

L'ARTRITIS REUMATOIDE



Autors: Josep Bardés, Mariana León, Dolors Puigoriol, Neus Riutord, Judit Roura, Cristina Sampedro, Maria Torres

Coordinadora : Dra. Marian March

Tutors: Dr. David Berlana i Dr. Ignasi Cardona

UCD Barcelona Nord

De què parlarem?

1. Introducció a la patologia

- Què és l'artritis reumatoide?
- Per què es produeix?
- Com es diagnostica?
- Cas clínic



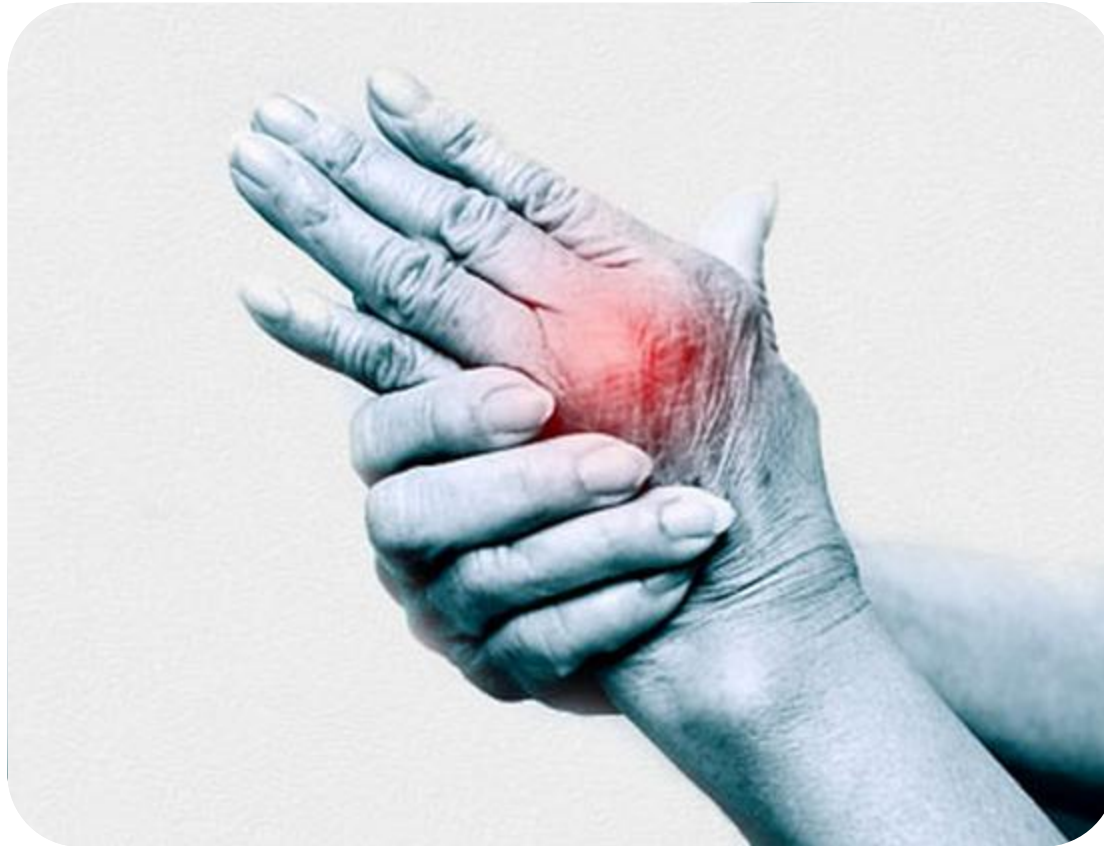
2. Educació ciutadana

- Relació de l'artritis amb factors com el clima, alimentació i exercici

3. Consolidació de la presentació



1. Introducció a la patologia



Què és l'artritis reumatoide?

- Malaltia crònica, autoimmunitària, de baixa freqüència i d'aparició espontània
- Artritis a les articulacions
- Artritis fora de les articulacions



Per què es produeix?

- Predisposició genètica, però no hereditària
- Etiologia desconeguda

Com es diagnostica?

- Radiografies
- Factor reumatoide

Cas clínic



2. Educació ciutadana



És recomanable realitzar exercici físic?

- Redueix la rigidesa
- Incrementa o manté els moviments
- Augmenta la longitud i elasticitat de músculs i teixits
- Exercicis de mobilitat passiva i de moderada o baixa intensitat

Funcionen les anomenades teràpies alternatives?

- Acupuntura, quiropràxia, homeopatia...

Hi ha relació entre l'artritis i la dieta?

- El sobrepès augmenta la inflamació
- Es recomana una dieta saludable
 - Dieta mediterrània
 - Peixos blaus i àcids omega-3?



Com influeix el clima?

- Influència en la percepció del dolor articular
 - Zones hermèticament tancades
 - En situacions de fred i humitat

Hi ha relació entre l'artritis i el tabac?

- Evidències associen l'hàbit del tabac amb l'artritis reumatoide
 - Factor reumatoide
- Responsable de part dels fracassos terapèutics
 - Teràpia inicial
 - Teràpies biològiques



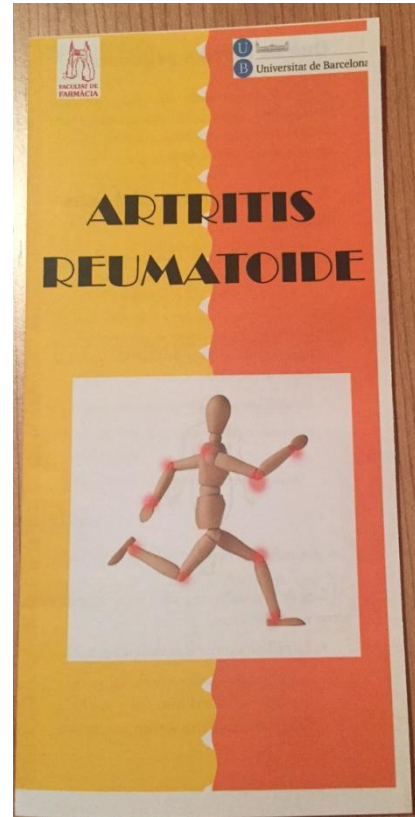
Què passa si m'oblido d'una dosi?

Actuarem diferent en funció del medicament:

- AINEs i analgèsics:
 - No té massa rellevància
- Corticoides:
 - Prendre-la el més aviat possible; sense duplicar
- FAMES i teràpies biològiques:
 - Prendre-la el més aviat possible; sense duplicar



Tríptic informatiu



3. Consolidació de la presentació



1. Què és l'artritis reumatoide?

A) Malaltia que afecta a les articulacions i es resol espontàniament.

B) Malaltia reumàtica en la qual els malalts mai poden portar una vida normal a causa de les seves limitacions.

C) Malaltia reumàtica, crònica i de baixa freqüència que afecta a les articulacions.

D) Malaltia d'alta freqüència en alguns països.

2. Les articulacions...

A) Són les úniques afectades en l'artritis reumatoide.

B) Totes les articulacions es troben afectades de la mateixa manera.

C) Es troben inflamades produint dolor, inflor i sensació de rigidesa.

D) Cap de les anteriors és correcta.

3. És recomanable la pràctica d'exercici físic en l'artritis reumatoide?

A) Sí, i tot tipus d'exercici.

B) Sí, esports de contacte com futbol i rugby.

C) No és recomanable la realització de cap tipus d'exercici físic.

D) Es recomana realitzar exercici de forma regular i baixa intensitat.

4. El sobrepès en l'artritis reumatoide...

A) Influeix negativament en el dolor i incapacita el moviment.

B) No influeix de cap manera.

C) Només influeix si el pacient és més gran de 50 anys.

D) És un tret poc característic d'aquests malalts.

5. En l'artritis reumatoide es recomana...

A) Consumir aliments processats amb alt contingut en sucre.

B) Una dieta rica en àcids grassos insaturats, ja que ajuda a alleugerir la inflamació sistèmica.

C) La dieta mediterrània no és recomanada en pacients amb artritis reumatoide.

D) No es recomana cap dieta ja que aquesta no influeix en la progressió del dany articular.

6. El fred i la humitat

A) Empitjoren la malaltia.

B) Empitjoren els símptomes de la malaltia.

C) Són una clara justificació del canvi de residència del malalt.

D) Cap de les anteriors.

7. Els fumadors...

A) Tenen la mateixa probabilitat que els no fumadors a desenvolupar la malaltia.

B) Responen igual al tractament que els no fumadors.

C) Tenen més probabilitat de desenvolupar la malaltia a causa de la major freqüència d'infeccions respiratòries

D) La A i la B són correctes.

8. L'oblit de la presa d'una dosi...

A) Mai té rellevància clínica.

B) Té rellevància només quan el tractament és amb AINEs.

C) Es resol duplicant la dosi del medicament en qüestió.

D) És especialment delicat quan es tracta de tractaments amb corticoides, FAMES i teràpies biològiques.

Dubtes i aclariments



Gràcies!



Autors: Josep Bardés, Mariana León, Dolors Puigoriol, Neus Riutord, Judit Roura, Cristina Sampedro, Maria Torres

Coordinadora : Dra. Marian March

Tutors: Dr. David Berlana i Dr. Ignasi Cardona

UCD Barcelona Nord