

MANEJO DE LA ARTRITIS REUMATOIDE

¿Qué Es Artritis Reumatoide?

La artritis reumatoide (AR) es una enfermedad crónica (a largo plazo) que produce inflamación (hinchazón, enrojecimiento) que lleva a dolor, rigidez, e hinchazón de las articulaciones. Las áreas afectadas más a menudo son las manos, las muñecas, los pies, y las rodillas. Menos comunes son las afecciones de otras partes del cuerpo, como los pulmones, los ojos, el corazón, los vasos sanguíneos, la piel, y los nervios. La AR puede afectar la habilidad para realizar las actividades de la vida diaria. La AR de las manos puede afectar la escritura, abrir frascos, vestirse, y sostener objetos. La artritis que afecta las caderas, las rodillas, o los pies puede dificultar la marcha, doblar el cuerpo, o estar de pie.

La AR afecta un 1% a 5% de los adultos en el mundo entero. La AR se presenta dos a tres veces más en mujeres que en hombres. Ésta es más común en mujeres en edad de concebir.

No existe cura para la AR, pero con tratamiento las personas que padecen AR pueden llevar una vida plena.

¿Cuál Es la Causa de la AR?

La AR es un trastorno autoinmune. Autoinmune significa que el sistema inmunológico (combate infecciones) del cuerpo ataca las células sanas. Algunos factores heredados y ambientales pueden aumentar las posibilidades que una persona padezca AR, pero la causa exacta es desconocida. La AR no es contagiosa.

¿Cuáles Son los Síntomas de la AR?

Los síntomas más comunes son dolor y rigidez de las articulaciones que es peor en la mañana después de despertar y después de estar sentado por un largo tiempo. Usualmente, la rigidez

mejora con el movimiento. Los síntomas tienden a ir y venir y pueden ser leves a severos. Otros síntomas son ardor o picazón en los ojos, cansancio, úlceras en las piernas, falta de apetito, entumecimiento y hormigueo, dificultad para respirar, nódulos en la piel, debilidad, y fiebre. Las articulaciones pueden presentar enrojecimiento, hinchazón, dolor, deformidad, y calor. La pauta de las articulaciones afectadas es simétrica, más a menudo en las articulaciones de la muñeca y los dedos.

¿Cómo Se Diagnostica la AR?

El médico hace la historia médica, examina las articulaciones, y ordena pruebas y posiblemente rayos-x. Las pruebas pueden ser la velocidad de sedimentación de los eritrocitos (ESR), la cual mide el nivel de inflamación; un cuadro hemático completo (CHC); y otras pruebas llamadas factor reumatoide (FR) y péptidos citrulinados anti-cíclico (anti-CCP) anticuerpos. Algunas veces, se examina el fluido de una articulación.

¿Cuál Es el Tratamiento para la AR?

La mejor manera para manejar la AR es el uso de medicinas, diferentes terapias, ejercicio, educación, y realización lenta de las actividades para evitar la fatiga. Las medicinas llamadas drogas antiinflamatorias no esteroides (NSAIDs), como el naproxeno y el ibuprofeno, reducen el dolor y la hinchazón. Las medicinas que modifican la enfermedad como el metotrexato e hidroxicloroquina pueden hacer más lento el progreso de la AR y deben tomarse desde el comienzo. Los agentes biológicos tales como infliximab, adalimumab, y tocilizumab también son efectivos en la disminución de progresión de la enfermedad.

Es esencial aprender acerca de la AR. El ejercicio es importante para mejorar el movimiento de las articulaciones y para la fuerza muscular. La actividad y el descanso pueden aliviar la fatiga. La terapia física y los ejercicios especiales pueden ayudar a mejorar los síntomas, al igual

que los baños calientes, las lámparas de calor, las compresas calientes, y los tratamientos de hidromasaje. Las férulas pueden proteger las articulaciones. Algunas veces, es necesario realizar cirugía para reparar una articulación.

Qué DEBE y NO DEBE Hacer para Manejar la AR

- ✓ **DEBE** informar al médico todos sus problemas médicos.
- ✓ **DEBE** tomar las medicinas en la forma recetada.
- ✓ **DEBE** informar al médico si está en embarazo o si planea quedar en embarazo.
- ✓ **DEBE** bajar de peso si tiene sobrepeso.
- ✓ **DEBE** hablar con alguien para ayudar a aliviar el estrés.
- ✓ **DEBE** hacer ejercicio.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene efectos secundarios a las medicinas o si el tratamiento no alivia el dolor, la hinchazón, o la fatiga.
- ✓ **DEBE** llamar al médico o ir a la sala de emergencia inmediatamente si tiene fiebre y una articulación roja y caliente.
- ⊗ **NO DEBE** dejar de tomar las medicinas o cambiar la dosis porque se siente mejor a menos que el médico así lo diga.
- ⊗ **NO DEBE** dejarse deteriorar.
- ⊗ **NO DEBE** tomar alcohol en exceso durante el tratamiento.

DEL ESCRITORIO DE

NOTAS

PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- Arthritis Foundation: Tel: (800) 283-7800; Website: <http://www.arthritis.org>
- American College of Rheumatology: Tel: (404) 644-3777; Website:
<http://www.rheumatology.org>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.