



Oier GOROSABEL
Fisioterapeuta

Fibromialgiaz eguneratzen

Ebidentzian oinarritutako osasungintzan, beste zientzia arloetan bezala, zalantza metodikoa erabiltzen da. Jakintza ez da finkoa, ikerketak egin ahala gauza berriak ikasten ditugu, eta ez dugu beldurrik izan behar lehen sinesten genituenak aldatzeko edo baztertzeko, uste okerrak direla frogatuz gero. Lehen ere idatzi izan dugu fibromialgiari buruz, hemen bertan; orduetik pasatu diren 18 urteetan asko ikertu da. Berriki, EAEko Fisioterapeuten Elkargo Ofizialari (EFEO) esker, lankide talde bati gai honi buruz eguneratzeko aukera eman zaigu.

Ebidentzian oinarritutako zientzian dena ez da arrosa kolorekoa, eta batzuetan aurrera egiteko bidea ikaragarri geldoa da: metodoaren betebeharrekin, askotan, agerikoak diren gauzak frogatu beharra ekartzen dute (adibidez, hotza aplikatuta gorputzaren tenperatura jaisten dela!). Eta, horregatik, argitaratu den guztia irakurtzea astuna izaten da. Zorionez, Mayte Serrat ikerlari, fisioterapeuta eta psikologo katalanaren eskutik, bide horren zati handi bat aurreratu dugu. Zuek ere ikus ditzakezue EFEOren sare sozialetan; bost saio dira, tekniko samarrak -osagileoi zuzenduak, alegia-, baina neurri handi batean ulergarri egingo zaizkizuenak. Zuen osasunaren ardura dugunok zertan ari garen ikusiko duzue; bereziki gomendatzen dizuet fibromialgia diagnostikoa jaso duzuen pertsonen.

Jardunaldi hauetan ikusi dudanez, lehen mantentzen nuen tesia ez da iraungi («fibromialgia komenentziaz sortutako etiketa diagnostiko bat da, gure gi-

zarte kontsumista/kapitalistan darabilgun bizimodu kaltegarriak sortutako gaitz bio/psiko/sozial multzo handi bat kudeatzeko, gizartea bera aldatu behar izan barik»). Diagnostikoan ere ez da ezer aurreratu: paziente batetik bestera sintomatologia oso aldakorra denez, fibromialgiaren diagnostikoa osagilearen irizpide subjektiboaren arabera da (batentzat fibromialgia dena beste batentzat ez da). Halere, ezin da baztertu faktore ezkutatu bat egotea, genetiko edo bestelakoa, orain arte ikertzeko erabili diren teknikak antzeman ezin izan dutena. Horrek ziurgabetasun itzela ekartzen du, bai pazientearentzat bai osagileontzat. Eta horrekin lotuta dago eguneraketa honetan ikusi dudalderik interesgarriena.

Izan ere, fibromialgia diagnostikatzeko proba edo analisi erabakigarriarik ez dugu, ados. Baina baditugu, ordea, sintoma multzo nahasian eta, batzuetan, oso ezgaitasun handian harrapatuta dauden paziente asko. Fibromialgia duten, ez duten? Osagile bezala, hori jakin nahi genuke, noski, baina une honetan hori ez da garrantzitsua. Kontua da arazo horiek dituzten pertsonen laguntzea. Ildo horretatik, Serrat doktorea eta bera bezalakoak garatzen ari diren tresna eta protokoloak (“fibrowalk” terapia) pertsona horiei irtenbide bat aurkitzeko oso lagungarriak dira. Agian, batzuek ez dute fibromialgiarik? Ondo. Horrek ez digu asko ardura, paziente horiek zulotik ateratzeko balio badigu. Ziurgabetasunean ere aurrera egin daiteke eta. •



Ziurgabetasunean ere aurrera egin daiteke. GETTY IMAGES