a drogas. Aún cuando no se diagnostique otra enfermedad, deberá hacerse una reevaluación periódica para asegurar que otro trastorno no es responsable de la enfermedad. Se ha sabido de muchos casos en los cuales los pacientes diagnosticados con CFS han resultado tener más tarde una enfermedad específica, por ejemplo trastorno de tejido conectivo o tumor maligno, que probablemente era la causa durante todo el tiempo de los síntomas parecidos al síndrome de fatiga crónica.

¿Cómo se trata el CFS?

No existe ahora tratamiento eficaz comprobado para el CFS. Se ha intentado una gran variedad de terapias, desde dosis bajas de drogas antidepresivas a terapia de dieta y antiviral, pero ninguna ha resultado ser efectiva. Antes de dar consentimiento para tratamiento con cualquiera de esos regímenes no comprobados, es prudente obtener una segunda opinión de un médico experto. Muchos expertos opinan que el manejo de CFS debería ser dirigido hacia el alivio sintomático y disminución del efecto perturbador que la enfermedad puede tener en la vida del paciente. Consejería profesional también puede ayudar al paciente a enfrentar esta sensación de estrés y aislamiento que a menudo acompaña a la enfermedad. Un régimen de dieta equilibrada, descanso adecuado y actividad física moderada puede ayudar a la persona a tener un estilo de vida más normal dentro de la gravedad de la enfermedad. El paciente deberá identificar y respetar las limitaciones de sus actividades para evitar el empeoramiento de la fatiga.