¿Qué es la artritis reumatoide?

alliance Rx
Walgreens Pharmacy

Tabla de contenido

Lo que necesita saber sobre la artritis reumatoide 1
La manera en que la AR afecta a las articulaciones 1
Causas 2
Diagnóstico 2
Síntomas 3
Afecciones relacionadas 3

Vivir con AR 4
Cómo cumplir con el tratamiento 4
Cambios en el estilo de vida 5
Manejo de las exacerbaciones 9
Cirugía 10
Cuidado continuo 10

Referencias 12
Recursos 14

Esta publicación es únicamente para fines informativos. No está destinada a sustituir los consejos, diagnósticos o tratamientos médicos profesionales. Siempre busque el consejo de su médico u otro proveedor de servicios de salud calificado si tiene alguna pregunta sobre una afección médica. Nunca ignore el consejo de los profesionales médicos ni se demore en pedirlo por algo que haya leído en esta publicación. Si cree que podría tener una emergencia médica, llame a su médico o al 911 de inmediato. AllianceRx Walgreens Pharmacy no recomienda ni avala ninguna prueba, médico, producto, procedimiento, opinión ni demás información específica que pueda haberse mencionado en esta publicación. El uso que usted haga de cualquier información proporcionada en esta publicación es exclusivamente bajo su propio riesgo.

Walgreens elaboró esta publicación, la cual se brinda como un servicio de AllianceRx Walgreens Pharmacy.

Lo que necesita saber sobre la artritis reumatoide

Aprender a manejar la artritis reumatoide (AR) puede parecer desafiante, especialmente al principio. Pero comprender su diagnóstico puede ayudarle a tomar el control de su salud. Aunque no hay una cura para la AR, hay diversas opciones de tratamiento que pueden ayudarle a manejar el dolor y permanecer activo.

Comenzar el tratamiento poco después del diagnóstico puede ayudar a prevenir daños crónicos en sus articulaciones y a mejorar su salud en general.[1] Este folleto le brinda información sobre la AR, qué esperar después del diagnóstico y cómo manejar los síntomas para llevar una vida plena y activa.

La manera en que la AR afecta a las articulaciones

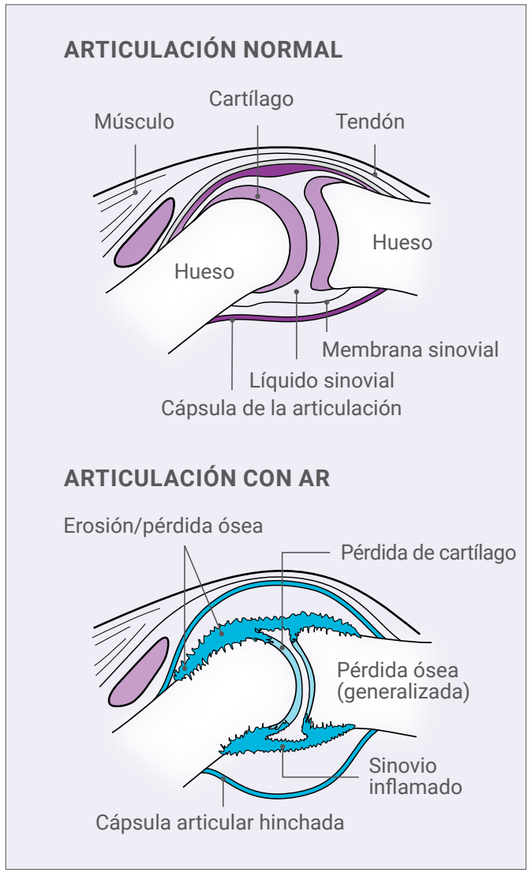
La AR es una afección a largo plazo o crónica. Causa inflamación, o hinchazón, en las articulaciones. Esto produce dolor y rigidez, lo que puede dificultar el movimiento o la realización de sus tareas cotidianas.[2]

Las articulaciones del cuerpo son donde se unen los extremos de dos huesos. Un recubrimiento flexible llamado cartílago conecta los huesos. (Véase la figura a la derecha). Cada articulación está rodeada por una membrana sinovial. Esta membrana es un tipo de tejido que ayuda a los huesos a moverse con facilidad en la articulación. En la AR, la membrana sinovial se hincha y engrosa. Esto daña al cartílago y al hueso. También debilita a los músculos cercanos y a los tendones que conectan los músculos con el hueso. Esto dificulta el movimiento. En algunos casos, la hinchazón grave puede hacer que las articulaciones se enchuequen y deformen.

La AR suele afectar a las articulaciones pequeñas de las manos y los pies en ambos lados del cuerpo, pero también puede afectar a muchas otras articulaciones, que incluyen las siguientes:

- tobillos
- codos
- caderas
- rodillas
- cuello
- hombros
- muñecas

Figura. Comparación de una articulación normal y una articulación con AR[2]



En algunas personas, la AR puede causar hinchazón en otras partes del cuerpo, incluidas las siguientes[3]:

- Vasos sanguíneos: hace que las arterias se endurezcan, absorban más colesterol y se formen placas.
- Ojos: provoca sequedad, dolor, enrojecimiento, visión borrosa o sensibilidad a la luz.
- Corazón: causa dolor en el pecho o mayor riesgo de contraer enfermedades cardiacas.
- Pulmones: causa dificultad para respirar.

La AR es diferente a otro tipo de artritis llamada osteoartritis. La causa más común de la osteoartritis es el "desgaste" de las articulaciones. Se va desarrollando lentamente a lo largo del tiempo, causando rigidez en las articulaciones. Generalmente se diagnostica a una edad avanzada.

En cambio, la AR tiene su origen en un problema en el sistema inmunológico. Puede desarrollarse rápidamente, ocasionando problemas en todo el cuerpo, como rigidez e hinchazón de las articulaciones, fatiga (sensación de cansancio) y fiebre. a diferencia de la osteoartritis, la AR generalmente comienza en la edad madura.

¿Quiénes viven con AR?[4]

- **1.5 millones** de estadounidenses
- **Tres veces** más mujeres que hombres
- Adultos a quienes con mayor frecuencia se les diagnostica entre los **30 y 60 años de edad**

Causas

La AR es una enfermedad autoinmunitaria. Esto significa que se presenta porque el sistema inmunológico no funciona correctamente. Normalmente, su sistema inmunológico busca y ataca a bacterias o virus que pueden enfermarlo. También ayuda a su cuerpo a recuperarse de una enfermedad o lesión. Pero en la AR, el sistema inmunológico ataca por error al tejido sano. Esto puede causar dolor, hinchazón y rigidez en las articulaciones.[5]

La causa exacta de la AR no es del todo clara. Pero ciertos factores pueden aumentar el riesgo de padecerla[2,6,7]:

- Ambiente. En el caso de algunas personas, algo que hay en el ambiente, como bacterias o virus, puede desencadenar el proceso de esta afección de la salud.
- Genes. La probabilidad de que una persona desarrolle AR es, en parte, genética, lo que quiere decir que se transmite de generación en generación. Pero muchas personas pueden heredar y portar los genes de la AR sin padecerla.
- Hormonas. Ciertas hormonas pueden intervenir en quién desarrolla AR. Las mujeres son más propensas que los hombres a padecer AR. El embarazo, la lactancia y el uso de métodos anticonceptivos hormonales también pueden afectar a la AR y sus síntomas.
- Estilo de vida. Fumar cigarrillos puede duplicar el riesgo de desarrollar AR. El sobrepeso también puede aumentar el riesgo, especialmente en las mujeres.

Diagnóstico

La AR puede ser difícil de diagnosticar. Esto se debe a que sus síntomas son similares a los que se ven en otros tipos de enfermedades de las articulaciones. Además, muchos síntomas de la AR no son evidentes de inmediato.

No existe una prueba única para diagnosticar la AR. Su médico probablemente utilizó muchos tipos de datos para llegar al diagnóstico[2,8]:

- sus síntomas, como dolor o hinchazón de las articulaciones y rigidez matutina
- un examen físico de sus articulaciones, piel, reflejos y fuerza muscular
- radiografías, que pueden mostrar el daño de las articulaciones en casos avanzados de AR
- análisis de sangre, que podrían detectar anticuerpos que pudieran indicar la presencia de AR, como factor reumatoide o antipéptidos cíclicos citrulinados

Síntomas

La AR afecta a las articulaciones y causa síntomas que pueden incluir los siguientes[2]:

- dolor y rigidez que duran más de 30 minutos después de despertarse en la mañana o después de un periodo largo de reposo
- enrojecimiento y calor
- hinchazón

Estos síntomas pueden hacer que los movimientos normales sean difíciles o incómodos de realizar. Con frecuencia, los síntomas aparecen primero en las muñecas y los dedos de las manos. Luego se pasan a los codos, tobillos, pies y dedos de los pies antes de pasar a otras articulaciones. La AR suele afectar a las articulaciones en ambos lados del cuerpo al mismo tiempo. Esto significa que si la mano derecha está afectada, la mano izquierda también lo estará.

La AR puede afectar a otras partes del cuerpo. Otros síntomas pueden incluir los siguientes[2,3,5]:

- sequedad de ojos y boca
- fatiga o cansancio
- protuberancias (llamadas nódulos) debajo de la piel y en puntos de presión, como los codos
- febrícula
- entumecimiento u hormigueo en brazos o piernas
- falta de apetito

Los síntomas de la AR pueden ir y venir. las exacerbaciones son periodos en los que los síntomas empeoran. Las remisiones son periodos

en los que puede haber menos síntomas o ningún síntoma en lo absoluto. Debido a que las opciones de tratamiento han mejorado y a que es posible comenzar un tratamiento dirigido justo después del diagnóstico, el objetivo del tratamiento es lograr una baja actividad de la enfermedad o la remisión.[9,10]

Afecciones relacionadas

Algunas personas con AR parecen ser más propensas a padecer ciertas afecciones, incluidas las siguientes[3]:

- enfermedad periodontal, una infección bacteriana crónica de las encías que puede causar pérdida de piezas dentales
- vasculitis reumatoide, una afección que causa hinchazón de los vasos sanguíneos que puede provocar llagas o úlceras en la piel e inflamación dolorosa del corazón o los pulmones
- síndrome de Sjögren, una enfermedad autoinmunitaria que causa sequedad de los ojos y la boca

Debido a que la AR puede alterar el sistema inmunológico, algunas personas con AR también pueden tener un mayor riesgo de sufrir ciertos tipos de cáncer, como linfoma y otros cánceres de la sangre.[11]

Vivir con AR

No hay ninguna cura para la AR. Pero existen muchas maneras de manejar los síntomas y minimizar el daño a las articulaciones. Trabaje junto con su médico para encontrar el abordaje más indicado para usted. Puede consultar a un reumatólogo. Este tipo de médico se especializa en tratar la artritis y otras enfermedades de los huesos y las articulaciones.

Los objetivos principales del tratamiento de la AR son los siguientes[2]:

- aliviar el dolor
- reducir la hinchazón
- retardar o detener el daño en las articulaciones
- mejorar el bienestar y la capacidad para funcionar

Los cambios en los medicamentos y el estilo de vida pueden ayudar a la mayoría de las personas con AR a llevar una vida plena y activa.[2]

Cómo cumplir con el tratamiento

Los tratamientos con medicamentos, junto con cambios en el estilo de vida, pueden ayudarle a mantener su movilidad con menos dolor.2 No todos los tratamientos les funcionan a todas las personas. Hable con su médico sobre lo que mejor le funciona a usted. Sus necesidades podrían cambiar con el tiempo. Su médico puede ajustar su tratamiento según sea necesario.

Existen varios tipos de medicamentos que se recetan para tratar la AR[12]:

- medicamentos antiinflamatorios no esteroideos que ayudan a aliviar el dolor y la hinchazón de las articulaciones
- corticosteroides que ayudan a aliviar la hinchazón de las articulaciones
- medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad que suprimen el sistema inmunológico y retrasan la evolución de esta afección de la salud
- modificadores de la respuesta biológica que actúan de forma dirigida en las partes del sistema inmunológico que causan la hinchazón de las articulaciones

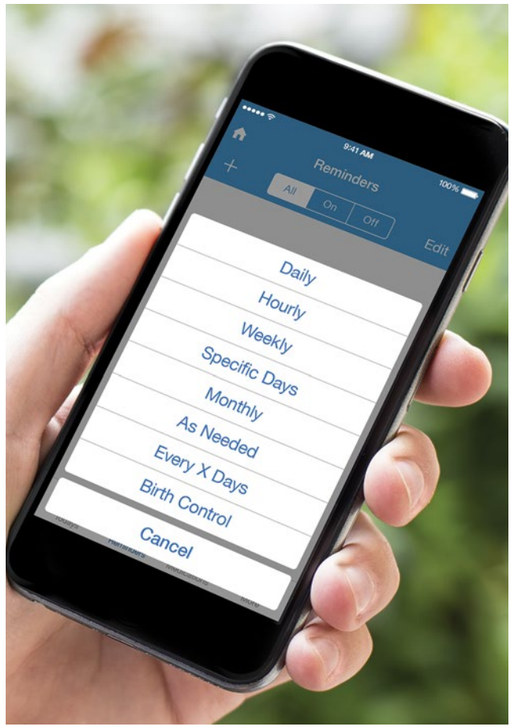
Sin importar qué medicamentos formen parte de su tratamiento, debe tomarlos exactamente de la forma que le indique su médico, a los horarios indicados y en las dosis correctas. No deje de utilizar sus medicamentos sin preguntarle primero a su médico. Si su rutina de tratamiento comienza a resultarle demasiado difícil, pídale a su médico o a su farmacéutico que le ayuden a manejar sus medicamentos. Es importante que cumpla con su régimen de tratamiento para controlar sus síntomas y mejorar su salud.

Cambios en el estilo de vida

Junto con el tratamiento con medicamentos, los cambios en el estilo de vida pueden ayudarle a manejar los síntomas de la AR. Permanecer activo, planear sus tareas cotidianas, alimentarse bien y evitar el estrés pueden ayudarle a sentirse mejor cada día.

Actividad física

El ejercicio regular y suave puede ayudar a mantener sus articulaciones flexibles. La actividad también puede ayudar a que el resto de su cuerpo se conserve saludable y ayudarle a mantener un peso adecuado. Esto puede reducir el esfuerzo adicional que tienen que hacer sus



articulaciones. El ejercicio también puede ser una buena manera de aliviar el estrés emocional que podría hacer que empeoren los síntomas.

Podría considerar realizar actividades suaves como las siguientes:

- actividades aeróbicas, como caminar o nadar
- rutinas de fortalecimiento, como el levantamiento de pesas ligeras
- ejercicios de estiramiento y de rango de movimiento, como yoga o tai chi

Considere usar una férula, una venda u otro dispositivo de soporte para estabilizar sus articulaciones durante el ejercicio o incluso durante sus actividades cotidianas.

Hable con su médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicio. También es posible que quiera trabajar con un fisioterapeuta o especialista en ejercicio. Juntos, pueden crear un plan de ejercicio que sea adecuado para usted.

Asegúrese de equilibrar el ejercicio con el reposo. Esto es especialmente importante durante las exacerbaciones. Consulte a su médico para preguntarle cuánto tiempo deberá dejar de hacer ejercicio durante las exacerbaciones.

Tareas diarias

El dolor y la hinchazón de las articulaciones pueden dificultarle las tareas cotidianas en casa o en el trabajo. Usted puede hacer pequeños cambios para que las rutinas diarias sean más seguras y fáciles de completar.

En casa:

- Coloque los artículos que usa con mayor frecuencia donde sea fácil alcanzarlos, por ejemplo, hasta adelante en las repisas de los gabinetes inferiores.
- Reemplace las perillas de las puertas con palancas que sean más fáciles de bajar y abrir.
- Fije las alfombras al piso con adhesivos o fijadores para evitar el riesgo de tropezarse.
- Ate cuerdas o tiras de tela a las asas de los gabinetes y los cajones para que sea más fácil abrirlos.
- Intente cambiar los aparatos electrodomésticos pesados, como las aspiradoras, por modelos más livianos que sean más fáciles de manipular.

En el trabajo:

- Organice su espacio de trabajo para que pueda completar las tareas con la menor cantidad de esfuerzo físico.

- Complete las tareas más importantes cuando tenga la mayor cantidad de energía.
- Tómese descansos de los movimientos repetitivos con la mayor frecuencia posible.

Alimentación saludable

No existe una dieta específica para la AR, pero la manera en que come podría afectar sus síntomas. Por ejemplo, tener sobrepeso puede afectar a la AR1 y las personas con AR tienen un mayor riesgo de enfermedades cardiacas.[13] Alimentarse para mantener un peso saludable y disminuir la inflamación podría ayudarle a manejar estos riesgos.[1,14]

Los expertos sugieren seguir una dieta saludable y equilibrada que pudiera ayudar a reducir la hinchazón. Este tipo de dieta podría incluir lo siguiente[14,15]:

- pescado y otras fuentes de ácidos grasos omega-3, como el aceite de oliva
- frutas y verduras frescas
- poco o nada de grasas saturadas, especialmente carnes grasas y alimentos procesados
- poca sal y azúcar
- nueces, semillas y legumbres
- la cantidad diaria recomendada de vitaminas y minerales
- granos enteros, como avena o arroz integral

Si bebe alcohol, hágalo con moderación. Es posible que algunas personas que usan ciertos medicamentos para la AR tengan que evitar las bebidas alcohólicas por completo.[2]

Evite los alimentos que parezcan aumenten su dolor e hinchazón. Considere llevar un diario de lo que come y cuándo empeoran los síntomas. Esto podría ayudarle a encontrar maneras de cambiar su dieta. Pídale a su médico que lo oriente o que lo refiera con dietista que pueda ayudarle a crear una dieta específica que le funcione a usted.

Salud emocional

A veces, puede ser todo un reto vivir con AR. Las tareas que solían ser simples ahora podrían resultarle difíciles. Quizás se sienta enojado o frustrado. Esto es normal. Ser consciente de sus sentimientos puede ayudarle a manejar su salud emocional y a mejorar su salud física.

Por ejemplo, el estrés puede hacer que le sea más difícil lidiar con los desafíos diarios de vivir con AR. También podría aumentar el riesgo de exacerbaciones.[16] Usted puede tomar medidas para entender y controlar el estrés:

- Averigüe qué es lo que le causa estrés. Intente llevar un diario para que le ayude a descubrir las posibles fuentes de estrés.
- Intente evitar las cosas que le generen estrés. Hágase tiempo para las cosas que disfruta.
- Busque maneras positivas de sobrellevar su situación. Comparta sus sentimientos con amigos, familiares o un grupo de apoyo. Intente relajarse en un espacio tranquilo todos los días.

Algunos días, podría sentirse desamparado o abrumado. Quizás se sienta triste o deprimido por tener que vivir con AR. Esto también es normal. Es importante que conozca los síntomas de la depresión y que sepa cuándo pedir ayuda.

Los síntomas de depresión pueden incluir los siguientes[17]:

- achaques y dolores que no desaparecen con el tratamiento
- cansancio o falta de energía
- comer demasiado o muy poco
- sentirse desesperanzado o negativo
- sentirse inquieto o irritable
- sentirse triste, vacío o ansioso la mayor parte del tiempo
- sentirse inútil, desamparado o culpable
- tener dificultad para concentrarse o tomar decisiones
- perder interés o placer en las cosas que solía disfrutar
- dormir demasiado o muy poco
- pensar en la muerte o el suicidio

Si tiene pensamientos suicidas, llame al 911 o al número local de servicios de emergencia. También puede llamar a su médico, profesional de salud mental, centro de crisis o línea directa para pedir ayuda.

Hable con su médico si se siente deprimido. Él o ella podría sugerirle terapia psicológica, medicamentos antidepresivos o una combinación de ambos. En una terapia puede hablar con un terapeuta sobre sus pensamientos y sentimientos.

Los antidepresivos ayudan a equilibrar las sustancias químicas del cerebro que afectan su estado de ánimo. Pueden pasar muchos meses antes de que empiecen a funcionar. Es posible que note los efectos secundarios antes. Estos pueden incluir los siguientes[18]:

- dolor de cabeza
- náuseas
- agitación
- problemas sexuales
- problemas para dormir

AR y embarazo[19]

Las investigaciones sugieren que los síntomas de la AR mejoran durante el embarazo. Pero los síntomas generalmente regresan y pueden ocurrir exacerbaciones después de que nace el bebé. Si está embarazada o planea quedar embarazada pronto, hable con su médico sobre sus medicamentos para la AR. Algunos no son seguros mientras está intentando quedar embarazada o durante el embarazo. Las mujeres embarazadas que planeen amamantar a su bebé también deben consultar a su médico para conocer qué medicamentos para la AR son seguros durante la lactancia.

Hable con su médico si los antidepresivos no le ayudan. No deje de tomar los medicamentos por su cuenta. Quizás su médico tenga que ajustar la dosis o recetarle un antidepresivo diferente.

Cómo proteger sus huesos[20]

Las personas con AR pueden ser más propensas a desarrollar huesos débiles y que se rompen fácilmente. Esto se conoce como osteoporosis. Tanto los corticosteroides para la AR como la falta de actividad y los efectos de la AR pueden contribuir al debilitamiento de los huesos. Trabaje junto con su médico para llevar un seguimiento de su salud ósea. Hay diversas medidas que puede tomar para prevenir los huesos débiles:

- Consulte a su médico para preguntarle sobre un examen que se llama densitometría ósea. Este puede medir la fortaleza ósea y el riesgo que corre de fracturarse un hueso.
- Haga algún tipo de ejercicio de baja intensidad en el que tenga que soportar su propio peso, como caminar, según las recomendaciones de su médico.
- No fume cigarrillos, ya que el tabaquismo puede disminuir las hormonas y los minerales que ayudan a fortalecer los huesos.
- Beba alcohol solo con moderación.
- Ingiera suficiente calcio y vitamina D, los cuales pueden ser buenos para la salud ósea.
- Hable con su médico sobre los medicamentos para prevenir y tratar la osteoporosis.

Manejo de las exacerbaciones

Las exacerbaciones pueden ocurrir de manera repentina. En algunas personas, el estrés podría provocar una exacerbación. En otras, una infección podría ser la causa. No siempre queda claro qué es lo que desencadena las exacerbaciones. Pero puede usar muchas técnicas para manejarlas y continuar con sus actividades cotidianas[16]:

- Equilibre la actividad con periodos de reposo.
- Cree un plan alternativo. Hable con su médico sobre cómo manejar las exacerbaciones. Planee cómo manejará las tareas en casa y en el trabajo durante una exacerbación.
- Consiga la ayuda de otros. Hable con sus familiares, amistades y compañeros de trabajo sobre cómo pueden ayudarle durante una exacerbación.
- Consulte a su médico para preguntarle si, en su caso, es seguro usar compresas frías o calientes en las articulaciones hinchadas.
- Para algunas personas, el calor ayuda a aliviar el dolor y a relajar los músculos.
- Otras prefieren el frío para reducir la hinchazón y disminuir los espasmos musculares.
- Use técnicas de relajación para dejar de pensar en sus síntomas.

Salud preventiva

Según qué otros medicamentos estén usando, es una buena idea que las personas con AR se vacunen contra la gripe o la neumonía. Solo deben recibir vacunas con virus “muertos”.[21,22] Consulte a su médico para preguntarle sobre estas y cualquier otra vacuna recomendada. Es posible que su médico quiera administrarle vacunas elaboradas con microorganismos vivos atenuados antes de comenzar el tratamiento con medicamentos.

Cirugía

Incluso aunque se les trate con medicamentos y hagan cambios en su estilo de vida, algunas personas con AR pueden llegar a necesitar una cirugía.[2] La probabilidad de que esto suceda podría ser mayor en aquellos casos en que la AR haya provocado que sea extremadamente doloroso, difícil o imposible mover ciertas articulaciones.

La cirugía para la AR puede incluir varias opciones, como las siguientes[23]:

- La fusión de articulaciones conecta los extremos de dos huesos como si fueran uno. Esto puede limitar el movimiento. Pero también puede aliviar el dolor y aumentar la estabilidad.
- La sinovectomía extirpa el tejido hinchado alrededor de las articulaciones para aliviar temporalmente el dolor.

La cirugía podría ayudar a una persona con AR a realizar las tareas cotidianas con menos dolor y mayor movilidad articular.[2] Pero no es para todos. Consulte a su médico para preguntarle si la cirugía es adecuada para usted.

Cuidado continuo

Trabaje con su médico para llevar un registro de su avance y sus síntomas. Pueden analizar qué tan bien le está funcionando su tratamiento con medicamentos y los cambios en su estilo de vida. Su médico también puede monitorear los efectos secundarios y ajustar su tratamiento según sea necesario. Cada visita puede ayudarle a cumplir con el tratamiento y a manejar mejor su AR.

Le brindamos esta información porque creemos que, mientras más sepa sobre la artritis reumatoide, mejor preparado estará para monitorear su salud y manejar su tratamiento. Además, el equipo de terapia Specialty360 de AllianceRx Walgreens Pharmacy está aquí para brindarle apoyo personalizado y confiable, a fin de ayudarle a manejar los efectos secundarios de los medicamentos y a cumplir con el tratamiento que su médico le haya recetado. Nos dará mucho gusto formar parte de su equipo de atención médica y ayudarle a obtener los mejores resultados de su tratamiento.

Referencias

1. Rheumatoid arthritis. Centers for Disease Control and Prevention Web site. https://www.cdc.gov/arthritis/basics/rheumatoid-arthritis.html. Updated May 13, 2020. Accessed January 25, 2022.
2. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. *Handout on health: Rheumatoid arthritis.* Bethesda, MD: NIAMS/National Institutes of Health; 2017.
3. Dunkin MA. More than just joints: how rheumatoid arthritis affects the rest of your body. Arthritis Foundation Web site. https://www.arthritis.org/diseases/more-about/how-rheumatoid-arthritis-affects-more-than-joints. Updated April 2015. Accessed January 25, 2022.
4. What is rheumatoid arthritis? Arthritis Foundation Web site. http://www.arthritis.org/about-arthritis/types/rheumatoid-arthritis/what-is-rheumatoid-arthritis.php. Accessed January 25, 2022.
5. Rheumatoid arthritis symptoms. Arthritis Foundation Web site. https://www.arthritis.org/about-arthritis/types/rheumatoid-arthritis/symptoms.php. Accessed January 25, 2022.
6. Smoking and tobacco: health effects. Centers for Disease Control and Prevention Web site. https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/health_effects/index.htm. Updated April 28, 2020. Accessed February 4, 2020.
7. Crowson CS, Matteson EL, Davis JM 3rd, Gabriel SE. Contribution of obesity to the rise in incidence of rheumatoid arthritis. *Arthritis Care Res (Hoboken).* 2013;65(1):71-77. doi: 10.1002/acr.21660.
8. Rheumatoid arthritis blood tests. AboutRheumatoidArthritis Web site. https://www.rheumatoidarthritis.org/ra/diagnosis/blood-tests/. Updated October 27, 2018. Accessed January 25, 2022.
9. Gower T. Combating high disease activity in early RA. Arthritis Foundation Web site. https://www.arthritis.org/health-wellness/treatment/treatment-plan/disease-management/combating-high-disease-activity-in-early-ra. Accessed January 25, 2022.
10. 2015 American College of Rheumatology Guideline for the Treatment of Rheumatoid Arthritis. American College of Rheumatology Web site. https://www.rheumatology.org/Portals/0/Files/ACR%202015%20RA%20Guideline.pdf. Published 2015. Accessed January 25, 2022.
11. Bernatsky S, Ramsey-Goldman R, Clarke A. Malignancy risk in autoimmune rheumatic diseases. Discov Med. 2005;5(30):534-537. https://www.discoverymedicine.com/Sasha-Bernatsky/2009/07/26/malignancy-risk-in-autoimmune-rheumatic-diseases/. Accessed January 25, 2022.
12. Rheumatoid arthritis treatment. Arthritis Foundation Web site. http://www.arthritis.org/about-arthritis/types/rheumatoid-arthritis/treatment.php. Accessed January 25, 2022.
13. Crowson CS, Liao KP, Davis JM 3rd, et al. Rheumatoid arthritis and cardiovascular disease. Am Heart J. 2013;166(4):622-628.
14. Kennedy K. Nutrition guidelines for people with rheumatoid arthritis. Arthritis Foundation Web site. http://www.arthritis.org/living-with-arthritis/arthritis-diet/anti-inflammatory/rheumatoid-arthritis-diet.php. Accessed January 25, 2022.
15. Anti-inflammatory diet. Arthritis Foundation Web site. http://www.arthritis.org/living-with-arthritis/arthritis-diet/anti-inflammatory/anti-inflammatory-diet.php. Accessed January 25, 2022.
16. Andwele M. Coping with an arthritis flare. Arthritis Foundation Web site. https://www.arthritis.org/health-wellness/healthy-living/managing-pain/pain-relief-solutions/tips-for-managing-an-arthritis-flare. Accessed January 25, 2022.
17. Depression: Signs and symptoms. National Institute of Mental Health Web site. https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml#part_145397. Updated February 2018. Accessed January 25, 2022.
18. Antidepressants. MedLine Plus Web site. https://medlineplus.gov/antidepressants.html. Updated September 16, 2021. Accessed January 25, 2022.
19. Hazes JMW, Coulie PG, Geenen V, et al. Rheumatoid arthritis and pregnancy: evolution of disease activity and pathophysiological considerations for drug use. Rheumatol (Oxford). 2011;50(11):1955-1968. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3198908/. Accessed January 25, 2022.
20. What people with rheumatoid arthritis need to know about osteoporosis. NIH Osteoporosis and Related Bone Diseases National Resource Center Web site. http://www.niams.nih.gov/health_info/bone/Osteoporosis/Conditions_Behaviors/osteoporosis_ra.asp. Published January 2012. Updated November 2018. Accessed January 25, 2022.
21. Fomin I, Caspi D, Levy V, et al. Vaccination against influenza in rheumatoid arthritis: the effect of disease modifying drugs, including TNF alpha blockers. Ann Rheum Dis. 2006;65(2):191-194.
22. Elkayam O, Paran D, Caspi D, et al. Immunogenicity and safety of pneumococcal vaccination in patients with rheumatoid arthritis or systemic lupus erythematosus. Clin Infect Dis. 2002;34(2):147-153.
23. Rath L. Understanding your joint procedure options. Arthritis Foundation Web site. https://www.arthritis.org/health-wellness/treatment/joint-surgery/safety-and-risks/understand-your-joint-surgery-options. Accessed January 25, 2022.

Recursos

Puede resultarle útil comunicarse con estas organizaciones para obtener apoyo y recursos adicionales.*

American College of Rheumatology (ACR)
www.rheumatology.org
404-633-3777
www.facebook.com/Rheumatology
@ACRheum

El American College of Rheumatology (ACR) [Colegio de Reumatología de los Estados Unidos] es un grupo clínico internacional que apoya la educación, investigación y abogacía continuas en lo relativo a enfermedades reumáticas, incluida la AR. Su sitio web incluye enlaces a las últimas investigaciones y publicaciones de reumatología, así como un directorio de reumatólogos en el que se pueden realizar búsquedas.

Arthritis Foundation
www.arthritis.org
844-571-HELP (4357)
www.facebook.com/Arthritis.org
@ArthritisFdn

La Arthritis Foundation [Fundación para la Artritis] es el grupo sin fines de lucro más importante del país que apoya la abogacía, los programas, los servicios y la investigación de la artritis y padecimientos relacionados. El sitio web del grupo presenta herramientas y recursos educativos para pacientes con AR y otras formas de artritis.

National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS)
www.niams.nih.gov
877-22-NIAMS (64267)
www.facebook.com/NIH.NIAMS
@NIH_NIAMS

El National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases (NIAMS) [Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel], que forma parte de los National Institutes of Health, apoya la investigación sobre la artritis y otras enfermedades musculoesqueléticas y de la piel. Su sitio web incluye información de salud para pacientes en varios idiomas, así como enlaces a las últimas noticias sobre investigaciones y una base de datos de ensayos clínicos actuales.

Rheumatoid Patient Foundation (RPF)
www.rheum4us.org
www.facebook.com/rheumatoidpatientfoundation
@RheumPF

La Rheumatoid Patient Foundation (RPF) [Fundación para Pacientes con Enfermedades Reumatoides] es una organización sin fines de lucro que se dedica a mejorar las vidas de las personas con enfermedades reumatoides. El sitio web del grupo ofrece recursos educativos para pacientes y profesionales clínicos, materiales relativos a esfuerzos de abogacía y un blog que incluye casos de personas que viven con AR.

CreakyJoints
www.creakyjoints.org
845-348-0400
www.facebook.com/creakyjoints
@CreakyJoints

CreakyJoints, parte de la fundación sin fines de lucro Global Healthy Living, es un recurso en línea para pacientes y familias que viven con todas las formas de artritis, incluida la AR. El sitio de CreakyJoints incluye enlaces sobre educación de salud, apoyo social y emocional, y actualizaciones sobre la promoción e investigaciones sobre la artritis.

*Las organizaciones incluidas se proporcionan únicamente para fines informativos. No están afiliadas ni le han proporcionado ningún tipo de financiación a AllianceRx Walgreens Pharmacy para la elaboración de este folleto. AllianceRx Walgreens Pharmacy no apoya ni recomienda a ninguna organización específica.

Notas

Notas

allianceRx Walgreens Pharmacy | AllianceRxWP.com

©2022 AllianceRx Walgreens Pharmacy Todos los derechos reservados. 2402756-2798 0422