

Influencia de la terapia craneosacral en la fibromialgia

Influence of Craniosacral Therapy on Anxiety, Depression and Quality of Life in Patients with Fibromyalgia, Guillermo A. Mataran-Penarrocha¹, Adelaida María Castro-Sanchez, Gloria Carballo Garcia, Carmen Moreno-Lorenzo¹, Tesifon Parron Carreno, and María Dolores Onieva Zafra, eCAM Advance Access published online on September 3, 2009, eCAM, doi:10.1093/ecam/nep125.

Métodos

Se reclutaron pacientes con FM sometidos a terapia farmacéutica entre los miembros de la Asociación de Fibromialgia de Almería. Los criterios de exclusión eran presencia de enfermedad física y/o psicológica, infección, fiebre, hipotensión, enfermedades de la piel o alteraciones respiratorias que podrían limitar la aplicación de los tratamientos.

De los 376 pacientes accesibles. Se asignaron de manera aleatoria a 104 al grupo de intervención (n = 52) o al de placebo (n = 52).

Intervención

El grupo intervención fue sometido a un protocolo de terapia craneosacral, con 2 sesiones semanales de 1 hora durante 25 semanas. Esta terapia consiste en aplicar una tracción manual muy suave en los huesos del cráneo en postura flexión o extensión del ciclo craneosacral. Las metas eran contribuir al restablecimiento del movimiento normal de los huesos craneales y intervenir en el sistema nervioso autónomo mediante la liberación de las restricciones de huesos y membranas.

El grupo placebo fue sometido a dos sesiones semanales de 30-minutos de un tratamiento ultrasonido falso.

Resultados

Durante el estudio abandonaron 9 pacientes del grupo intervención y 11 del grupo placebo.

35 semanas después de la intervención

A las 35 semanas el grupo de intervención mostraba significativas mejorías en la ansiedad. En el grupo placebo no se observaban cambios. El grupo de intervención también mostraba una significativa mejoría del funcionamiento físico, el papel físico, dolor corporal, salud general, vitalidad, sueño (duración y alteraciones) y funcionamiento social.

Seis meses después de la intervención

El grupo de intervención mostraba una significativa mejoría en su funcionamiento físico. El grupo placebo no mostraba diferencias. Los grupos diferían significativamente en el funcionamiento físico, vitalidad, duración del sueño, eficacia habitual del sueño y alteraciones del sueño.

1 año después de la intervención

Un año más tarde el grupo de intervención mostraba una significativa mejoría (versus base) en la duración del sueño, eficacia habitual del sueño y disfunción diaria.

Conclusiones

El estudio presente demuestra que la terapia craneosacral mejora la calidad de vida de los pacientes con fibromialgia, reduciendo su percepción de dolor y fatiga y mejorando su descanso nocturno y ánimo, con un incremento del funcionamiento físico. Nuestro protocolo de terapia craneosacral también reduce el nivel de la ansiedad, mejorando parcialmente el estado depresivo.

Esta modalidad de terapia manual tiene que considerarse como terapia complementaria dentro de un abordaje multidisciplinar a estos pacientes, que incluye también tratamientos farmacéuticos, fisioterapéuticos, psicológicos y sociales.

PLATAFORMA NACIONAL PARA FM, SFC, SQM - MADRID