

CAMPAÑA DE VISIBILIDAD EN LOS HOMBRES CON FIBROMIALGIA.

El 90% de los casos de Fibromialgia se presenta en mujeres, sin embargo no se debe hacer de menos a ese 10% de hombres que convertido en números se vuelve en millones de hombres que padecen fibromialgia en el mundo. La Fibromialgia no debe ser considerada como una enfermedad de mujeres. Debido a la prevalencia la mayoría de los médicos no pueden pensar en un diagnóstico de Fibromialgia cuando atienden a un paciente varón con dolor musculoesquelético y fatiga, lo cual retrasa el diagnóstico y hace que la sociedad piense erróneamente que los hombres no sufren Fibromialgia.

Esto causa problemas especiales para los hombres que viven con ella tanto para obtener un diagnóstico, como en la búsqueda de apoyos. Por otra parte los hombres no acuden al médico, retrasan el diagnóstico debido a los estereotipos de género. Influye el miedo a ser tachados de débiles o vagos, pues a los hombres se les enseña desde pequeños a ser duros a no llorar, a no quejarse. Ellos sienten como si al sufrir Fibromialgia su masculinidad disminuyera ya que culturalmente los hombres deben ser proveedores y protectores de la familia y ahí radica el rol y diferencias de género. El dolor y las dudas hacen más difícil para un hombre mantener una relación o explicar su condición de enfermo de FM a la familia, amigos o compañeros de trabajo, lo cuál produce una espiral descendente donde callan, no hablan de dolor, sufren los síntomas y comienzan a comportarse de una manera irritante y agresiva con la gente de su alrededor. Aunque los roles de género están cambiando la FM afecta de modo diferente a los hombres y a las mujeres. Los hombres comúnmente se comportan reacios a admitir un dolor intenso o un malestar pues sienten a veces que no deben flaquear que deben aguantar su rol de alimentar, proveer y proteger a la familia a través de su trabajo. Los varones desde pequeños son socializados a no revelar sus sentimientos y sus miedos, por lo tanto son menos habituales a buscar apoyo, consejo o formar parte de alguna asociación de pacientes donde a menudo se sienten aislados cuando acuden a cualquier taller o terapia que ofrece la asociación al ser el único miembro masculino en un grupo de mujeres, lo cuál los conduce a experimentar un aislamiento y un estigma aún mayor, buscando a veces el anonimato en redes sociales y comunicación online.

¿PORQUÉ LOS HOMBRES TIENEN DIFERENTE PERFIL DE SÍNTOMAS EN FM QUE LA MUJER?.

Las diferencias hormonales en el hombre y la mujer son obvias, a menudo las crisis en la mujer están vinculadas al ciclo menstrual o acontecimientos hormonales como la menopausia. En los hombres se creó que la testosterona, la hormona masculina primaria desempeña un papel beneficioso cuando se trata del dolor en general. También existen diferencias de género en cuanto a la hormona del estrés (cortisol). Los cerebros de las mujeres no son idénticos a los de los hombres, una de las diferencias que pueden influir en lo que es la FM es cómo en cada género masculino o femenino el neurotransmisor SEROTONINA mensajero químico que juega un papel clave en la FM funciona de manera diferente produciéndose de manera natural siete veces menos en las mujeres que en los hombres.

Está claro que se necesitan más estudios de investigación para conocer la verdadera naturaleza y prevalencia de la FM en hombres ya que la experiencia de un hombre con esta enfermedad es bastante diferente a la de la mujer.

La sociedad en la que vivimos tiende a asociar la autoestima con la habilidad del individuo de ser "productivo". Como pacientes de FM bien sea hombre o mujer las expectativas de vida anteriores simplemente se vuelven irrealistas. Continuar juzgándose a uno mismo y a nuestras vidas son metas fuera de la realidad y solamente nos llevarán al desánimo y a la desesperación.

Tal como ocurre en cualquier reto en la vida AFIXA este año se propone sacar del aislamiento y la soledad a los hombres que padecen FM, que salgan de sus silencios y encuentren con quién hablar, expresar sus vivencias, sus emociones, hacer que se sientan arropados y acompañados en esta batalla que nos lleva a un viaje que sobretodo tiene que estar lleno de vida y esperanza y no de tanto dolor, soledad y frustración.