Cómo entender la actividad
de la enfermedad en la
artritis reumatoide (AR)...
Lo que vemos
y lo que se esconde

debajo de la superficie

Una guía de planificación para ayudar a optimizar su tratamiento de la AR

Pfizer Inc. ha elaborado la presente publicación como un recurso de educación para pacientes.





# Cómo utilizar esta guía de planificación

#### El iceberg

Es una imagen que se usa con frecuencia para explicar una situación en la que algo está a la vista, pero al mismo tiempo hay mucho más oculto.<sup>1</sup>

El iceberg también sirve de metáfora para explicar lo que pasa dentro de su cuerpo cuando vive con AR. Esto se debe a que los signos y síntomas de la AR (dolor, hinchazón o sensibilidad en las articulaciones) son solo la "punta del iceberg de la AR"; es posible que siga presentando inflamación crónica bajo la superficie.<sup>2</sup>

A menudo no nos damos cuenta de que la inflamación siempre está presente y activa en el cuerpo cuando padecemos AR.<sup>2</sup>
Por esta razón, es esencial que tome su medicamento para la AR exactamente como se lo recetó su profesional de atención médica.

Esta es solo una de las recomendaciones importantes acerca de la "punta del iceberg de la AR" que encontrará en esta guía de planificación.

En esta útil herramienta encontrará información que le ayudará con su programa de tratamiento para la AR. Incluye consejos y estrategias para mantener su plan de medicamentos y tratamiento. Utilice esta quía para saber más sobre la AR y cómo lo afecta a *usted*.

Además, use esta guía de planificación para trabajar en equipo con su profesional de atención médica para crear o modificar estrategias de tratamiento que puedan ayudarle a controlar su AR y volver a sus actividades diarias.

#### Lo que aprenderá

## Cosas importantes que tal vez no sepa, pero *debería saber*, sobre la AR y su tratamiento

Al usar esta guía usted podrá:

- 1. Explicar mejor la artritis reumatoide, una enfermedad inflamatoria autoinmunitaria crónica, a los familiares y amigos que no entiendan su afección médica.
- **2.** Explicar por qué la **AR es más que solo los síntomas** de dolor, rigidez y articulaciones inflamadas y sensibles al tacto.
- Describir la función de las diferentes clases de medicamentos que se usan para tratar la AR.
- 4. Entender cómo su proveedor de atención médica puede saber si su tratamiento tiene la inflamación subyacente bajo control.

- 5. Describir el efecto potencial que puede tener el daño a las articulaciones causado por la AR en su capacidad de llevar a cabo actividades cotidianas normales de la vida diaria.
- 6. Explicar por qué una mejoría en los signos y síntomas de la AR no significa necesariamente que se reducirá la inflamación subyacente que puede provocar daños a las articulaciones.
- 7. Describir las posibles consecuencias de dejar de tomar su medicamento, reducir la dosis o tomar el medicamento con menos frecuencia que la indicada por su profesional de atención médica sin antes haberlo consultado con dicho proveedor.



#### Recordatorio importante sobre la AR:

Aunque parezca que los síntomas de su AR estén disminuyendo o hayan desaparecido, es imprescindible que tome sus medicamentos tal como se indica. Su profesional de atención médica solo puede ver la inflamación subyacente causada por la AR mediante pruebas de diagnóstico por imágenes y análisis. Por lo tanto, no deje de tomar sus medicamentos sin antes hablar con su profesional de atención médica.

### Información que necesita saber acerca de su AR

## Entienda estos datos clave sobre la AR... y amplie su conocimiento al completar algunas actividades útiles



La AR es una enfermedad inflamatoria autoinmunitaria crónica. Estos términos se definen así:

- **Crónica** quiere decir que tendrá AR toda su vida hasta que se encuentre una cura.<sup>2</sup> A la fecha, no hay una cura conocida para la AR. Sin embargo, los medicamentos pueden ayudar a controlar el daño a los cartílagos, la disminución de la masa ósea (de los huesos), y el daño a las articulaciones que puede presentarse si los pacientes no siguen los tratamientos recetados por su profesional de atención médica.
- Enfermedad autoinmunitaria es una afección en la que su sistema inmunitario ataca células sanas por error. En el caso de la AR, su sistema inmunitario ataca y destruye el tejido de las articulaciones.<sup>3</sup>



La AR es más que solo los síntomas de dolor, rigidez y articulaciones inflamadas y sensibles al tacto.

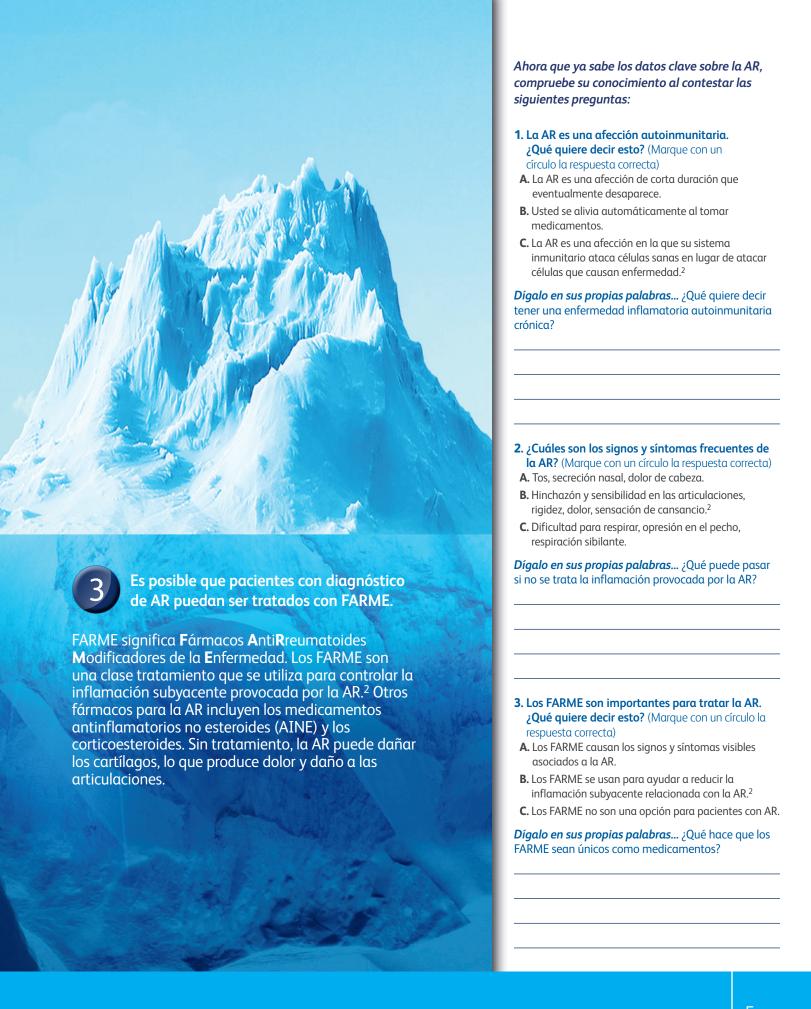
Los pacientes con AR suelen buscar ayuda de su profesional de atención médica debido al dolor, la rigidez, la fatiga o la hinchazón y la sensibilidad que presentan en las articulaciones.<sup>2</sup> Estos son los síntomas de la AR, las cosas que el paciente puede ver y sentir. Sin embargo, detrás de estos síntomas hay un proceso activo de inflamación que, si no se trata o no se trata adecuadamente, puede provocar daño en los cartílagos, erosiones óseas, daño en las articulaciones y otras afecciones médicas.<sup>2</sup>

• Enfermedad inflamatoria se refiere a un proceso que puede causar daño a los cartílagos. A medida que la AR avanza, la inflamación, una afección caracterizada por enrojecimiento e hinchazón, puede destruir el cartílago y el hueso, lo que puede provocar dolor y daño a las articulaciones. Con el transcurso del tiempo, las articulaciones pueden debilitarse y dejar de funcionar normalmente,² lo que puede limitar su capacidad de llevar a cabo actividades cotidianas simples.



Recordatorio importante sobre la AR:

Saber sobre la AR y cómo afecta su organismo es una parte importante de trabajar con su profesional de atención médica para identificar el medicamento y tratamiento indicados para usted.



### Información que necesita saber acerca de su AR, continuación



Los profesionales de atención médica, especialmente los reumatólogos capacitados para tratar la AR, pueden decirle si su AR está bajo control.

Su profesional de atención médica sabe si la AR está bajo control al hacerle un examen físico, así como al evaluar sus antecedentes médicos y por cuánto tiempo ha tenido AR. Su profesional de atención médica también puede usar radiografías, aparatos de ecografía y resonancia magnética para obtener imágenes de sus articulaciones para mostrar el grado de erosión ósea o daño a las articulaciones.<sup>4</sup>



Si no se trata o no se trata adecuadamente, la AR puede avanzar y afectar su capacidad de llevar a cabo actividades simples de la vida diaria que la mayoría de las personas dan por hecho.

A fin de entender como la AR está afectando su vida, su profesional de atención médica puede hacerle preguntas sobre si puede realizar actividades diarias sin ninguna dificultad, con algo de dificultad, con mucha dificultad o si no puede hacerlas en absoluto.<sup>5</sup> Todas estas preguntas ponen de manifiesto cómo la AR puede afectar posiblemente sus actividades diarias si no se trata de forma temprana o eficaz.<sup>6</sup>



El objetivo del tratamiento es controlar los síntomas y tratar la inflamación.

Con la AR ocurre lo mismo que con el iceberg... solo se puede ver la superficie sobre el agua, pero no lo que está debajo. La mejoría en los síntomas que puede ver y sentir, como dolor, hinchazón y articulaciones sensibles o rigidez, son como la superficie del iceberg. La inflamación subyacente de la AR es lo que no puede ver.<sup>2</sup> Una mejoría en sus síntomas no significa necesariamente que esta inflamación causada por su AR esté bajo control. Su profesional de atención médica sabrá si se está manejando adecuadamente la inflamación subyacente mediante la información de su examen físico, análisis de laboratorio y pruebas de diagnóstico por imagen.



Los pacientes con AR tienen un mayor riesgo de padecer otras enfermedades.

La inflamación que la AR provoca puede afectar más que solo las articulaciones. Además del daño a las articulaciones que puede impedir la capacidad de llevar a cabo actividades cotidianas, los pacientes con AR también corren el posible riesgo de presentar trastornos osteomusculares (por ejemplo, músculos, huesos y articulaciones), trastornos del sistema nervioso y depresión. El riesgo de presentar enfermedades cardiovasculares es más del doble en estos pacientes<sup>8</sup>; asimismo son vulnerables a trastornos pulmonares. Es muy importante seguir la recomendación del profesional de atención médica, tomar los medicamentos tal como se indica y seguir tomándolos aun si sus síntomas mejoran, y acudir a todas las citas programadas con su profesional de atención médica.



- 4. La actividad de la enfermedad en la AR se evalúa principalmente al estudiar la inflamación subyacente. ¿Qué quiere decir esto? (Marque con un círculo la respuesta correcta)
- **A.** Su profesional de atención médica le examinará la garganta y las amígdalas para verificar si han enrojecido.
- **B.** Se puede evaluar lo que causa su AR y su gravedad con pruebas diagnósticas que muestran la actividad de la enfermedad que está ocurriendo debajo de la piel.<sup>4</sup>
- **C.** Su profesional de atención médica verificará si su temperatura es alta.

Dígalo en sus propias palabras... ¿Cómo determina su profesional de atención médica si la inflamación está bajo control?

- 5. La AR es una afección progresiva. ¿Qué quiere decir esto? (Marque con un círculo la respuesta correcta)
- **A.** La AR se produce como parte natural del proceso de envejecimiento.
- **B.** La AR mejorará progresivamente con el tiempo.
- C. Es posible que los síntomas de la AR empeoren si no se tratan.<sup>6</sup>

**Dígalo en sus propias palabras...** Explique la importancia de tomar su medicamento para la AR siguiendo el programa de tratamiento de su profesional de atención médica.

- 6. La actividad de la enfermedad en la AR es mucho más que los signos y síntomas que puede ver y sentir. ¿Qué quiere decir esto? (Marque con un círculo la respuesta correcta)
- A. La ÁR es una enfermedad que ataca los tejidos de las articulaciones, lo que causa la inflamación subyacente, que está caracterizada por enrojecimiento, hinchazón y dolor.<sup>2</sup>
- B. La AR solo afecta la capa externa de la piel.
- C. La AR a menudo cambia el aspecto del rostro de una persona.

Dígalo en sus propias palabras... Piense en el iceberg, explique cómo se relaciona con su AR y su programa de tratamiento.

- 7. Se sabe que la AR está relacionada con otras enfermedades. ¿Qué quiere decir esto? (Marque con un círculo la respuesta correcta)
- **A.** Debe tener otros problemas médicos antes de que comience a presentar AR.
- **B.** La AR solo puede tratarse cuando sus otras afecciones médicas estén controladas.
- C. Con la AR corre riesgo de tener otras enfermedades que pueden afectar los huesos, el corazón y los pulmones.<sup>8,9</sup>

Dígalo en sus propias palabras... ¿Qué puede pasar si deja de tomar su medicamento para la AR aún si sus síntomas de dolor, hinchazón y rigidez mejoran?

#### Dolor en las articulaciones

Sensibilidad en las articulaciones

Hinchazón de las articulaciones

Dificultades para llevar a cabo actividades diarias de la vida

Daño en los cartilagos

Erosión ósea

Daño en las articulaciones

## Cómo prepararse para la siguiente cita con su reumatólogo

Su próxima cita:	
Profesional de atención mé	édica:
ugar:	Fecha:
Hora:	Por favor llegar a las:
	temas o preocupaciones de las que profesional de atención médica en
<u>)</u> .	
3.	
4.	
D.	
Respuestas (Información que	e necesita saber acerca de su AR):

[1. C] [2. B] [3. B] [4. B] [5. C] [6. A] [7. C]

Referencias: 1. Goodman M. The Iceberg Model. http://www.ascd.org/ASCD/pdf/journals/ed\_lead/el200910\_ kohm\_iceberg.pdf. 2002. Acceso: 23 de marzo de 2016. **2**. US Department of Health & Human Services. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Disease. Rheumatoid Arthritis. http://www.niams.nih.gov/ health\_info/rheumatic\_disease/. Acceso: 23 de marzo de 2016. **3**. MedlinePlus. Autoimmune disease. Summary.  $https://nlm.nih.gov/medlineplus/autoimmunediseases.html.\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ junio\ de\ 2016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 2\ de\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Acceso:\ 3016.\ \textbf{4.}\ Smolen\ JS,\ Breedveld\ FC,\ Acceso:\ 3016.\ Acceso:\ 3016$ Burmester GR, et al. Treating rheumatoid arthritis to target: 2014 update of the recommendations of an international task force. Ann Rheum Dis. 2016;75(1):3-15. **5.** Pincus T, Yazici Y, Castrejon I. Pragmatic and scientific advantages of MDHAQ/ RAPID3 completion by all patients at all visits in routine clinical care. Bull NYU Hosp Jt Dis. 2012;70 (suppl 1):30-36. 6. American College of Rheumatology. Rheumatoid arthritis. http://www.rheumatology.org/ i-am-a/patient-caregiver/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis. Acceso: 23 de marzo de 2016. **7.** van den Hoek J, Roorda LD, Boshuizen HC, Tijhuis GJ, van den Bos GA, Dekker J. Physical and mental functioning in patients with established rheumatoid arthritis over an 11-year followup period: the role of specific comorbidities. J Rheumatol. 2016;43(2):307-314. 8. Solomon DH, Karlson EW, Rimm EB, et al. Cardiovascular morbidity and mortality in women diagnosed with rheumatoid arthritis. Circulation. 2003;107:1303-130 $\bar{7}$ . 9. Cojocaru M, Cojocaru IM, Silosi I, Vrabie CD, Tanasescu R. Extra-articular manifestations in rheumatoid arthritis. Maedica (Buchar). 2010;5(4):286-291.



