



*Esenciales: hojas informativas de fácil lectura*

## ¿Qué son la artritis y otras enfermedades reumáticas?

La artritis, las enfermedades reumáticas y otros padecimientos relacionados incluyen más de 100 trastornos que por lo general afectan las articulaciones, los tendones, los ligamentos, los huesos y los músculos. Algunas enfermedades reumáticas también pueden afectar a ciertos órganos internos.

### ¿Cuáles son algunos ejemplos de artritis, de enfermedades reumáticas y de otros padecimientos relacionados?

- Osteoartritis (artrosis)
- Artritis reumatoide
- Artritis idiopática juvenil
- Fibromialgia
- Lupus eritematoso sistémico (lupus)
- Esclerodermia
- Espondiloartropatías
- Artritis infecciosa
- Gota
- Polimialgia reumática
- Polimiositis
- Artritis psoriásica
- Bursitis
- Tendinitis

### ¿Qué causa estas enfermedades?

Puede haber una combinación de factores que causen las enfermedades reumáticas. Una persona puede nacer con el riesgo de desarrollar la

Departamento de Salud y  
Servicios  
Humanos de los EE.UU.  
Servicio de Salud Pública

Instituto Nacional de  
Artritis y Enfermedades  
Musculoesqueléticas y de la Piel  
Institutos Nacionales  
de la Salud  
1 AMS Circle  
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484  
Llame gratis: 877-22-NIAMS  
TTY: 301-565-2966  
Fax: 301-718-6366  
Correo electrónico:  
NIAMInfo@mail.nih.gov  
Sitio Web: www.niams.nih.gov



Instituto Nacional de  
Artritis y Enfermedades  
Musculoesqueléticas y de la Piel

enfermedad, pero suele suceder algo para que la enfermedad aparezca. En algunas personas, un resfriado, una gripe u otro tipo de virus puede provocar una enfermedad reumática. Mientras tanto, el desgaste natural de las articulaciones o una lesión en una articulación puede causar la osteoartritis.

El hecho de ser mujer puede aumentar la probabilidad de tener algunas de estas enfermedades. Los casos de lupus, artritis reumatoide, esclerodermia y fibromialgia son más comunes en las mujeres que en los hombres. Esto podría significar que las hormonas u otras diferencias entre los hombres y las mujeres juegan un papel en el desarrollo de estas enfermedades.

### ¿A quién le afectan estas enfermedades?

Estas enfermedades se ven en personas de todas las razas y de todas las edades. Algunas enfermedades son más comunes entre ciertos grupos de personas. Por ejemplo:

- La artritis reumatoide ocurre dos o tres veces más seguido en las mujeres que en los hombres.
- La esclerodermia es más común en las mujeres que en los hombres.
- Nueve de cada diez personas que tienen lupus son mujeres. Es más común entre los grupos afroamericanos e hispanos que entre los grupos caucásicos.
- Nueve de cada diez personas con fibromialgia son mujeres.
- La gota es más común entre los hombres que entre las mujeres. La incidencia de gota en las mujeres comienza a aumentar después de la menopausia.

### ¿Cómo se hace el diagnóstico?

Puede ser difícil determinar si usted tiene artritis, una enfermedad reumática o un padecimiento relacionado. Algunos signos y síntomas son comunes para muchas enfermedades. Su médico de cabecera debe poder evaluar sus síntomas. Quizás su médico quiera que usted vea a un reumatólogo (un doctor que se especializa en tratar la artritis y otras enfermedades reumáticas).

### Señales y síntomas comunes

- Inflamación en una o más articulaciones.
- Rigidez alrededor de las articulaciones que dura por lo menos una hora y ocurre temprano en la mañana.
- Dolor constante o recurrente o sensibilidad en una articulación.

- Dificultad para utilizar o mover con normalidad una articulación.
- Calor y enrojecimiento o inflamación de la piel alrededor de una articulación.

El médico revisará su historial clínico y le hará un examen físico. Es posible que también le mande a hacer pruebas de laboratorio, como análisis de sangre y de orina. También es posible que le mande a hacer rayos x (una radiografía) u otras imágenes para diagnóstico, tal como una resonancia magnética (MRI, por sus siglas en inglés). Es posible que el médico necesite examinarlo muchas veces para poder hacer un diagnóstico concreto.

### Historial Clínico

Es importante que las personas con dolor en las articulaciones le den al médico su historial clínico completo. Las respuestas a las siguientes preguntas ayudarán al médico a realizar un diagnóstico correcto:

- ¿Es el dolor en una sola articulación o en varias?
- ¿Cuándo tiene dolor?
- ¿Cuánto tiempo dura el dolor?
- ¿Cuándo sintió el dolor por primera vez?
- ¿Qué estaba haciendo cuando sintió el dolor por primera vez?
- ¿Hace el movimiento que el dolor mejore o empeore?
- ¿Ha tenido alguna enfermedad o accidente que usted pueda relacionar con el dolor?
- ¿Tiene algún otro síntoma además del dolor?
- ¿Hay casos de artritis o de otras enfermedades reumáticas en su familia?
- ¿Qué medicamentos está tomando?
- ¿Ha tenido alguna infección recientemente?

Puede ser útil llevar un registro diario en el que describa su dolor. Escriba cómo se ve la articulación que le duele, cómo se siente, cuánto dura el dolor y qué estaba haciendo cuando comenzó el dolor.

### Tratamientos

Los tratamientos para las enfermedades reumatoides incluyen:

- Descanso y relajación
- Ejercicio
- Una dieta apropiada

- Terapia de agua
- Terapia de movilización
- Terapias de frío y calor
- Medicamentos
- Instrucciones sobre cómo cuidar las articulaciones
- Aparatos especiales para ayudarle a abrir latas, cerrar cremalleras o cierres (zippers) y sostener lápices
- férulas, tablillas o algún otro dispositivo ortopédico
- Cirugía para restaurar la función o para aliviar el dolor.

Junto con su médico, pueden desarrollar un plan que le ayude a mantener o mejorar su vida diaria. Diferentes tipos de tratamientos pueden ser necesarios para las diferentes enfermedades.

### Medicamentos

Se utilizan una variedad de medicamentos para tratar la artritis y las enfermedades relacionadas. El tipo de fármaco depende de la enfermedad y del paciente. Los medicamentos que se utilizan para tratar la mayoría de estas enfermedades no curan pero sí limitan o disminuyen los síntomas. Una excepción es la artritis infecciosa, que se puede curar si se utilizan los medicamentos adecuados.

Los siguientes tipos de medicamentos se pueden utilizar para tratar las enfermedades reumáticas y las enfermedades relacionadas:

**Analgésicos:** los medicamentos para el dolor como el acetaminofeno (Tylenol 1).

**Analgésicos locales:** las cremas o los ungüentos que se untan en la piel sobre las articulaciones y los músculos adoloridos o inflamados para aliviar el dolor.

**Medicamentos antiinflamatorios no esteroideos (NSAID, por sus siglas en inglés):** algunos medicamentos para el dolor, tales como el ibuprofeno (Advil), el naproxeno sódico (Aleve) y el ketoprofeno (Orudis), se pueden comprar sin necesidad de receta médica, pero otros NSAID sólo se pueden conseguir con receta médica.

**Medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad (DMARD, por sus siglas en inglés):** son una familia de medicamentos que se utilizan para tratar padecimientos médicos como la artritis reumatoide y la espondilitis anquilosante. Estos medicamentos funcionan haciendo que el sistema inmunitario disminuya o pare su ataque a las articulaciones.

**Modificadores de la respuesta biológica:** ésta es una nueva familia de medicamentos (en ocasiones llamados “biológicos”), que bloquean rutas o vías específicas que el sistema inmunitario utiliza o involucra en la inflamación. En ocasiones se recetan junto con los DMARD.

**Corticosteroides:** se utilizan para tratar enfermedades reumáticas porque reducen la hinchazón y bloquean o disminuyen la acción del sistema inmunitario.

**Sustitutos del ácido hialurónico:** estos medicamentos imitan una sustancia natural del cuerpo que lubrica las articulaciones para ayudarlas a que se muevan mejor. Normalmente, una persona recibe de tres a cinco inyecciones directamente en la rodilla o cadera afectada para aliviar el dolor y darle flexibilidad de movimiento a la articulación.

**Suplementos nutricionales:** estos productos incluyen la S-adenosilmetionina (SAM-e) para la osteoartritis y la fibromialgia, la dehidroepiandrosterona (DHEA) para el lupus, y la glucosamina y el sulfato de condroitina para la osteoartritis. Antes de tomar un suplemento, los pacientes deben leer informes sobre su inocuidad y eficacia. En muchos casos, no se han logrado probar sus beneficios en los estudios científicos. La Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos no regula los suplementos de la misma manera que regula los medicamentos.

### **Mitos sobre el tratamiento de la artritis, las enfermedades reumáticas y otros padecimientos relacionados**

Algunas personas afirman que han sido curadas con tratamientos de hierbas, aceites, sustancias químicas, dietas especiales, radiación u otros productos. En estos momentos no hay evidencia de que tales tratamientos curen la artritis. En ocasiones, algunos de estos tratamientos pueden tener efectos secundarios graves. Usted debe hablar con su médico antes de usar cualquiera de estos tratamientos.

### **¿Qué se puede hacer para ayudar a mejorar su situación?**

Es posible que la artritis o algún otro padecimiento relacionado limite sus actividades. Quizás tenga que cambiar sus actividades diarias para reducir el dolor y proteger a las articulaciones afectadas para que no sufran más daño. Algunos cambios en su hogar pueden ayudarle a que viva seguro, productivo y con menos dolor. En el baño, le puede ayudar instalar barras en la bañera o en la ducha o al lado del escusado o retrete para agarrarse si es necesario. También, le puede ayudar si pone un asiento firme en la ducha o en la bañera, o bien, si sube la altura del asiento del escusado. Si tiene artritis en las manos, algunos utensilios de cocina pueden hacer que le sea más fácil preparar la comida.

Sus amigos y familiares pueden ayudarle con apoyo emocional y prestándole ayuda física. A su vez, si cuenta con el apoyo de otras personas que tengan la misma enfermedad, le puede ser más fácil enfrentar las dificultades que presenta la enfermedad.

### ¿Qué investigaciones se están llevando a cabo?

El Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés) dirige los esfuerzos nacionales de investigación médica sobre la artritis y las enfermedades reumáticas. Un área importante de estudio para cada una de estas enfermedades es entender los factores genéticos y ambientales que hacen que sea más probable que una persona desarrolle alguna de estas enfermedades. Para más información sobre estos esfuerzos de investigación, puede ir a las siguientes fuentes de información:

- Los estudios clínicos en los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés): [www.ClinicalTrials.gov](http://www.ClinicalTrials.gov)
- MedlinePlus: el sitio web de la Biblioteca Nacional de Medicina con información de salud para el público en general: [www.nlm.nih.gov/medlineplus](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus) o en español [www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish).
- RePORT: una herramienta electrónica que proporciona acceso a los informes, datos y análisis de las investigaciones realizadas por los NIH (Research Portfolio Online Reporting Tool): [www.projectreporter.nih.gov/reporter.cfm](http://www.projectreporter.nih.gov/reporter.cfm).

### Para más información acerca de la artritis, enfermedades reumáticas y otras enfermedades relacionadas, comuníquese con el:

#### **Centro Nacional de Distribución de Información del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés)**

Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés)

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484

Llame gratis: 877-22-NIAMS (877-226-4267)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Correo electrónico: [NIAMSinfo@mail.nih.gov](mailto:NIAMSinfo@mail.nih.gov)

Sitio Web: [www.niams.nih.gov](http://www.niams.nih.gov)

### **Para su información**

En esta hoja informativa puede encontrar información sobre medicamentos que se usan para tratar la enfermedad aquí mencionada. Hemos brindado la información más actualizada disponible al momento de la impresión. Es posible que desde entonces haya surgido más información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más actualizada o para hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, llame gratis a la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos al 888-INFO-FDA (888-463-6332) o visite el sitio Web: [www.fda.gov](http://www.fda.gov). Si desea información adicional sobre medicamentos específicos, visite [Drugs@FDA](mailto:Drugs@FDA) en [www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda](http://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda). [Drugs@FDA](mailto:Drugs@FDA) es un catálogo dónde puede hacer una búsqueda para los medicamentos aprobados por la FDA.