



- ["La Fibromialgia. Nutrición y calidad de vida"](#)

Autora: Dra. Laura Isabel Arranz

Resumen del libro:

Qué es la fibromialgia? Por qué se produce? Es posible mejorar sus síntomas? Qué puede hacer el paciente de fibromialgia para contribuir en la mejora de su enfermedad? Cómo influye la dieta? Laura Isabel Arranz, farmacéutica con gran experiencia en nutrición, responde a todas estas preguntas en este libro, nacido del estudio ENCAVI, en el que basó su tesis doctoral. Dada la estrecha relación que existe entre la fibromialgia y la alimentación, la autora dedica buena parte del libro a explicar por qué algunos alimentos favorecen la proliferación de efectos negativos en la enfermedad, y cuáles, en cambio, pueden mejorar el proceso de la afección. El resultado es una obra rigurosa, accesible y comprensible, imprescindible en cualquier familia con algún miembro que padezca fibromialgia. Incluye una parte final con recetas fáciles, sanas y prácticas para aprender a relacionarse mejor con la alimentación diaria y saber mantener el equilibrio, que nos llevará a la calidad de vida que todos deseamos

- ["Guía Práctica Clínica sobre el Síndrome de Fibromialgia para Profesionales de la Salud"](#)

Autores: D.Munguia y C. Alegre

Año 2007

Resumen del libro:

Elaborado por un comité de expertos, su objetivo fundamental es proporcionar una guía para ayudar al diagnóstico, tratamiento, valoración, seguimiento e investigación de los pacientes con SMF, un trastorno muy frecuente en la población.

- ["Tratado de Fibromialgia"](#)

Autor: Dr. Benigno Casanueva (Reumatólogo)

- ["La Fibromialgia y el Síndrome de Fatiga Crónica"](#)

Autor: Farah Voss

Año 2007

Resumen del libro:

La fibromialgia es una enfermedad crónica cuya causa la ciencia médica no ha logrado determinar todavía. Su aparición se debe a múltiples factores, si bien se ha comprobado estadísticamente que un traumatismo físico o psíquico pueden desencadenar esta dolencia.

Se caracteriza, según se constata en los testimonios de los pacientes entrevistados en este libro, por dolores difusos en todo el cuerpo, fatiga crónica, trastornos del sueño, ansiedad, molestias digestivas y otros síntomas varios. La mayoría de pacientes se quejan de que se han sentido incomprendidos porque ningún signo externo avala su sufrimiento y tampoco los exámenes médicos son resolutivos en su diagnóstico.

- ["Aprender a vivir con Fibromialgia"](#)

Autores: Dr. Javier García Campayo y Dra. Aida Pascual

Año: 2005

- ["Fibromialgia: Cuando el dolor se convierte en enfermedad"](#)

Autor: Manuel Martínez Lavín

Año 2006

Resumen del libro:

Siguiente título de las Guías Prácticas de Saber Vivir, dedicado a esa enfermedad tan desconocida que es la fibromialgia. En este libro se explica qué es la fibromialgia, cuáles son las molestias que causa, cómo se puede diagnosticar y cuál es su tratamiento actual. El objetivo es también discutir los intrincados mecanismos que destan y mantienen la enfermedad. Por las características peculiares de ésta, es necesario abordar también temas colaterales, como la investigación científica, el efecto placebo, la medicina complementaria y la charlatanería.

- ["Fibromialgia. La verdad desnuda"](#)

Autores: Victor Claudín, autor de "*Me llamo Marta y soy fibromiálgica*", y Dr. Ferrán García-Fructuoso autor de "*Abriendo camino, Principios Básicos de Fibromialgia, Síndrome de Fatiga Crónica e Intolerancia Química Múltiple*"

Año 2008

Resumen del libro:

"Un dolor que se pasea por el cuerpo". Así define una mujer con fibromialgia esta enfermedad que en los últimos años se ha convertido en una de las más controvertidas y presentes en la sociedad. Todo el mundo habla de ella aunque nadie sabe con exactitud en qué consiste. Lo mismo ocurre con el síndrome de fatiga crónica y con la sensibilidad química múltiple; tres males que no sólo provocan el sufrimiento de las personas que los padecen, sino que van acompañados de la incompreensión, los prejuicios y el abandono de gran parte de la clase médica, así como de las instituciones y, en muchas ocasiones, incluso de sus familiares y amigos.

El sentido y auténtico testimonio de unos treinta enfermos nos acerca en estas páginas a su vida cotidiana, a sus problemas y preocupaciones, a sus anhelos concretos, proporcionando una visión global de la fibromialgia y aclarando cada uno de los aspectos médicos. El periodista Víctor Claudín, autor del libro *Me llamo Marta y soy fibromiálgica* –publicado con éxito por La Esfera–, y el doctor Ferrán García-Fructuoso, jefe del servicio de Reumatología de la Clínica CIMA de Barcelona, han aunado sus conocimientos con el fin de facilitar la vida a las personas que sufren estas enfermedades y llamar la atención a quienes pueden procurarles un mayor bienestar.

- ["Me llamo Marta y soy Fibromiálgica"](#)

Autor: Victor Claudín.

Año 2002

Resumen del libro

"Me llamo Marta y soy fibromiálgica." Así se presenta la protagonista de este libro, cuyo estremecedor testimonio nos permite conocer la realidad de una enfermedad crónica de la que se sabe muy poco. Una enfermedad de origen desconocido que se supone afecta en España a un 3 por ciento de la población, mayoritariamente mujeres, y que produce síntomas dispares: dolores intensos por todo el cuerpo, ansiedad, desórdenes del sueño, depresión, agotamiento extremo, pérdida de memoria, migrañas, vértigos... El periodista y escritor Víctor Claudín, pareja de Marta, nos relata cómo transcurre el día a día de una paciente de fibromialgia; cómo se hace frente a un mal fantasma, casi invisible, que muchos médicos incluso niegan; cuáles son los conflictos familiares y laborales que van surgiendo con el tiempo; qué papel juega la Red en el intercambio de experiencias y esperanzas entre las «fibros», buenas amigas cuya correspondencia se reproduce en estas páginas... Un documento personal de enorme valía que quiere ser una voz de alarma sobre la dramática e injusta situación que rodea a las personas que padecen esta enfermedad.

- ["Fibromialgia. Un antes y un después"](#)

Autor: Isabel Sánchez Sánchez

Resumen del libro:

Testimonio de una afectada de Fibromialgia: "Mi nombre es Isabel, tengo 45 años, un esposo precioso y dos hijos nacidos de nuestro amor Daniel y Samuel. En este libro que escribo, solo pretendo transmitir ánimo, consuelo y esperanza para aquellos que como yo siguen luchando y combatiendo cada día esta enfermedad, como es la Fibromialgia y también para aquellos que no la tienen, pero quizás se vean identificados en alguna parte de este libro. A todos deseo que os sea agradable poder leer este libro."

- ["Nuevos retos en la consulta. ¿Qué hacer ante la Fibromialgia, el Síndrome de Fatiga Crónica-EM y las Sensibilidades Químicas Múltiples?. Manual de Comunicación."](#)

(Enlace para descargar en formato pdf - *NOTA: Autorizada la divulgación de esta obra por sus autores*)

Autores: Clara Valverde, Iñaki Markez, Cristina Visiers

Extracto: "*Este manual no pretende reemplazar los libros de texto, los artículos ni los protocolos sobre estas enfermedades. El objetivo de esta publicación, nuestro deseo, es poder animar a los profesionales sanitarios a empezar a conocer estas patologías y, además, a familiarizarse con la realidad de los pacientes que viven con ellas. Y como gran parte del seguimiento de la FM, de las SQM y del SFC-EM depende de la calidad de la comunicación que el profesional lleva a cabo con el paciente, es muy importante que el profesional se comunique con los pacientes con la mayor eficacia posible y teniendo en cuenta su complejidad.*

Este manual pretende ayudar a lograr estos objetivos y facilitar la no siempre fácil tarea de trabajar con las personas que sufren estas nuevas enfermedades.

La falta de tiempo es un factor determinante en el trabajo de todo profesional sanitario. Por eso ofrecemos ideas y herramientas para, en el mínimo tiempo posible, realizar intervenciones cortas que puedan ayudar al paciente con la FM, con el SFC-EM y las SQM."

Extraído de la página N° 13

- [Casa del Libro](#)
- [Librería Cervantes](#)
- [Iberlibro](#)

Creado el 12/05/2009

Última actualización el 26/06/2019