

# Fibromialgia y Vitamina D

## Severidad de los síntomas de la fibromialgia y aspectos psicosociales en pacientes con fibromialgia con hipovitaminosis D; un estudio prospectivo mediante un cuestionario

R Souza , G Lin , T Oh , A Vincent , W Orhurhu , L Jiang , W Mauck , W Qu  
Mayo Clinic Rochester Minnesota , USA . Pain Medicine . 2020 December 25 ;21 (12):3470-2478

El objetivo fue **evaluar la asociación entre hipovitaminosis D**, y la evolución y severidad de los síntomas, desórdenes del humor, fatiga y calidad de vida en pacientes con fibromialgia (FM).

### Métodos:

593 pacientes con FM fueron evaluados por un cuestionario de mayo de 2012 a noviembre de 2013. Los pacientes que tuvieron niveles menores a 25 ng/ml fueron considerados como portadores de hipovitaminosis D. El objetivo primario fue **evaluar la severidad de los síntomas de FM mediante un cuestionario FIQ-R** y el secundario incluyó calidad de vida (SF-36), fatiga, (MFI-20), ansiedad (GAD-7) y depresión (PHQ-9). Tests independientes, como T-test y chi cuadrado fueron aplicados para variables continuas y categóricas, respectivamente. El análisis de regresión fue realizado de acuerdo a edad, género, índice de masa corporal, etnia y estación anual.

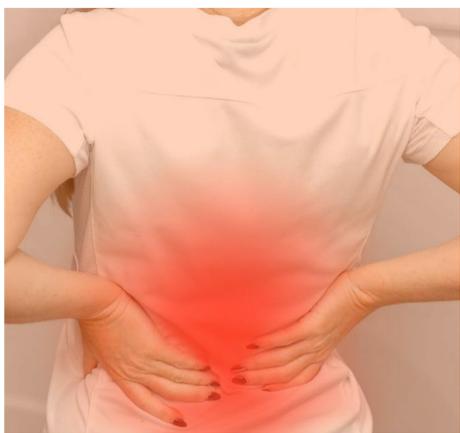
Un análisis *post hoc* **examinó la correlación entre evolución y niveles de vitamina D** (ng/ml) como una variable continua.

### Resultados:

122 pacientes (20.6 %) tuvieron hipovitaminosis D. En nuestro análisis de regresión ajustado, el score FIQ-R total en pacientes con hipovitaminosis D fue más elevado, comparado con controles con niveles normales de vitamina D (57.85 +/- 18.09 vs. 62.79 +/- 18.10,  $P= 0.04$  ). El análisis de regresión múltiple reveló valores más elevados de GAD-7 ( $P= 0.01$ ) y de PHQ-9 ( $P=0.04$ ) en pacientes con hipovitaminosis D, comparado con controles. **No hubo diferencias en cuanto a la severidad de la depresión o ansiedad, ni en índices de fatiga o indicadores de calidad de vida.** Los análisis *post hoc* no ajustados revelaron que, a medida que los niveles de vitamina D aumentaron, hubo una asociación a valores más bajos de FIQ-R (coeficiente beta= -11 ,  $P= 0.02$ ) y menores valores de SF-36 (beta coeficiente= -10,  $P= 0.03$ ). Análisis *post hoc* ajustados no revelaron asociación alguna.

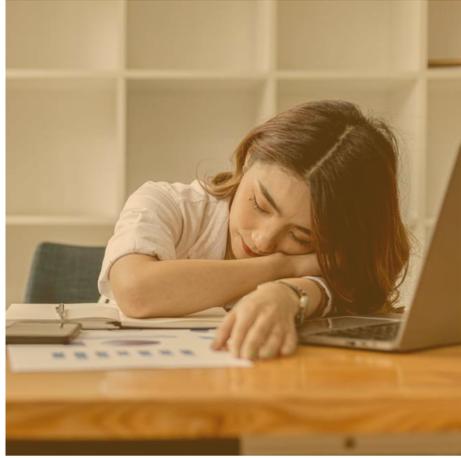
**Conclusión:** la hipovitaminosis D puede ser un factor de riesgo para desarrollar más severidad en los síntomas de la fibromialgia, ansiedad y depresión en pacientes con fibromialgia.

## Comentario del Dr. Osvaldo Messina Especialista en Reumatología



Este artículo reafirma una vez más que los pacientes con hipovitaminosis D pueden presentar cuadros clínicos muy similares a la FM y que los pacientes con FM genuina agravan sus síntomas si presentan hipovitaminosis D, por lo cual es mandatorio asegurar niveles de vitamina D mayores a 30 ng/ml en sangre mediante suplementos de vitamina D. El interesante cuadro adjunto confeccionado por el Dr. Luis F Vidal Neira, de Lima, Perú, **muestra similitudes y diferencias entre la clínica de hipovitaminosis D y la fibromialgia**; por tanto, es altamente aconsejable determinar niveles de vitamina D en todo paciente que consulte por dolor musculoesquelético crónico y generalizado.

Es ampliamente conocido el hecho de que el déficit de vitamina D, sobre todo cuando es severo, puede manifestarse como dolor óseo, en especial bimalleolar y muscular generalizado con dolor a la compresión de masas musculares e inclusive con debilidad muscular, tanto proximal, como distal.



Así mismo, en el cuadro comparativo del Dr. Vidal, se ejemplifican claramente las similitudes y diferencias entre el déficit de vitamina D y la fibromialgia. De todas maneras, **es muy importante ante un paciente que consulta por dolor musculoesquelético crónico y generalizado dosar vitamina D** y mantener los niveles plasmáticos entre 30 y 40 ng/ml.

Por otra parte, los pacientes con fibromialgia tienen limitada su movilidad y la exposición solar; además, algunos pacientes con este padecimiento también presentan depresión y síndrome de fatiga crónica, por lo que tienden a exponerse menos al sol y a la realización de actividad física. **Estos cuadros asociados cursan con hipovitaminosis D y pueden mejorar con la suplementación de esta vitamina.**

Sintoma/signo	Fibromialgia	Deficiencia vitamina D
Mialgias, artralgias	✓	✓
Fatiga	✓	✓
Calidad de vida deteriorada	✓	✓
Intolerancia al ejercicio	✓	✓
Desórdenes cognitivos	✓	✓
Cefalea	✓	✓
Debilidad muscular	-	✓
Pobre función muscular	✓	✓
Ansiedad, depresión	✓	✓
Puntos dolorosos	✓	-
Dolor a la palpación	Puntos dolorosos	Tibia, esternón, muñeca

Video



# VitaminaD3Asofarma  
EvitaLaTomaDiaria  
ComodidadAl100

Para mayor información sobre esta publicación y/o vitamina D en monodosis, favor de enviar un correo a [informacionmedica@asofarma.com.mx](mailto:informacionmedica@asofarma.com.mx) y para reportar un evento adverso a [farmacovigilancia@asofarma.com.mx](mailto:farmacovigilancia@asofarma.com.mx)



ASOFARMA