



## ¿Qué es la artritis reumatoide?

La artritis reumatoide es una enfermedad que afecta las articulaciones o coyunturas. Ésta causa dolor, hinchazón y rigidez. Cuando una rodilla o mano presenta artritis reumatoide, usualmente la otra rodilla o mano también está afectada. Esta enfermedad ocurre a menudo en más de una articulación y puede afectar cualquiera de las articulaciones. Las personas con esta enfermedad pueden sentir malestares y cansancio, y a veces pueden tener fiebre.

Algunas personas tienen la enfermedad sólo por unos cuantos meses, o por uno o dos años. Después de esto, la enfermedad desaparece sin causar daños. Otras personas tienen épocas en que los síntomas empeoran (brotes) y épocas en que se mejoran (remisiones). En los casos más severos, la enfermedad puede durar muchos años o toda la vida. Esta forma de la enfermedad puede causar daños graves a las articulaciones.

### ¿Quién tiene artritis reumatoide?

Cualquier persona puede adquirir esta enfermedad, aunque ocurre con más frecuencia entre las mujeres. La artritis reumatoide comienza a menudo durante la edad mediana, y es más común entre las personas de mayor edad, aunque los niños y jóvenes también pueden tenerla.

### ¿Cuál es la causa de la artritis reumatoide?

Los médicos desconocen la causa exacta de la artritis reumatoide. Se sabe que con este tipo de artritis, el sistema inmunitario ataca a los tejidos de su propio cuerpo. Los investigadores están aprendiendo mucho acerca del por qué y cómo esto sucede. Algunos factores que podrían causar la artritis reumatoide son:

- los genes (pasados de padres a hijos)
- el medioambiente
- las hormonas.

### ¿Cómo se diagnostica la artritis reumatoide?

El médico de cabecera o un reumatólogo pueden diagnosticar esta enfermedad. El reumatólogo es un médico que ayuda a las personas con problemas de las articulaciones, los huesos y los músculos. La artritis reumatoide puede ser difícil de diagnosticar porque:

- no existe una prueba específica para determinar la enfermedad

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;  
1-877-22-NIAMS (gratis)  
TTY: 301-565-2966  
Fax: 301-718-6366  
Correo Electrónico: NIAMSInfo@mail.  
nih.gov  
www.niams.nih.gov



- los síntomas pueden ser iguales a los de otras enfermedades de las articulaciones
- puede tomar algún tiempo para que se presente el cuadro completo con todos los síntomas.

Para diagnosticar la artritis reumatoide, los médicos toman en cuenta los antecedentes médicos, un examen físico, radiografías y pruebas de laboratorio.

### **¿Cuál es el tratamiento para la artritis reumatoide?**

Los médicos tienen varias opciones para el tratamiento de esta enfermedad. Los objetivos del tratamiento son:

- eliminar el dolor
- reducir la hinchazón
- reducir o detener el daño a la articulación
- ayudar a las personas a sentirse mejor
- ayudar a las personas a mantenerse activas.

El tratamiento puede incluir educación al paciente, programas de autocontrol y grupos de apoyo que ayudan a las personas a aprender acerca de:

- tratamientos
- ejercicios y métodos de relajación
- cómo hablar con su médico
- la solución de problemas.

Estos programas ayudan a las personas a:

- aprender más acerca de la enfermedad
- reducir el dolor
- enfrentarse a las dificultades físicas y emocionales
- desarrollar más control sobre la enfermedad
- desarrollar confianza en sí mismo
- llevar una vida plena y activa.

El tratamiento para la artritis reumatoide puede incluir:

- cambios en el estilo de vida
- medicamentos
- cirugía
- visitas regulares al médico
- terapias alternativas.

## **Cambios en el estilo de vida**

He aquí algunas maneras en que usted puede cuidarse:

- mantenga un buen balance entre el descanso y el ejercicio
- cuide de sus articulaciones
- reduzca sus niveles de estrés
- lleve una dieta saludable.

## **Medicamentos**

La mayoría de las personas que tienen artritis reumatoide toman medicamentos. Estos pueden ser usados para aliviar el dolor, reducir la hinchazón y para prevenir que la enfermedad empeore. Lo que el médico receta depende de:

- la salud general de la persona
- la severidad de la artritis reumatoide
- la posibilidad de que la enfermedad evolucione a una forma más severa de artritis reumatoide
- cuánto tiempo la persona estará tomando el medicamento
- la eficacia del medicamento
- los posibles efectos secundarios.

## **Cirugía**

Existen muchos tipos de cirugía para las personas con daños severos en las articulaciones. La cirugía se usa para:

- reducir el dolor
- ayudar a que la articulación funcione mejor
- ayudar a las personas a llevar acabo sus actividades diarias.

La cirugía no es para todo el mundo. Consulte a su médico acerca de esta opción.

## **Visitas de control**

Visitar a su médico regularmente es importante para evaluar si:

- la enfermedad empeora
- los medicamentos están ayudando
- los medicamentos causan algún efecto secundario
- se necesita cambiar el tratamiento.

Su tratamiento puede incluir pruebas de sangre, orina, otras pruebas de laboratorio y radiografías.

### Terapias alternativas

A veces se sugieren dietas especiales, vitaminas y otras terapias alternativas para el tratamiento de la artritis reumatoide. Algunas terapias ayudan a reducir los niveles de estrés. Muchos de estos tratamientos no son peligrosos, pero puede que no se hayan evaluado lo suficiente o que no tengan ningún beneficio real.

Debe consultar con su médico antes de comenzar una terapia alternativa. Si el médico piensa que la terapia puede ayudar y no es peligrosa, ésta puede llegar a ser parte del tratamiento regular.

### ¿Qué investigaciones se están haciendo sobre la artritis reumatoide?

Los científicos están haciendo investigaciones en muchas áreas relacionadas con la enfermedad; entre éstas:

- sistemas inmunológicos
- genes
- familias que tienen artritis reumatoide
- la forma en que las hormonas interactúan con el sistema nervioso y el sistema inmunitario
- agentes infecciosos, como los virus y las bacterias
- registros de investigación (recolección de datos de los antecedentes médicos y familiares de personas con artritis reumatoide)
- artritis reumatoide y el embarazo
- nuevos medicamentos o combinaciones de medicamentos
- la calidad de vida de las personas que tienen esta enfermedad.

### Para más información acerca de la artritis reumatoide y otras condiciones relacionadas:

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

Institutos Nacionales de la Salud

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484 ó 877-22-NIAMS (226-4267) (gratis)

TTY: 301-565-2966

Fax: 301-718-6366

Correo electrónico: NIAMSInfo@mail.nih.gov

www.niams.nih.gov

NIAMS apoya la investigación y la capacitación de científicos y otros profesionales de la salud que ofrecen tratamiento y ayudan a prevenir enfermedades de los huesos, músculos, articulaciones o coyunturas y la piel. También, NIAMS intenta promover el conocimiento sobre las causas de estas enfermedades, a la vez que ofrece al público información relacionada.

La información que aparece en esta publicación se resumió en un formato de fácil lectura, y se tomó de una publicación más extensa del NIAMS. Para pedir la versión en inglés, Handout On Health: Rheumatoid Arthritis, por favor llame al NIAMS a los números que están arriba. Para ver el texto completo o para ordenarlo en línea, visítenos en la Web: <http://www.niams.nih.gov>.