

Redes de contención: el avance de San Rafael en el abordaje multidisciplinario de la fibromialgia

25/03/2026



La fibromialgia ha dejado de ser esa «dolencia invisible» para convertirse en una realidad diagnosticable que afecta a miles de personas, transformando sus rutinas en una batalla diaria contra el dolor crónico. En San Rafael, la comunidad ha dado un paso histórico con la creación de espacios de contención y atención multidisciplinaria. **Verónica Medaura, referente local y activa impulsora de estos encuentros**, relata en primera persona cómo es convivir con un síndrome que no solo duele en los músculos, sino que impacta en la memoria, la vista y el ánimo. En diálogo con **FM Vos 94.5**, celebró que el departamento sea pionero en Mendoza al ofrecer servicios gratuitos en todos los centros de salud municipales, mientras invita a las nuevas

charlas de apoyo que comienzan este jueves.

Aunque durante años se la vinculó erróneamente con cuadros puramente emocionales, la ciencia ha validado la fibromialgia como un síndrome con marcadores físicos claros. **«La fibromialgia llega a tu vida de distintas maneras: por un trauma físico, por el paso del tiempo o situaciones de estrés, pero no es algo meramente emocional. Hoy ya se puede diagnosticar mediante resonancias magnéticas y análisis de sangre que muestran la inflamación crónica. Antes se creía que era una afección exclusiva de mujeres, pero hoy vemos a muchísimos hombres, adolescentes y hasta niños padeciéndola»**, comentó Medaura. «Es un cambio de vida rotundo; uno extraña la vida que tenía antes, la energía para hacer un día de campo o trabajar sin descanso, y ese duelo suele aislarnos porque no todo el mundo entiende lo que padecemos», expresó.

El mapa del dolor: más que una molestia muscular

Vivir con fibromialgia implica convivir con una constelación de síntomas que afectan casi todos los sentidos y funciones del cuerpo, transformando la rutina diaria en un desafío constante de adaptación. La afección se manifiesta a través de un dolor multisistémico que no da tregua. **«Tenemos dolores desde la cabeza hasta los pies, permanentemente. No se limita a los músculos; afecta también las articulaciones, la piel y hasta el funcionamiento de los intestinos»**, explicó Medaura.

Esta omnipresencia del malestar físico es lo que suele agotar las reservas de energía de quienes la padecen, ya que el cuerpo permanece en un estado de alerta constante. A esto se suma un profundo impacto cognitivo y sensorial, conocido entre los pacientes como «nieblas mentales». Medaura describió situaciones cotidianas que se vuelven complejas. «Estamos conversando y de golpe nos quedamos en blanco, perdemos el hilo de lo que decíamos. También afecta la vista; hay mañanas en las que nos levantamos viendo nublado, como una neblina que recién se regulariza con el correr de las horas», contó.

Sin dudas, estos episodios dificultan tareas que requieren concentración, como estudiar o desempeñar responsabilidades laborales con normalidad. Finalmente, la fatiga crónica aparece como el síntoma más invalidante. «A veces nos invade un cansancio extremo, como si hubiéramos corrido una maratón sin habernos movido de la silla», señaló la referente sanrafaelina. Dicha sensación de agotamiento absoluto, que no se repara con el sueño común, es lo que lleva a muchas personas a ocultar su condición por miedo a ser juzgadas o no ser aceptadas en sus ámbitos de trabajo, ante la imposibilidad de mantener el ritmo de productividad exigido por el entorno.



Vivir con fibromialgia implica convivir con una constelación de síntomas que afectan casi todos los sentidos y funciones del cuerpo, transformando la rutina diaria en un desafío constante de adaptación

San Rafael, pionero en atención multidisciplinaria

Ante la falta de una ley nacional o provincial, el municipio local ha implementado un sistema de salud que busca aliviar la carga económica y física de los pacientes. **«Estamos muy orgullosos porque San Rafael es el primer departamento en todo Mendoza que ofrece este servicio integral. Todos los centros de salud municipales, tanto de la ciudad como de los**

distritos, ya están comunicados para atender a pacientes con fibromialgia. Ofrecemos atención multidisciplinaria: medicina clínica, reumatología, kinesiología y radiografías», resaltó la entrevistada.

«Lo más importante es que, tengan o no obra social, los pacientes no pagan coseguro. Sabemos que hay gente que tiene mutual, pero no le alcanza el dinero para las consultas frecuentes que requiere esta patología; aquí el servicio ya está habilitado para todos», añadió.

Un espacio de encuentro: charlas cada 15 días

La contención emocional se ha vuelto un pilar tan vital como la asistencia médica en el tratamiento de la fibromialgia en San Rafael. Por este motivo, se ha dispuesto un lugar físico de referencia orientado exclusivamente a compartir experiencias, brindar asesoramiento y romper con el aislamiento que suele imponer el dolor crónico. Estos encuentros tienen una dinámica de asistencia espontánea, sin necesidad de inscripción previa ni trámites administrativos. **«Es un lugarcito privado para nosotros, diseñado para hablar, informarnos y, por qué no, compartir unos mates entre quienes realmente entendemos lo que es vivir con dolor las 24 horas»,** dijo Medaura.

El lugar y horario definido para estas reuniones es el Centro Modular Sanitario, ubicado en la calle General Paz 841, los jueves de 16:00 a 18:00 horas, con una frecuencia quincenal. El objetivo principal de este espacio es fortalecer la resiliencia de los pacientes a través del conocimiento y el apoyo mutuo. «Buscamos hacer visible lo invisible; vamos a traer especialistas, psicólogos y médicos que nos ayuden a entender la patología, pero también buscamos la fuerza que surge naturalmente de escucharnos entre pares», señaló la referente local al final de la entrevista.

Según Medaura, la clave del bienestar reside en no atravesar

el proceso en soledad, transformando un espacio de salud en un refugio donde la empatía y la información técnica se combinan para mejorar el día a día de la comunidad sanrafaelina.