

CARTA A LA DIRECCIÓN

Tal vez no sea el camino

It may not be the way

Francesc Brull Fornt. Psicólogo. Referente de Bienestar Emocional y Comunitario. Centre d'Atenció Primària de Sant Pere. Reus. Tarragona (España)

Mireia García-Villarrubia Muñoz. Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centre d'Atenció Primària de Sant Pere. Reus. Tarragona (España)

Para contactar:

Francesc Brull Fornt.
fbrull.tgn.ics@gencat.cat

Editor/a responsable:
Micaela Llull Sarralde

El año 2023, en el ámbito de la Atención Primaria de Salud y Comunitaria, iniciamos intervenciones psicoeducativas grupales con pacientes con fibromialgia, similares a la experiencia publicada en esta misma revista¹, basada en las evidencias disponibles; es decir, con un abordaje holístico y centrado en la persona.

En estos grupos, es necesario en un primer momento que las personas hablen de los síntomas y de cómo estos influyen en su vida. En esta fase son habituales las quejas, la sensación de sentirse incomprendidas, la rabia y la tristeza. Si este primer proceso se cuida, las personas se sienten seguras para abordar su narrativa vital y relacional, lo que implica a menudo la aceptación.

En este punto, nos hemos dado cuenta de que un porcentaje significativo de narrativas alberga vivencias traumáticas de distinta índole que no han sido elaboradas previamente con trabajo terapéutico y que, en algunos casos, nunca han sido compartidas, por lo que se viven en el silencio, están desautorizadas y sentidas desde el dolor.

Nos percibimos desde un inicio como arqueólogos del trauma que, con nuestros picos y palas especiales, abrimos zanjas y sacamos tierra, delimitamos el terreno para que este no ceda y lo marcamos con nuestras cuadrículas, para después, con paletillas y pinceles, con delicadeza y cuidado, reconstruir el pasado para explicar lo olvidado, pero existente. Nuestros instrumentos son la escucha, la empatía, la comprensión, la confianza, la aceptación como antítesis de la crítica y el juicio, y junto con la persona vamos quitando capas de arena que ocultan sus experiencias. Así pues, ¿qué trabajamos, el trauma o el síntoma?

Buscamos investigaciones que corroboraban la conexión entre la fibromialgia y las experiencias traumáticas, y encontramos trabajos como los de Hudson y Pope², Häuser y sus colaboradores³, Kaleycheva y sus colaboradores⁴ o Boisset-Pioro⁵ y sus colaboradores (1995). Esto nos llevó a considerar la posibilidad de diseñar un programa paralelo para abordar los diferentes traumas subyacentes en la fibromialgia, y hoy estamos preparando este material.

La escucha es fundamental en nuestra profesión, y esta no puede estar condicionada a otros criterios. Cuando iniciamos proyectos grupales, y este no es la excepción, tenemos que ser conscientes de que estamos empezando un camino que puede llevarnos a un destino diverso y diferente del planteado y que la escucha activa y la participación de las personas es vital para identificar qué caminos se bifurcan, terminan o tienen que construirse. Trabajar situaciones que han permanecido ocultas durante años requiere tiempo y dedicación.



El contenido de Comunidad está sujeto a las condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional

Los nuevos modelos biopsicosociales, centrados en la persona y en la salutogénesis, pueden facilitar la apertura de nuevos caminos, permitiendo dar respuesta a las nuevas demandas y necesidades abiertas con la inclusión de nuevos perfiles profesionales en la Atención Primaria y que fomentan estos modelos, como son los psicólogos/psicólogas referentes de bienestar emocional y comunitario.

BIBLIOGRAFÍA

1. García-Villarrubia Muñoz M, Mas Corbella B, Esquiús Rodríguez M, Bautista Serra A. Fibromialgia fuera de la consulta, un abordaje comunitario. *Comunidad*. 2017;19(1).
2. Hudson JI, Pope HG Jr. Does childhood sexual abuse cause fibromyalgia? *Arthritis Rheum*. 1995 Feb;38(2):161-3. doi: 10.1002/art.1780380203. PMID: 7848305.
3. Häuser W, Kosseva M, Üceyler N, Klose P, Sommer C. Emotional, physical, and sexual abuse in fibromyalgia syndrome: a systematic review with meta-analysis. *Arthritis Care Res (Hoboken)*. 2011 Jun;63(6):808-20. doi: 10.1002/acr.20328. PMID: 20722042.
4. Kaleycheva N, Cullen AE, Evans R, Harris T, Nicholson T, Chalder T. The role of lifetime stressors in adult fibromyalgia: systematic review and meta-analysis of case-control studies. *Psychol Med*. 2021 Jan;51(2):177-93. doi: 10.1017/S0033291720004547. PMID: 33602373.
5. Boisset-Pioro MH, Esdaile JM, Fitzcharles MA. Sexual and physical abuse in women with fibromyalgia syndrome. *Arthritis and Rheumatism*. 1995;38(2):235-41. doi: 10.1002/art.1780380212.