

ENFERMEDADES REUMÁTICAS AUTOINMUNES

Las enfermedades reumáticas autoinmunes, son un grupo de padecimientos de causa desconocida. En este grupo se incluyen enfermedades como lupus, esclerodermia, sd Sjögren, entre otros. Son enfermedades crónicas, no contagiosas. Afectan al sistema inmunitario dañando células y tejidos sanos. Se pueden ver comprometidas distintas partes del organismo.

SÍNTOMAS GENERALES

En la mayoría de pacientes están presentes estos síntomas: fiebre, cansancio, pérdida de peso.

Ponte en contacto tu reumatólogo ante la presencia de síntomas como: dolor, lesiones de la piel, fiebre, hinchazón de las articulaciones o pies, mareo....

RECOMENDACIONES GENERALES

- Embarazo: si estas pensando iniciar medidas anticonceptivas o quedarte embarazada, no dudes en consultarlo con tu reumatólogo.
- Protección solar: se recomienda protegerse adecuadamente del sol
- Ejercicio: Cuando los síntomas no son muy pronunciados se aconseja ejercicio aeróbico moderado y regular. Durante un brote es esencial descansar lo suficiente y aprender a controlar la fatiga.
- Alimentación: una dieta variada y saludable es lo más adecuado. Si consume alcohol, hágalo con moderación y consulte con su reumatólogo si existe alguna interacción con su tratamiento habitual.

OBJETIVOS DE LOS TRATAMIENTOS

- Controlar los síntomas lo antes posible
- Reducir brotes
- Evitar daño irreversible en los órganos.
- Reducir el riesgo de complicaciones asociadas a la enfermedad.

Recuerda seguir los consejos de tu reumatólogo, y no dudes preguntarle tus dudas con claridad, porque él es quien mejor conoce tu situación para resolverlas. Tomar la medicación es imprescindible para controlar adecuadamente la enfermedad. Debes cumplir la pauta fijada por tu reumatólogo y no realizar cambios sin consultarle, porque pueden afectar negativamente al control y evolución de la enfermedad.