

Riesgo de suicidio en personas con fibromialgia

Galán López Q. Natalia; Castillo Pimentel Eduardo

La fibromialgia es una enfermedad crónica que se caracteriza por provocar dolor generalizado, fatiga y problemas para dormir. Además, quienes la padecen suelen experimentar otros síntomas, como rigidez corporal al despertar, dificultades para concentrarse, problemas de memoria, mayor sensibilidad a estímulos como la luz, los sonidos o los olores y a menudo se presentan también ansiedad, depresión y otros problemas del estado de ánimo y/o psiquiátricos (Sarzi-Puttini et al., 2020).

El dolor ha sido ampliamente asociado al riesgo de suicidio, especialmente se ha hecho mención del “dolor psicológico” como un factor importante de riesgo (Shneidman, 1993), sin embargo, en la actualidad el dolor se ha conceptualizado como un fenómeno complejo que integra elementos biológicos, psicológicos y sociales, los cuales no pueden ser divididos (Turk & Adams, 2016), por lo tanto no es posible separar el dolor físico del psicológico, sino que debe considerarse como un fenómeno integral. Bajo esta perspectiva, se han desarrollado teorías que sitúan al dolor como un factor que incrementa significativamente el riesgo de que una persona contemple el suicidio y eventualmente lo intente (Klonsky et al., 2016; Klonsky & May, 2015; Shahnaz et al., 2020). Lo anterior se confirma al observar que las tasas de riesgo de suicidio son más elevadas en personas con dolor crónico que en la población general, siendo este riesgo aún mayor en quienes padecen fibromialgia (Jimenez-Rodríguez et al., 2014).

La alta prevalencia de suicidio en personas con fibromialgia puede explicarse parcialmente, a través de los múltiples síntomas y de los factores de riesgo que acompañan a esta enfermedad, entre los cuales se destacan:

- La creencia de “ser una carga para los demás”
- La alta comorbilidad con padecimientos como la depresión y ansiedad
- La desesperanza ante la incertidumbre del curso de la enfermedad

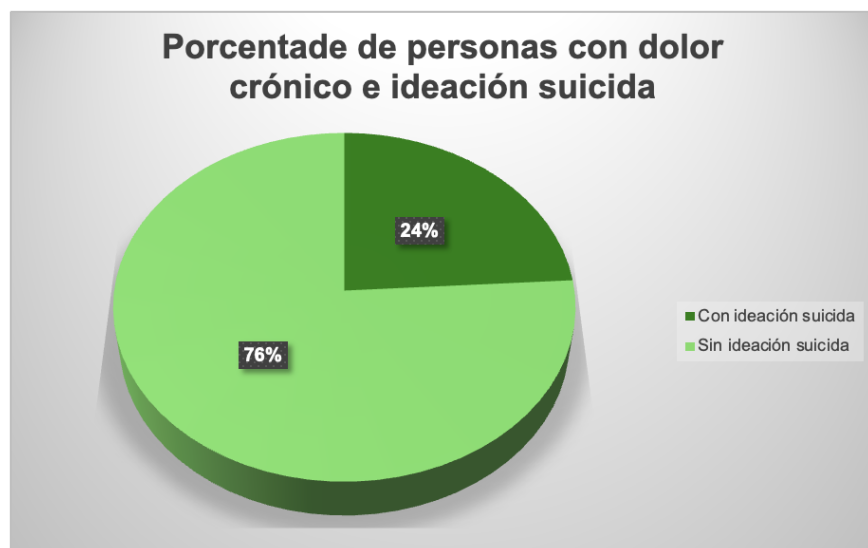
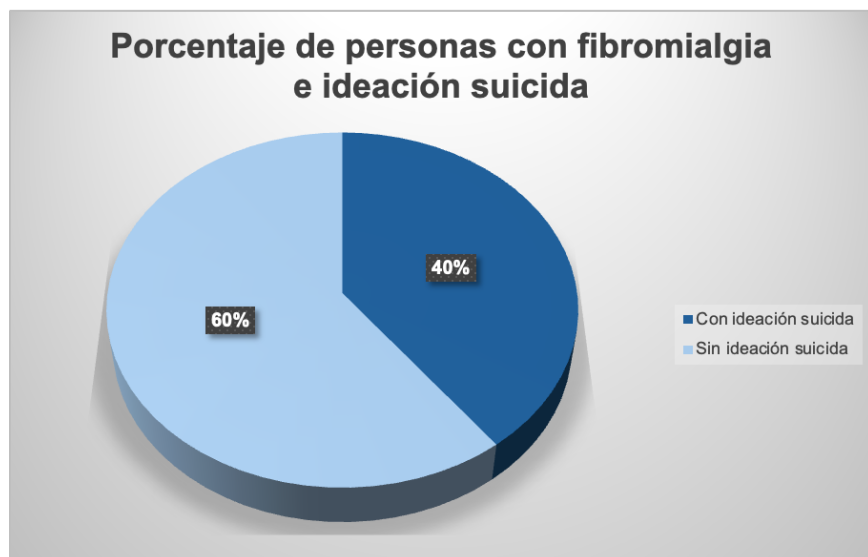
Dichos factores aumentan significativamente el riesgo de suicidio y son frecuentes en quienes viven con fibromialgia (Calandre et al., 2015; Calandre et al., 2011; Ordóñez-Carrasco et al., 2020).

Por estas razones, la Fundación Mexicana para la Fibromialgia realizó una evaluación del riesgo de suicidio en su población. Utilizando el Inventario Mexicano de Ansiedad, Depresión e Ideación Suicida (Jurado, 2017), en esta evaluación se les preguntó directamente a las personas: “¿usted piensa en suicidarse? y ¿con qué frecuencia?”.

Los datos se recopilaron entre 2021 y 2023, en total se obtuvieron respuestas de 837 personas, de las cuales 550 padecían fibromialgia y 287 otros tipos de dolor crónico.

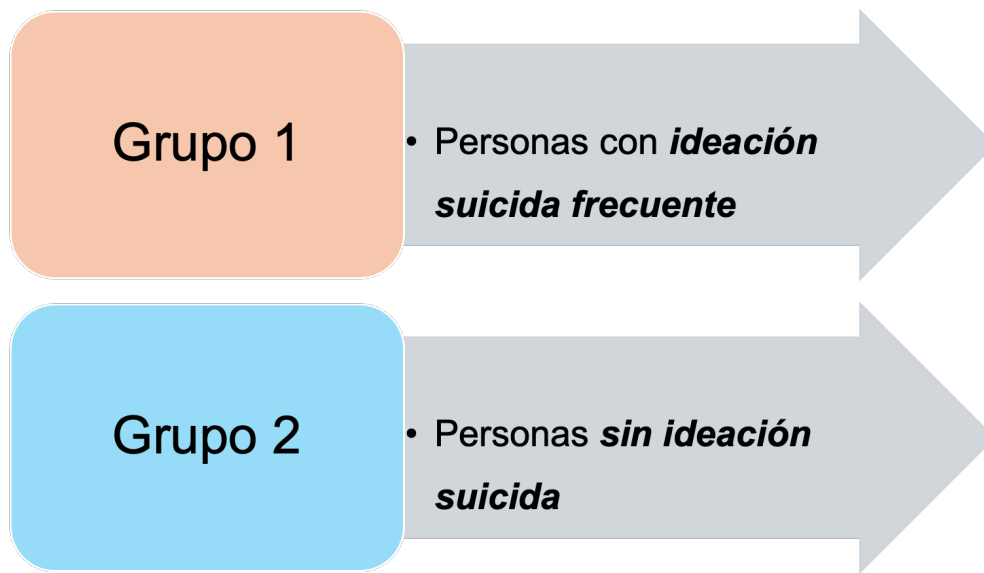


A partir del análisis de estos datos se encontró que el 34% (287 personas) de los participantes reportaron tener ideación suicida (218 personas con fibromialgia y 69 personas con otro tipo de dolor crónico).



Al comparar entre las personas con fibromialgia y aquellas con otros tipos de dolor crónico, se identificó que ambas poblaciones presentaron porcentajes similares de ideación suicida, sin embargo, quienes padecen fibromialgia tienen estos pensamientos de manera más persistente. Adicionalmente, se identificó mayor afectación del grupo con fibromialgia en áreas como la intensidad del dolor y la discapacidad física, lo cual, a su vez se asocia con la dificultad para manejar los síntomas de la enfermedad y aumenta la vulnerabilidad al riesgo de suicidio.

Del total de participantes, el 23% (190 personas) indicó que los pensamientos relacionados al suicidio les ocurrían "de vez en cuando", mientras que el 2% (21 personas) informaron que pensaban en suicidarse de manera "constante". A partir de esta información, se dividió a la muestra en dos grupos, con el propósito de identificar los elementos que los diferencian.



Se identificó que el grupo de personas con *ideación suicida frecuente* tienen las siguientes características:

- Mayor intensidad del dolor
- Mayores dificultades del sueño (especialmente de sueño no reparador)
- Altos niveles de discapacidad para funcionar en su vida diaria
- Evitan el involucrarse en muchas actividades y relaciones debido al dolor
- Mayores niveles de depresión

Lo anterior nos permite comenzar a identificar que las personas con fibromialgia que tienen mayor descontrol sintomático, mayores niveles de depresión y mayor evitación de actividades y de interacciones sociales, podrían estar también en ***mayor riesgo de suicidio***.

Los resultados obtenidos han sido de suma importancia, tanto para conocer mejor a la población con la que trabajamos día a día, como para mejorar el trabajo que se desarrolla en la fundación. Esta información nos ha permitido identificar el gran riesgo en el que se encuentran las personas que conforman a nuestra comunidad y en consecuencia, nos encontramos trabajando sobre las pautas específicas de prevención y atención ante esta problemática, por ejemplo:

- El desarrollo de una evaluación específica para detectar el riesgo de suicidio
- La creación de protocolos de intervención en crisis para el personal de salud
- La capacitación de todo el personal de psicología para poder brindar intervenciones cada vez más eficientes y ajustadas a las necesidades de la comunidad.
- Y la difusión de información relacionada con el suicidio a través de nuestros medios de comunicación.

El riesgo de suicidio es un problema latente en las personas que viven con dolor crónico y especialmente, en quienes padecen fibromialgia. Lo anterior es el resultado de las múltiples vulnerabilidades a las que están expuestas las personas con estos padecimientos, en la mayoría de los casos las experiencias de trauma (físico y psicológico), violencias y estrés crónico inician desde la infancia y se sostienen hasta la edad adulta.

Es muy importante poseer recursos para salvaguardar la vida de las personas que piensan en quitarse la vida, si bien la intervención individual y multidisciplinaria es necesaria para disminuir el malestar de las personas, también resulta importante contar con líneas de atención en caso de emergencia. En México existen programas como la línea de la vida (800 911 2000) un servicio telefónico gratuito, disponible las 24 horas del día, los 365 días del año para brindar atención a este tipo de emergencias.

Si usted está pasando por una crisis relacionada con “ideación suicida” o conoce a alguien que atraviesa por esta situación, no dude en buscar apoyo especializado.

Referencias

- Calandre, E. P., Navajas-Rojas, M. A., Ballesteros, J., Garcia-Carrillo, J., Garcia-Leiva, J. M., & Rico-Villademoros, F. (2015). Suicidal ideation in patients with fibromyalgia: a cross-sectional study. *Pain practice: the official journal of World Institute of Pain*, 15(2), 168–174. DOI: 10.1111/papr.12164
- Calandre, E. P., Vilchez, J. S., Molina-Barea, R., Tovar, M. I., Garcia-Leiva, J. M., Hidalgo, J., Rodriguez-Lopez, C. M., & Rico-Villademoros, F. (2011). Suicide attempts and risk of suicide in patients with fibromyalgia: a survey in Spanish patients. *Rheumatology (Oxford, England)*, 50(10), 1889–1893. DOI: 10.1093/rheumatology/ker203

- Jurado, S. (2017). *Inventario Mexicano de Ansiedad, Depresión e Ideación Suicida: Manual para aplicación y calificación*. Facultad de Psicología, UNAM: México.
- Klonsky, E. D., & May, A. M. (2015). The Three-Step Theory (3ST): A New Theory of Suicide Rooted in the “Ideation-to-Action” Framework. *International Journal of Cognitive Therapy*, 8(2), 114–129. doi:10.1521/ijct.2015.8.2.114
- Klonsky, E. D., May, A. M., & Saffer, B. Y. (2016). Suicide, Suicide Attempts, and Suicidal Ideation. *Annual Review of Clinical Psychology*, 12(1), 307–330. DOI: 10.1146/annurev-clinpsy-021815-093204
- Ordóñez-Carrasco, J. L., Sánchez-Castelló, M., Calandre, E. P., Cuadrado-Guirado, I., & Rojas-Tejada, A. J. (2020). Suicidal Ideation Profiles in Patients with Fibromyalgia Using Transdiagnostic Psychological and Fibromyalgia-Associated Variables. *International journal of environmental research and public health*, 18(1), 209. DOI: 10.3390/ijerph18010209
- Sarzi-Puttini, P., Giorgi, V., Marotto, D., & Atzeni, F. (2020). Fibromyalgia: an update on clinical characteristics, aetiopathogenesis and treatment. *Nature reviews. Rheumatology*, 16(11), 645–660. DOI: 10.1038/s41584-020-00506-w
- Shahnaz, A., Bauer, B. W., Daruwala, S. E., & Klonsky, E. D. (2020). Exploring the scope and structure of suicide capability. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 50(6), 1230–1240. doi:10.1111/sltb.12686
- Shneidman, E. S. (1993). *Suicide as psychache: A clinical approach to self-destructive behavior*. Northfield, NJ: Jason Aronson
- Turk, D. C., & Adams, L. M. (2016). Using a biopsychosocial perspective in the treatment of fibromyalgia patients. *Pain Management*, 6(4), 357–369. doi:10.2217/pmt-2016-0003