

Papel de las cogniciones disfuncionales sobre el sueño en la baja calidad del sueño informada por los pacientes con fibromialgia (pp. 699-718)

Elena Miró, M. Pilar Martínez, Ana I. Sánchez, Germán Prados y Fabián N. Diener
Universidad de Granada (España)

La mayoría de pacientes con fibromialgia (FM) presenta un notable problema de insomnio, que suele contemplarse como una mera consecuencia del dolor. Uno de los principales factores de mantenimiento del insomnio crónico son las creencias disfuncionales sobre el sueño, aunque ningún estudio ha analizado la posible contribución de dichas creencias a los problemas del sueño observados en la FM. En esta investigación 90 mujeres con FM y 70 mujeres sanas completaron diversas medidas de autoinforme sobre sueño, dolor, estado de ánimo y funcionamiento diario. Se observó que ambos grupos se diferencian de forma significativa en todas las variables, asociándose la peor calidad del sueño del grupo clínico a más dolor, depresión, ansiedad y menor nivel de funcionamiento. Además, las pacientes con FM muestran más creencias disfuncionales sobre el sueño que correlacionan significativamente con diversas medidas. La intensidad del dolor, la depresión y las creencias disfuncionales sobre las consecuencias del insomnio en la salud son predictores significativos de pobre calidad del sueño. Se debaten las implicaciones de los resultados de cara al actual tratamiento de la FM.