

The background image shows a person's hand holding their arm, suggesting pain or discomfort. A circular inset in the bottom right corner provides a close-up view of skin with psoriasis, characterized by red, scaly patches.

GUÍA DE LA ARTRITIS PSORIÁSICA

Conocer la Artritis Psoriásica	pág. 3
¿Qué es la Artritis Psoriásica?	pág. 4
¿Quién tiene riesgo de padecerla?	pág. 5
¿Cuáles son los síntomas de la Artritis Psoriásica?	pág. 6
¿Qué sucede a lo largo del tiempo?	pág. 8
¿Cómo se trata la Artritis Psoriásica?	pág. 10
¿De qué otras maneras podemos mi familia y yo seguir luchando contra la Artritis Psoriásica?	pág. 12
Bibliografía	pág. 15



Conocer la Artritis Psoriásica

La Artritis Psoriásica es una enfermedad inflamatoria que afecta principalmente a la piel y a las articulaciones. Este folleto se ha elaborado para ayudarles a conocerla mejor.

La Artritis Psoriásica puede originar dolor y daño articular, así como alteraciones en la piel y, si no se trata, puede reducir la capacidad de trabajar, conducir e incluso andar. También puede tener otros efectos sobre la salud, y puede afectar de forma importante a las relaciones familiares al añadir tensión y exigir a los miembros de la familia que asuman funciones nuevas.

Sin embargo, los avances en la investigación sobre Artritis Psoriásica han dado como resultado tratamientos nuevos que no solo alivian el dolor y los síntomas de la enfermedad, sino que pueden prevenir también sus efectos a largo plazo. Aunque en el pasado el objetivo del tratamiento de la Artritis Psoriásica era fundamentalmente combatir el dolor y aliviar las lesiones en la piel, las nuevas opciones terapéuticas abordan sus causas. Este nuevo enfoque permite a los que sufren Artritis Psoriásica algo más que el alivio de sus síntomas, puede ayudarles a llevar una vida más normal.

Pero no está usted solo en la lucha contra la Artritis Psoriásica. Además del papel esencial que tiene usted en su tratamiento, así como el del médico y los profesionales sanitarios, su familia y otros cuidadores pueden proporcionarle una base sólida de apoyo. Por ese motivo, es importante que usted y su entorno tengan un amplio conocimiento de la Artritis Psoriásica, sus causas y sus tratamientos. La información de este folleto es un buen punto de partida para comenzar un diálogo con su familia.

¿Qué es la Artritis Psoriásica?

Al contrario que otras enfermedades reumáticas, como es el caso de la artrosis, la Artritis Psoriásica es un proceso autoinmune, lo que significa que su sistema inmunitario, que normalmente le protege contra las infecciones y otras enfermedades, ataca a los tejidos sanos del organismo. Más concretamente, la Artritis Psoriásica afecta a un tejido que se encuentra en las articulaciones, denominado membrana sinovial, que actúa como amortiguador del movimiento articular. También se ve afectada la piel.

La Artritis Psoriásica provoca que la membrana sinovial se inflame, aumente de tamaño y con el tiempo, destruya otros tejidos de la articulación. La membrana sinovial anormalmente engrosada y la destrucción articular acompañante pueden originar dolor y deformidad. Según progresa la enfermedad, el dolor, la destrucción articular y la pérdida de movimiento pueden disminuir la capacidad para llevar una vida normal. Asimismo aparecen síntomas propios de la psoriasis, como: Piel seca y con escamas, enrojecimiento y elevación de la piel en forma de placas.

En la mayoría de los pacientes los síntomas cutáneos aparecen primero seguidos de artritis en las articulaciones. De hecho, hasta el 30% de los pacientes con psoriasis pueden desarrollar Artritis Psoriásica.

Además de los efectos sobre las articulaciones y la piel, la inflamación de la Artritis Psoriásica también puede afectar a otros órganos, como: Los ojos, la boca, los pulmones, los riñones y el corazón.

El componente emocional de esta enfermedad es muy importante ya que las lesiones cutáneas pueden avergonzar al paciente y dificultar su relación con los demás.

¿Quién tiene riesgo de padecerla?

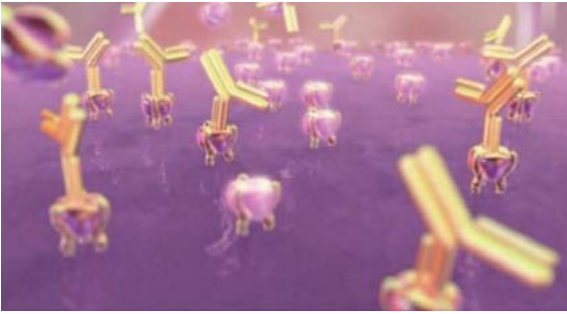
La Artritis Psoriásica puede afectar a cualquier persona, bien sea hombre o mujer, y puede comenzar a cualquier edad, desde la infancia a la tercera edad, aunque suele iniciarse entre los 30 y 50 años de edad.

¿Cuál es la causa de la Artritis Psoriásica?

Tras años de investigación, los científicos todavía no han podido determinar la causa inicial de la Artritis Psoriásica. Se han estudiado muchas posibilidades. La Artritis Psoriásica no se hereda directamente, es decir, no pasa directamente de padres a hijos. Más bien, la genética influye en la tendencia a padecer la Artritis Psoriásica y la enfermedad sólo se desarrolla si se activa por algún acontecimiento o trastorno. Los científicos trabajan actualmente para identificar tales acontecimientos o trastornos, como: Infecciones, traumatismos, cambios hormonales y factores ambientales.



Sabemos que una causa importante de la Artritis Psoriásica es una proteína del sistema inmunitario denominada factor de necrosis tumoral alfa (TNF- α). Normalmente, el TNF- α actúa ayudando a eliminar microbios y otras sustancias extrañas del organismo. Recientemente, los científicos han descubierto que la mayoría de los pacientes con Artritis Psoriásica tienen un exceso de TNF- α lo que estimula un proceso inmunitario que produce inflamación articular y cutánea y, finalmente, daño articular permanente e importantes lesiones en piel.



Los nuevos medicamentos para la Artritis Psoriásica, denominados FAME biológicos, se han desarrollado específicamente para bloquear al TNF- α . Con este mecanismo, estos fármacos hacen algo más que tratar los síntomas. Los estudios clínicos de los FAME biológicos han demostrado que pueden ayudar a prevenir mayores daños articulares y erosiones óseas, así como mejorar de forma importante las lesiones cutáneas.

¿Cuáles son los síntomas de la Artritis Psoriásica?

La Artritis Psoriásica produce dolor e inflamación en las articulaciones y tejidos adyacentes, como la piel, los tendones y los ligamentos. Estos síntomas generalmente no se producen por igual en ambos lados del cuerpo, afectando a uno u otro lado (asimetría). Los síntomas pueden afectar a diferentes áreas del cuerpo y suelen incluir una combinación de los siguientes:

Articulaciones, tendones y ligamentos:

- Dolor, enrojecimiento e inflamación de los dedos de las manos y los pies con apariencia de “salchichas” (puede que no todos los dedos estén afectados).

- Rigidez y dolor en las articulaciones.
- Dolor e inflamación en las zonas donde los tendones y los ligamentos se unen al hueso, como el codo o detrás del talón (tendón de Aquiles).
- Rigidez y dolor de espalda.

Uñas:

- Pequeños hoyos en las uñas de las manos y los pies.
- Despegamiento de las uñas de la piel.

Piel (lesiones psoriásicas):

- Zonas de piel enrojecidas o grisáceas elevadas y con escamas (placas), de aparición típica en cuero cabelludo, codos, rodillas o en el final de la espalda.
- Las placas pueden cubrir un área pequeña o grandes zonas de la superficie del cuerpo.

Además del dolor articular y la piel escamosa, los síntomas más comunes de la Artritis Psoriásica incluyen rigidez matutina y fatiga. En algunos casos, la Artritis Psoriásica también puede provocar inflamación de la parte interna del globo ocular (uveítis), lesiones cardíacas, pulmonares y/o renales. La Artritis Psoriásica puede también producir un impacto negativo en el estado emocional de la persona y conducir a una depresión importante.

¿Qué sucede a lo largo del tiempo?

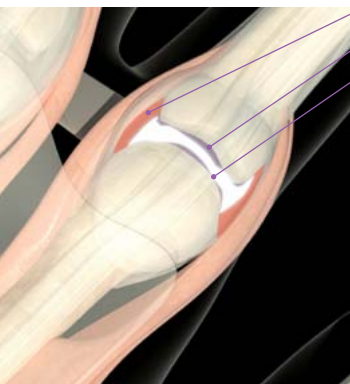
Con el tiempo, la inflamación originada por la Artritis Psoriásica puede dañar las articulaciones de forma permanente. La Artritis Psoriásica afecta a un tejido de las articulaciones que se denomina membrana sinovial. Normalmente, la membrana sinovial actúa como amortiguador de los huesos de las articulaciones durante el movimiento. En la Artritis Psoriásica, la membrana sinovial se inflama y aumenta de tamaño de forma anormal. Al continuar creciendo, la membrana sinovial comienza a invadir los tejidos adyacentes, como el cartílago y el hueso, destruyéndolos durante el proceso. Este proceso, denominado erosión, puede producir deformidades considerables con el paso del tiempo. Además, las radiografías han revelado daño articular incluso en pacientes diagnosticados de psoriasis que todavía no habían experimentado ningún síntoma articular.

En cuanto a los síntomas cutáneos de la Artritis Psoriásica, pueden ser muy dolorosos y dejar cicatrices y marcas en la piel. Estos síntomas pueden avergonzar y desmoralizar al enfermo, provocando sentimientos de depresión y aislamiento de los demás.



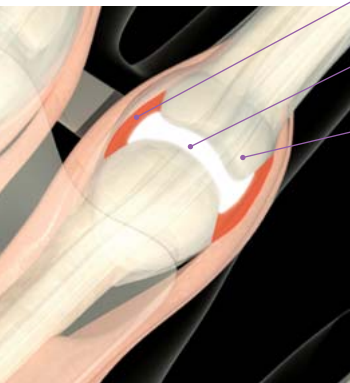
Líquido sinovial
Cartílago
Hueso

Al comienzo de la Artritis Psoriásica, la articulación se hincha e inflama y el cartílago comienza a deteriorarse.



Hinchazón e inflamación
Deterioro del cartílago
Erosión ósea

Conforme progresa la Artritis Psoriásica, la inflamación y la hinchazón se hacen más intensas, el cartílago se deteriora rápidamente y el hueso comienza a erosionarse.



Inflamación e hinchazón intensas
Destrucción del cartílago y el hueso
Pérdida de movilidad y de función articular

En los estadios avanzados, la Artritis Psoriásica puede producir dolor, inflamación e hinchazón debilitantes. El hueso y el cartílago se destruyen. El resultado es una pérdida permanente de la movilidad y de la función articular.

¿Cómo se trata la Artritis Psoriásica?

Hasta ahora, el tratamiento para la Artritis Psoriásica se enfocaba de forma separada sobre los dos componentes. Los síntomas de artritis eran generalmente tratados con fármacos que reducían el dolor y la inflamación, mientras que los síntomas en piel eran tratados con fármacos que controlaban las lesiones psoriásicas:

- **AINE (antiinflamatorios no esteroideos)**

Los AINE disminuyen el dolor y la inflamación. Los AINE pueden producir en ocasiones molestias, úlceras y hemorragias gástricas.

- **Tratamientos para la piel**

Son de utilidad: La fototerapia, cremas, pomadas y lociones correctoras, calor y frío, glucocorticoides tópicos,...

Los tratamientos para la Artritis Psoriásica más recientes consisten en medicamentos que no sólo combaten los síntomas de la Artritis Psoriásica, sino que tratan también la propia enfermedad. Estos medicamentos se denominan FAME (fármacos antirreumáticos modificadores de la enfermedad).

Actualmente existen dos tipos de FAME:

- **FAME convencionales**

Los FAME convencionales ayudan a prevenir el daño articular y del cartílago y pueden producir una mejoría importante en muchos pacientes. Los posibles efectos secundarios son: Erupciones cutáneas, úlceras bucales, molestias digestivas, problemas hepáticos o renales, alteraciones hematológicas o de la visión y otros.

• FAME biológicos

Hoy día, se utilizan los llamados fármacos antirreumáticos biológicos modificadores de la enfermedad (FAME), que bloquean específicamente el TNF- α en el cuerpo. El término “biológico” significa que su origen no es químico, sino que procede de proteínas humanas o animales.

Los FAME biológicos son un tratamiento de segunda línea cuando la respuesta a los FAME convencionales ha sido insuficiente. El tratamiento con algunos de los FAME biológicos también incluye la continuación con FAME convencionales. En los ensayos clínicos se ha demostrado que los FAME biológicos pueden contribuir a prevenir el daño articular y del cartílago, así como a mejorar las lesiones en piel. Los FAME biológicos se dirigen específicamente a partes del sistema inmunitario que contribuyen a la inflamación de la Artritis Psoriásica, como el TNF- α . Estos medicamentos se inyectan por debajo de la piel (subcutáneo) o se administran por vía intravenosa. Los posibles efectos adversos de los FAME biológicos son: inflamación en el lugar de inyección, reacciones alérgicas graves tras la infusión, cefalea, erupción cutánea e infección de las vías respiratorias superiores o de los senos paranasales. Antes de recibir medicamentos que bloquean el exceso de TNF- α , su médico debe comprobar la ausencia de signos y síntomas de tuberculosis.

¿De qué otras maneras podemos mi familia y yo seguir luchando contra la Artritis Psoriásica?

Continúe visitando al especialista

Los reumatólogos y dermatólogos son los especialistas en el manejo y tratamiento de la artritis psoriásica. Otros profesionales, como: Enfermeras, fisioterapeutas o terapeutas ocupacionales, traumatólogos, psicólogos, asistentes sociales y cuidadores pueden ayudarle proporcionándole apoyo en otros aspectos de la Artritis Psoriásica.



Comunicación y conocimiento

Una enfermedad crónica como la Artritis Psoriásica resulta difícil de sobrellevar, por lo que puede afectar a las relaciones con su entorno más cercano.

Los cónyuges tienen que hacerse cargo de responsabilidades nuevas. También tienen que afrontar los grandes cambios físicos y emocionales de la persona a la que aman. Para los niños puede ser difícil comprender por qué no puede usted jugar con ellos, por qué se cansa fácilmente y por qué se cambian o suspenden los planes por un brote de la enfermedad.

Aunque todas las relaciones se modifican con el tiempo, en la Artritis Psoriásica se da una dificultad añadida puesto que los cambios pueden producirse rápidamente. La comunicación mutua abierta y sincera sobre los sentimientos y los temores puede ser útil. Asegurarse de que todos saben lo que es la Artritis Psoriásica y cómo se trata ayudará a que todos los miembros de la familia trabajen juntos para hacer la vida lo mejor posible.

Modificaciones de los hábitos de vida

El adelgazamiento puede disminuir la sobrecarga de las articulaciones. Además, una dieta sana, un descanso adecuado, el tratamiento del estrés y el ejercicio regular (para mejorar la fuerza, la resistencia y la movilidad) pueden ayudar a mejorar la salud general.



Si existen lesiones psoriásicas es muy importante un cuidado adecuado de la piel. Los humidificadores de aire en invierno y cuidados diarios con cremas y lociones hidratantes pueden ayudar a que la piel no se reseque. Para prevenir irritaciones innecesarias, se debe evitar el uso de jabones fuertes que contengan perfumes o sustancias químicas.



Permanezca informado

Cuanto más sepan usted y su familia sobre la Artritis Psoriásica, mejor controlarán su forma de tratamiento. Manténgase al día con la información sobre nuevos tratamientos y no duden en plantear usted o su familia cualquier pregunta a su médico.

Siga tomando sus medicamentos

Actualmente, los medicamentos modernos que tratan las causas subyacentes de la Artritis Psoriásica -además de sus signos y síntomas- pueden proporcionar efectos beneficiosos. Sin embargo, no existe actualmente curación para la Artritis Psoriásica y los efectos beneficiosos que producen estos medicamentos no son permanentes. Por lo tanto, debe tomar siempre su medicación exactamente como le indique su médico.

Bibliografía

- Alvarez C, Zapico I. Artritis psoriásica: Manifestaciones clínicas, diagnóstico, pronóstico. En: Sociedad Española de Reumatología, editor. Espondiloartritis. Madrid: Panamericana; 2004. P. 219-230.
- Panel de Expertos de la SER. Primer documento de consenso de la Sociedad Española de Reumatología sobre el uso de antagonistas del TNF- α en las espondiloartritis. Reumatol Clin. 2005;1(1):32-7.
- Gómez N, Castro I. Artritis psoriásica. En: Gómez N, Castro I, editores. Manual del enfermo con espondiloartritis. Madrid: Ediciones Díaz de Santos; 2004. P. 53-61.
- García-Villalba F, et al. Artropatía psoriásica. En: Sociedad Murciana de Reumatología, editor. Terapias biológicas en enfermedades reumáticas. Murcia: DM; 2005. P. 71-83.

Direcciones de Interés

Organismos y Sociedades Nacionales

- www.msps.es
- www.ser.es
- www.reumaped.es
- www.medicosypacientes.com

Organismos internacionales

- www.printo.it
- www.eular.org
- www.rheumatology.org.uk
- www.rheumatology.org

Organizaciones de pacientes nacionales

- Coordinadora Española de Asociaciones de Espondilitis. e-mail: ceade2003@gmail.com
Telf: 658 945 486
- www.conartritis.org
- www.lire.es
- www.confepar.org
- www.accionpsoriasis.org
- www.webpacientes.org/fep/
- www.alianzadepacientes.org
- www.ligareumatologica.org/ca
- www.ligareumatologicaasturiana.com
- www.lira.es

Organizaciones de pacientes internacionales

- www.arthritiscare.org.uk
- www.arma.uk.net
- www.arthritis.org
- www.patient-view.com
- www.ipfa-pso.org
- www.arthritistoday.org



Liga Reumatológica Asturiana

C/ Gutiérrez Herrero, 4 - Bajo. Avilés
Telf. 985 51 23 09 / 985 93 48 33
www.ligareumatologicaasturiana.com

