



## ¿QUÉ ES ENCEFALOMIELITIS MIÁLGICA?

La Encefalomiелitis Miálgica (ME) es una enfermedad neurológica e inmunológica (con un componente infeccioso y/o etiología), apareciendo de forma epidémica y esporádica. La enfermedad suele tener un inicio agudo de infección vírica o bacteriana o una exposición a una toxina/químico.

La enfermedad afecta en EEUU aproximadamente a 1 millón de hombres, mujeres y niños, unos 17 millones en todo el mundo. La mayoría de los pacientes están incapacitados y no pueden trabajar, siendo alrededor del 25% las personas postradas en cama sin poder cuidarse de sí mismas.

La característica fundamental de ME es la exacerbación de síntomas post-esfuerzo, incluyendo disfunción inmune y deterioro cognitivo. Los síntomas de ME son numerosos y pueden incluir, aunque no están limitados, a lo siguiente:

- dificultad para procesar información, afasia, pérdida de memoria a corto plazo, etc.
- dolor muscular y articular significativo
- dolor de cabeza / migrañas
- disfunción del sueño, sueño no reparador
- fatiga muscular extrema, mala coordinación, debilidad (incluyendo parálisis)
- sensibilidad a la luz, sonido, ruido, vibraciones, y deterioro en percepción de la distancia
- **disfunción inmune importante (reactivación vírica e infecciones oportunistas)**
- náuseas y distensión abdominal
- frecuencia urinaria
- sensibilidad a alimentos, medicamentos, olores o productos químicos
- intolerancia ortostática y vértigo
- falta de aire, dificultad en la respiración, fatiga de los músculos de la pared torácica.
- temperatura anormalmente baja, escalofríos, febrícula, frío en extremidades
- anomalías cardiovasculares incluyendo bajo volumen de sangre

Los pacientes con ME necesitan defenderse de agentes infecciosos incluyendo virus y bacterias asociados a menudo a ME, que son infecciones reactivadas o puntuales que se desarrollan debido a un sistema inmune deteriorado. La Clasificación Internacional del código de enfermedades (CIE-10) para ME es G93.3 bajo el epígrafe de enfermedades del sistema nervioso - otros trastornos del cerebro.

Pacientes con ME deben mantener su nivel de actividad dentro de unos parámetros de seguridad para prevenir la exacerbación de los síntomas y el deterioro de la funcionalidad básica. Ejercicio graduado o forzar un aumento gradual de la actividad es peligroso y los profesionales de la medicina deben aconsejar a los pacientes cuanto descanso necesiten para evitar el agotamiento neuroimmune post-esfuerzo (ANPE).

### ME SEVERA

Los pacientes con Encefalomiелitis Miálgica severa padecen una forma más incapacitante de la enfermedad. Estos pacientes están aislados debido a la gravedad de sus síntomas y son a menudo incapaces de salir de su casa, incluso para buscar atención médica.

### ¿ES PROBABLE QUE YO TENGA ME?

Si usted ha sido diagnosticado con SFC, EM/SFC, Fibromialgia, Lyme crónico u otras enfermedades de disfunción inmune, es importante que sea evaluado en base a ME. Es difícil encontrar un profesional cualificado para diagnosticar definitivamente una Encefalomiелitis Miálgica.

La mayoría de los médicos no han sido formados en el diagnóstico de ME ni en el uso del Manual de consenso internacional (IC Primer).

MEadvocacy dispone de un cuestionario de uso sencillo en su página web [www.MEadvocacy.org](http://www.MEadvocacy.org) que puede ayudar a pacientes y médicos a tener más seguridad en la identificación de un diagnóstico sospechoso de ME. Los médicos pueden entonces valerse del manual de consenso internacional (IC Primer) para diagnosticar definitivamente Encefalomiелitis Miálgica y proseguir con el tratamiento de los síntomas para ayudar a mejorar la calidad de vida. En la página de recursos de MEadvocacy también se proporciona un enlace al Manual (IC Primer).



La Plataforma de Enfermos de Encefalomiелitis Miálgica ([plataforma.eem@gmail.com](mailto:plataforma.eem@gmail.com)) es responsable de la fidelidad en la traducción del texto original, en inglés y disponible en [www.MEadvocacy.org](http://www.MEadvocacy.org)

Nota: Hemos optado por utilizar el acrónimo en inglés (ME) para evitar confusiones con la esclerosis múltiple (en español también EM).