



HOJA INFORMATIVA DEL PACIENTE

Artritis reumatoide (RA)



DESCRIPCIÓN DE LA CONDICIÓN

La artritis reumatoide (RA) es el tipo de artritis autoinmune más común. En la RA, el sistema inmunológico de su cuerpo no actúa como debería y la inflamación se dispara sin control. Esto puede causar dolor en las articulaciones, rigidez, hinchazón y disminución de la flexibilidad de las articulaciones.

La RA a menudo ataca las articulaciones pequeñas en sus muñecas, manos y pies. Algunas veces la AR puede afectar sus codos y rodillas u órganos, como los ojos, la

piel o los pulmones. Alrededor del 75% de los pacientes con AR son mujeres. Por lo general, comienza entre los 30 y los 50 años de edad, pero puede ocurrirle a personas de cualquier edad.

La RA es crónica – dura toda la vida. No hay cura en este momento, pero el diagnóstico temprano y los tratamientos adecuados pueden aliviar los síntomas y prevenir el daño o la discapacidad en las articulaciones.



SIGNOS/ SÍNTOMAS

La rigidez durante mucho tiempo en la mañana es una pista de que puede tener RA, ya que esto no es común en otras afecciones. Puede durar de una a dos horas (o incluso todo el día) pero generalmente mejora con el movimiento de las articulaciones. Por ejemplo, la osteoartritis con mayor frecuencia no causa rigidez matutina prolongada. Otros signos y síntomas que pueden ocurrir en la RA incluyen:

- Pérdida de energía
- Fiebres bajas
- Pérdida de apetito

- Sequedad en los ojos y la boca debido a un problema de salud relacionado, el síndrome de Sjogren
- Abultamientos firmes, llamados nódulos reumatoides, que crecen debajo de la piel en lugares como el codo y las manos

Existen enfermedades que pueden confundirse con la RA. Es importante obtener el diagnóstico correcto sin pruebas innecesarias. Un reumatólogo lo ayudará a encontrar el mejor plan de tratamiento para usted.



TRATAMIENTOS COMUNES

El diagnóstico de la RA requiere un examen físico, y posiblemente análisis de sangre y exploraciones como radiografías (rayos-X), resonancias magnéticas (MRI) o ultrasonido. Una vez diagnosticada, los tratamientos para la RA pretenden disminuir la inflamación, aliviar los síntomas como el dolor o la hinchazón y prevenir el daño articular a largo plazo. Ningún tratamiento único funciona para todos los pacientes, y muchas personas pueden cambiar su tratamiento al menos una vez durante su vida.

Un medicamento antirreumático modificador de la enfermedad (DMARD) suele ser el primer tratamiento que generalmente se prescribe para la RA. Los DMARD comunes incluyen el metotrexato [Rheumatrex, Trexall, Otrexup, Rasuvo], la leflunomida [Arava], la hidroxicloroquina [Plaquenil] y la sulfasalazina [Azulfidina].

Con los DMARD se pueden usar medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) y/o corticosteroides en dosis bajas. Los inhibidores de Janus quinasa (JAK) son otro tipo de DMARD. A las personas que no pueden ser tratadas con metotrexato solo, se les puede prescribir un inhibidor de JAK como el tofacitinib [Xeljanz] o el baricitinib [Olumiant].

Si los DMARD solos no controlan la inflamación de la RA, un reumatólogo puede recetar un medicamento biológico. Los productos biológicos aprobados por la FDA incluyen el abatacept [Orencia], el adalimumab [Humira], la anakinra [Kineret], el certolizumab [Cimzia], el etanercept [Enbrel], el golimumab [Simponi], el infliximab [Remicade], el rituximab [Rituxan, MabThera], el sarilumab [Kevzara] y el tocilizumab [Actemra].



CONSEJOS DE CUIDADO/ MANEJO

Las personas con RA pueden hacer mucho para manejar su RA y tener una buena calidad de vida, así como:

- Tomar todos los medicamentos según lo prescrito, y notificar si los medicamentos causan efectos secundarios o problemas.
- Mantenerse físicamente activo la mayor parte del tiempo, reducir las actividades cuando la enfermedad brote.
- Hacer ejercicios aeróbicos de bajo impacto, como caminar, y ejercicios para aumentar la fuerza

muscular. Los ejercicios suaves de rango de movimiento, como el estiramiento, mantendrán la articulación flexible.

La actividad y una dieta saludable pueden mantener el peso bajo control para poner menos tensión en las articulaciones. Un fisioterapeuta (PT) puede ayudar a guiar los ejercicios que son seguros para las articulaciones. La RA puede causar estrés, ansiedad o depresión también. Discuta estos sentimientos normales con sus proveedores de atención de salud. Pueden proporcionar información y recursos útiles.