

**Entender la  
actividad de la artritis  
reumatoide (AR)...  
POR ENCIMA y  
POR DEBAJO de la superficie**

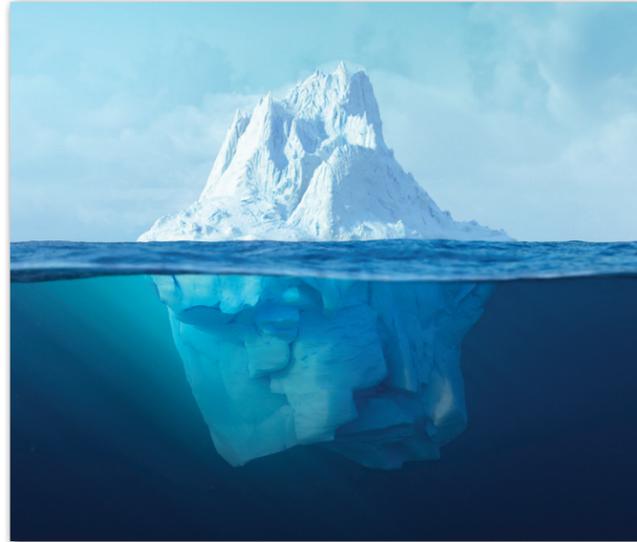
Guía de planificación  
para ayudar a  
optimizar el manejo  
de la artritis  
reumatoide

El objetivo de la información en este material educativo es reforzar y complementar la información que recibe de su equipo de atención médica. No reemplaza el asesoramiento que le provee su médico. Si tiene preguntas sobre la información que contiene este material educativo, analícelas con su proveedor de atención médica.

**Pfizer Inc. ha producido este material como un recurso para la educación de los pacientes.**

# Cómo utilizar esta guía de planificación

## El iceberg



Se trata de una imagen de uso habitual que puede explicar cualquier situación en la que se ve algo, si bien al mismo tiempo hay algo más que no se ve.<sup>1</sup>

El iceberg también es una metáfora útil para explicar lo que pasa dentro del cuerpo cuando tiene AR. Esto se debe a que los signos y síntomas de la AR (dolor, inflamación o sensibilidad articular) son solo la "punta del iceberg de la AR"; la inflamación crónica puede seguir ocurriendo por debajo de la superficie.<sup>2</sup>

**A menudo usted no se da cuenta de que la inflamación está siempre presente**

**y activa en el cuerpo cuando tiene AR.<sup>2</sup> Por este motivo, es esencial que tome su medicamento para la AR exactamente como le indicó su médico.**

Esa es solo una parte importante de la "punta del iceberg de la AR" que encontrará en este folleto.

Esta útil herramienta contiene información que ayuda a apoyar el manejo de la enfermedad. Utilice esta guía para comprender mejor la AR y cómo afecta a *usted*.

# Qué aprenderá

## Aspectos importantes sobre la AR que quizás no sepa, pero que debería saber

- 1 **Explicar mejor la AR, una enfermedad inflamatoria autoinmunitaria crónica,** a familiares y amigos que no entiendan su afección médica
- 2 Explicar por qué la **AR es algo más que los síntomas** de dolor, rigidez y sensibilidad e inflamación articular
- 3 Describir el rol de las **diferentes clases de medicamentos** utilizadas para tratar la AR
- 4 Comprender cómo su médico puede saber **si su inflamación subyacente está siendo tratada** con su plan de manejo de la enfermedad
- 5 Describir el **posible efecto que el daño articular** causado por la AR puede tener en su capacidad para realizar las **actividades cotidianas normales de la vida diaria**
- 6 Explicar por qué la **mejoría de los signos y síntomas de la AR no significa necesariamente la** reducción del proceso de inflamación subyacente que puede provocar daño articular
- 7 Describir las **posibles consecuencias de interrumpir su medicamento,** reducir su dosis o tomarlo con menos frecuencia de la indicada por su médico sin hablar primero con él



### Una punta del iceberg de la AR

Incluso cuando parezca que los síntomas de la AR están ausentes o han remitido, es esencial que tome regularmente el medicamento como le indicó su médico. El médico solo puede ver la inflamación subyacente causada por la AR mediante un examen físico y el uso de diagnóstico por imágenes y análisis. Por lo tanto, no descontinúe el medicamento sin hablar primero con su médico.

# Información necesaria sobre la AR

## 1 La AR es una enfermedad inflamatoria autoinmunitaria crónica. Los términos se definen de la siguiente forma:

- **Crónica** significa que tendrá AR durante toda su vida.<sup>3</sup> Hoy en día no se conoce ninguna cura para la AR.<sup>4</sup> Sin embargo, los medicamentos pueden ayudar a controlar el daño articular y la pérdida ósea que pueden producirse.<sup>3</sup>
- Las enfermedades **autoinmunitarias** son afecciones en las que el sistema inmunitario ataca por error las células saludables.<sup>5</sup> En la AR, el sistema inmunitario ataca y destruye el tejido articular saludable, lo que puede provocar enfermedades que afecten a otras partes del cuerpo.
- Enfermedad **inflamatoria** se refiere a un proceso que puede provocar daño articular.<sup>3</sup> A medida que la AR progresa, la inflamación puede destruir el cartílago y los huesos de las articulaciones, lo que provoca dolor y daño. Con el tiempo, las articulaciones pueden debilitarse y no funcionar normalmente.<sup>2</sup> Esto puede limitar su capacidad para realizar actividades cotidianas sencillas.<sup>3</sup>

## 2 La AR es algo más que los síntomas de dolor, rigidez y sensibilidad e inflamación articular.



Los pacientes con AR suelen pedir ayuda a su médico debido al dolor, la rigidez, la fatiga o las articulaciones inflamadas y sensibles.<sup>2</sup> Estos son algunos de los síntomas de la AR, los que los pacientes pueden ver y sentir. Sin embargo, por debajo de estos síntomas se encuentra un proceso inflamatorio activo que, si no se trata o se trata inadecuadamente, puede provocar daño articular, pérdida ósea y otras afecciones médicas.<sup>2</sup>



### Una punta del iceberg de la AR

Comprender la AR y cómo afecta al cuerpo es esencial para trabajar con su médico con el fin de identificar un plan de tratamiento de la enfermedad adecuado para usted.

## 3 A los pacientes con diagnóstico de AR se les puede recetar un FARME y otros tipos de medicamentos.

FARME significa fármaco **antirreumático** **m**odificador de la **e**nfermedad. Los FARME son una clase de medicamentos que se usan para ayudar a tratar la inflamación subyacente causada por la AR.<sup>6</sup> Otros medicamentos para la AR incluyen antiinflamatorios no esteroideos (AINE) y corticoesteroides.<sup>3</sup> La AR puede dañar las articulaciones, lo que provoca dolor y pérdida de función.

## 4 Los médicos, particularmente los reumatólogos formados para tratar la AR, pueden saber si la AR está controlada.

Su médico puede saber si su AR está controlada mediante un examen físico, como así también evaluando sus antecedentes médicos y cuánto tiempo ha tenido AR.<sup>2</sup> Su médico también puede usar rayos X, equipos de ultrasonido y resonancia magnética (RM) para obtener imágenes de sus articulaciones que muestren el grado de erosión ósea o daño articular.<sup>2,4,6</sup> También es posible que su médico solicite ciertas pruebas analíticas para ver si su AR está controlada.<sup>2</sup>

## 5 Si se deja sin tratar o no se trata bien, la AR puede progresar y afectar su capacidad para realizar actividades sencillas de la vida cotidiana que muchas personas subestiman.

Para ayudar a comprender cómo la AR afecta su vida, su médico puede hacerle preguntas sobre si tiene alguna dificultad para realizar las actividades cotidianas.<sup>7</sup> Todas estas preguntas muestran cómo la AR puede afectar posiblemente a sus actividades cotidianas si no se trata de forma temprana o eficaz.<sup>4</sup>

## Información necesaria sobre la AR (continuación)

### 6 El objetivo de un plan de manejo de la enfermedad es manejar los síntomas y controlar la inflamación.

Al igual que el iceberg, lo mismo sucede con la AR... solo se puede ver la superficie por encima del agua, pero no lo que se encuentra debajo. Las mejorías en los síntomas que puede ver y sentir, como dolor, articulaciones inflamadas y sensibles o rigidez, son como la superficie del iceberg. La inflamación subyacente en la AR es lo que usted no puede ver.<sup>3</sup> Las mejorías en sus síntomas no significan necesariamente que la inflamación subyacente causada por la AR esté controlada. La información obtenida de su examen físico, pruebas analíticas y estudios por imágenes hará saber a su médico si su inflamación subyacente se está tratando adecuadamente.<sup>2,6</sup>

### 7 Los pacientes con AR tienen un mayor riesgo de desarrollar otras (condiciones) afecciones médicas.



La inflamación causada por la AR no solo puede afectar a las articulaciones. Además del daño articular que puede dificultar la realización de actividades cotidianas, los pacientes con AR también corren un posible riesgo de sufrir enfermedad pulmonar intersticial (inflamación o cicatrización de los pulmones), aumento del riesgo de enfermedad cardíaca y enfermedad del ojo seco.<sup>8-10</sup>

Es muy importante seguir los consejos de su médico, tomar los medicamentos recetados según las indicaciones, seguir tomando sus medicamentos aunque los síntomas mejoren y acudir a todas las citas programadas con su médico.



#### Una punta del iceberg de la AR

Siempre debe mantener informado a su médico sobre cómo afecta la AR a sus actividades cotidianas. Su médico únicamente puede tomar medidas que puedan ayudarle si usted le comenta abiertamente los retos de su estilo de vida.



### Ahora que ya conoce los datos clave sobre la AR, compruebe sus conocimientos respondiendo a las siguientes preguntas:

1. La AR es una afección autoinmunitaria. ¿Qué significa esto? (Rodee con un círculo la respuesta correcta)
- A. La AR es de corta duración y eventualmente desaparece
  - B. Puede mejorar automáticamente cuando toma el medicamento
  - C. La AR es una afección en la que el sistema inmunitario ataca a las células sanas, en lugar de atacar a las células que pueden causar enfermedades<sup>2</sup>

**Dígalo con sus propias palabras...** ¿Qué significa tener una afección inflamatoria autoinmunitaria crónica?

---

---

2. ¿Cuáles son los signos y síntomas frecuentes de la AR? (Rodee con un círculo la respuesta correcta)
- A. Tos, secreción nasal, dolor de cabeza
  - B. Hinchazón y sensibilidad de las articulaciones, rigidez, dolor, sensación de cansancio extremo (fatiga)<sup>3</sup>
  - C. Falta de aire, opresión en el pecho, sibilancias

**Dígalo con sus propias palabras...** ¿Qué puede ocurrir si no se trata la inflamación causada por la AR?

---

---

3. Los FARME desempeñan un papel importante en el tratamiento de la AR. ¿Qué significa esto? (Rodee con un círculo (circule) la respuesta correcta)
- A. Los FARME provocan los signos y síntomas visibles asociados a la AR
  - B. Los FARME se utilizan para ayudar a reducir la inflamación subyacente asociada a la AR<sup>6</sup>
  - C. Los FARME no son una opción para los pacientes con AR

**Dígalo con sus propias palabras...** Como medicamento, ¿qué hace que un FARME sea único?

---

---

4. La actividad de la AR se evalúa mediante una combinación de examen físico, funcionamiento cotidiano, síntomas, análisis de sangre y pruebas de diagnóstico por imágenes para ayudar a su médico a monitorear la inflamación subyacente. ¿Qué significa esto? (Rodee con un círculo la respuesta correcta)

- A. Su médico examinará su garganta y amígdalas para ver si están enrojecidas
- B. Su médico puede solicitar pruebas diagnósticas, como análisis de sangre y pruebas de diagnóstico por imágenes, para observar la actividad de la enfermedad que se produce debajo de la piel<sup>4</sup>
- C. Su médico comprobará si tiene temperatura alta

**Dígalo con sus propias palabras...** ¿Cómo puede saber su médico si su inflamación está controlada?

---

---

5. La AR es una afección progresiva. ¿Qué significa esto? (Rodee con un círculo la respuesta correcta)
- A. La AR se produce como parte natural del envejecimiento
  - B. La AR mejorará progresivamente con el tiempo
  - C. Los síntomas de la AR pueden empeorar si no se tratan<sup>2</sup>

**Dígalo con sus propias palabras...** Explique la importancia de tomar su medicamento para la AR siguiendo el programa de manejo de la enfermedad propuesto por su médico.

---

---

6. La actividad de la AR es más que los signos y síntomas que usted puede ver y sentir. ¿Qué significa esto? (Rodee con un círculo la respuesta correcta)
- A. La AR es una enfermedad que ataca los tejidos articulares, lo que puede provocar daño articular permanente<sup>4</sup>
  - B. La AR solo afecta a la capa externa de la piel
  - C. La AR a menudo cambia los rasgos faciales de una persona

**Dígalo con sus propias palabras...** Explique cómo se relaciona el iceberg con su AR y el programa de manejo de la enfermedad.

---

---

7. Se sabe que la AR está asociada a otras afecciones médicas. ¿Qué significa esto? (Rodee con un círculo la respuesta correcta)
- A. Debe tener otros problemas médicos antes de empezar a tener AR
  - B. La AR solo se puede tratar cuando sus otras (condiciones)afecciones médicas están controladas
  - C. Con la AR, puede correr el riesgo de desarrollar otras afecciones que pueden afectar los huesos, el corazón y los pulmones<sup>3,8,9</sup>

**Dígalo con sus propias palabras...** ¿Qué puede ocurrir si deja de tomar su medicamento para la AR incluso cuando sus síntomas de dolor, inflamación y rigidez mejoran?

---

---



Dolor articular<sup>3</sup>

Inflamación articular<sup>3</sup>

Rigidez matutina<sup>3</sup>

Dificultades para realizar actividades cotidianas<sup>3</sup>

Fatiga<sup>3</sup>

Daño y pérdida de cartílago<sup>3</sup>

Erosión ósea<sup>3</sup>

Otro daño articular<sup>3</sup>



## Prepararse para su próxima cita con su reumatólogo

### Su próxima cita:

Médico:

---

Fecha:

Hora de llegada:

---

Lugar:

---



Enumere las preguntas, los problemas o las inquietudes sobre las que le gustaría hablar con su médico durante su próxima cita:

---

---

---

### Guía de respuestas a las preguntas (Información necesaria sobre la 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](http://www.ascd.org/ASCD/pdf/journals/ed_lead/el200910_kohm_iceberg.pdf). 2002. Accessed April 14, 2021. **2.** US Department of Health & Human Services. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Disease. Rheumatoid Arthritis. <https://www.niams.nih.gov/health-topics/rheumatoid-arthritis>. Accessed April 14, 2021. **3.** National Institutes of Health. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. *Handout on Health: Rheumatoid Arthritis*. NIH Publication No. 17-4179. April 2017. **4.** American College of Rheumatology. Rheumatoid Arthritis. Fast Facts. 2019. <http://www.rheumatology.org/i-am-a/patient-caregiver/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis>. Accessed April 14, 2021. **5.** MedlinePlus. Autoimmune disease. Summary. <https://nlm.nih.gov/medlineplus/autoimmunediseases.html>. April 14, 2021. **6.** Smolen JS, Breedveld FC, 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. **7.** 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. **8.** Iqbal K, Kelly C. Treatment of rheumatoid arthritis-associated interstitial lung disease: a perspective review. *Ther Adv Musculoskelet Dis*. 2015;7(6):247-267. **9.** Radner H. How to improve care for patients with RA and comorbidities. *Nat Rev Rheumatol*. 2020;16(11):607-608. **10.** Bhamra MS, Gondal I, Amarnani A, et al. Ocular manifestations of rheumatoid arthritis: implications of recent clinical trials. *Int J Clin Res Trials*. 2019;4(2):139. doi:10.15344/2456-8007/2019/139