

Sabías que...

El lupus es una enfermedad crónica que puede afectar cualquier órgano.

Se produce por una alteración del sistema inmunológico en personas genéticamente predispuestas, en donde factores ambientales actúan como desencadenantes de una respuesta exagerada que lleva al desconocimiento de las células propias, con la consiguiente inflamación y daño.



- El lupus afecta con más frecuencia a **mujeres jóvenes en edad fértil** (proporción 9-1), aunque también a hombres, niños y personas ancianas. Puede afectar a cualquier raza.
- No respeta clase social.

TIPOS DE LUPUS

- **Lupus eritematoso cutáneo** (afecta solamente a la piel)
- **Lupus eritematoso sistémico** (puede afectar cualquier órgano)
- **Lupus inducido por drogas** (desencadenado por la toma de algunos medicamentos)
- **Lupus neonatal** (hay anticuerpos específicos en algunas mamás con lupus que al atravesar la placenta producen daño al neonato).

ME DIAGNOSTICARON LUPUS, ¿QUÉ HAGO?



Apóyate en tu médico y haz todas las preguntas que necesites.



Hay otros pacientes con lupus que te pueden ayudar. Las asociaciones de pacientes son un apoyo importante para estos momentos:

Alua - Asociación Lupus Argentina (alua.org.ar)
Fundación Lupus Córdoba (@LupusCordoba)
Fundación Lupus Salta
A.Lu.Cha - Asociación Lupus Chaco (@lupuschaco)
Grupo Glura - Rosario, Santa Fe.
Lupus Misiones (@LupusMisiones)



Recurrir a fuentes confiables para obtener información:

reumatologia.org.ar
reumaquiensos.org.ar
panlar.org
hablemosdelupus.org



SAR

Sociedad Argentina de Reumatología

TE CONTAMOS
SOBRE EL

LUPUS ERITEMATOSO SISTÉMICO



Sociedad Argentina de Reumatología

¿QUÉ SÍNTOMAS PUEDO TENER?

El lupus, al ser una enfermedad sistémica, puede afectar cualquier órgano.

Los síntomas varían de paciente a paciente, muchos comienzan su enfermedad con fiebre, malestar general, pérdida de peso inexplicable, fatiga extrema, sumados a los síntomas provocados por el compromiso propio de cada órgano.

No hay dos pacientes iguales con lupus, por lo que muchas veces se demora el diagnóstico y el inicio del tratamiento, con repercusión en el pronóstico de la enfermedad.

Lo característico de esta enfermedad es su evolución entre brotes (actividad) y remisiones (inactividad) en donde el médico y su paciente podrán adecuar el tratamiento en forma dinámica para hacer que los períodos de inactividad sean lo más largo posibles.



**MENOS ACTIVIDAD
= MENOS DAÑO
= MEJOR PRONÓSTICO**

¿LA ENFERMEDAD Y LA MEDICACIÓN PUEDEN INTERFERIR EN LA VIDA SEXUAL?

La fertilidad no está afectada por la enfermedad. Pero hay medicamentos que se usan para controlarla que podrían influir en la fertilidad a mediano o largo plazo. El equipo médico tratará de evitar este efecto indeseable evaluando cada paciente en particular. La actividad de la enfermedad y algunos medicamentos pueden impactar sobre la autoestima, el deseo y rendimiento sexual. Durante los períodos de inactividad, mejora la calidad de vida y todo se recupera.

¿LAS MUJERES CON LUPUS SE PUEDEN EMBARAZAR?

¡La respuesta es SÍ!

Lo importante es la planificación junto al equipo médico. La enfermedad debería estar inactiva por lo menos seis meses para comenzar la búsqueda del embarazo.

¿CÓMO SE TRATA EL LUPUS?

A pesar de que no hay cura para el lupus, la supervivencia y la calidad de vida han mejorado en forma significativa en las últimas décadas. Los medicamentos disponibles se utilizan para controlar la enfermedad, reducir la inflamación y prevenir los brotes.

LA BUENA ADHERENCIA AL TRATAMIENTO ES LA CLAVE PARA LOGRAR UN BUEN CONTROL DE LA ENFERMEDAD.

¿CÓMO SE PUEDE TENER EL LUPUS BAJO CONTROL Y PREVENIR QUE SE ACTIVE?



Conocer acerca de los síntomas que alerten que algo pasa en el cuerpo y conversar con el médico para recibir un tratamiento oportuno. Cumplir con el tratamiento indicado.



Aprender a convivir con la enfermedad. Buscar apoyo emocional.



Usar protector solar de alta graduación >50. La radiación ultravioleta es un factor desencadenante de la actividad de la enfermedad.



Mantener hábitos de vida saludables. Realizar ejercicio físico mejora el estado de ánimo y la autoestima, tiene efectos positivos a nivel del sistema cardiovascular y óseo. Adicionalmente se debe también intentar reducir al mínimo los factores de riesgo cardiovascular tradicionales como la obesidad, la hipertensión o la hipercolesterolemia.



Cuidar la dieta. No hay una dieta especial para el lupus. En general, se debe tratar de comer una dieta nutritiva, bien balanceada y variada.



No fumar. El tabaco puede desencadenar la enfermedad, genera menos respuesta al tratamiento, aumenta el riesgo de cáncer y enfermedad cardiovascular.

¿SE PUEDE SUSPENDER EL TRATAMIENTO EN PERIODOS DE REMISIÓN?

¡La respuesta es NO!

En general los medicamentos pueden sufrir modificaciones en su dosificación de acuerdo con la actividad de la enfermedad. Algunos pueden suspenderse temporalmente pero siempre la decisión sobre continuar o no un tratamiento debe ser compartida con su médico reumatólogo.