

Una opción válida para tratar la enfermedad

## La terapia como tratamiento en la artritis reumatoidea

Por Héctor Paulo Madorno

La Artritis Reumatoidea es una patología sistémica (afecta desde uno a más órganos o partes del cuerpo) con carácter inflamatorio de curso crónico, comportamiento cambiante y que tiende a la progresión.

Puede clasificarse en Poliartritis, Enfermedad del tejido conectivo, Fiebre Reumática y Enfermedad Articular Degenerativa y según el Colegio Americano de Reumatología la persona que padece de AR cumple por lo menos con cuatro de los siguientes criterios: Rigidez matutina de más de una hora, al menos por el periodo de seis semanas, Artritis (inflamación con dolor y limitación del movimiento) de tres o más superficies articulares, Artritis en las articulaciones de las MCF (articulación de nudillos) y de las IF (articulaciones de los dedos), presencia de nódulos reumatoides (bultos en las articulaciones de los dedos), Rayos X con erosiones en las zonas afectadas.

Una persona debería estar atenta y realizar una consulta médica si presenta rigidez en las manos durante 15 minutos al despertarse por la mañana.

### Características generales y pronóstico de la A.R

En general las personas manifiestan fatiga muscular, pérdida de apetito, pérdida de peso, anemia, malestar general y dolores músculo -esqueléticos generalizados con hinchazón y calor en manos. El pronóstico funcional a 12 años de evolución arroja que el 20% mantiene su capacidad funcional, el 80% presentará incapacidad parcial y entre el 12 al 16% invalidez total.

De las personas afectadas entre los 40 y 50 años, el 10% padecerá incapacidad total, el 25% tendrá limitaciones importantes y del 65% restante: el 10% cursará con remisión casi completa y el 55% continuará con sus ocupaciones pero con limitaciones.

### Tratamientos en Terapia Ocupacional

Más allá de su naturaleza incurable, es importante saber que junto a la terapia farmacológica indicada por un médico especialista en reumatología, la Terapia Ocupacional ofrece modalidades de tratamiento para la A.R tales como: Equipamiento Ortésico donde se confeccionan férulas de reposo donde su uso correcto disminuyen la inflamación y sostiene el alineamiento articular. También confeccionamos férulas funcionales que protegen las articulaciones y mejoran la función



facilitando que la persona afectada pueda continuar realizando sus actividades cotidianas sin generar malas posturas o generar dolor.

### Tratamiento basado en el entrenamiento de actividades de la vida diaria (AVD) actividades básicas cotidianas (ABC)

Las AVD y las ABC son las que surgen en el transcurso del día, necesarias para poder llevar una vida independiente. Este tratamiento consta en la reeducación funcional de las manos tareas de cuidado y arreglo personal, alimentación, baño e higiene, vestido, movilidad, transporte, comunicación, actividades del hogar (cocina, limpieza, compras, etc.) y manejos varios de uso cotidiano. Aquí se pone en juego el aprendizaje

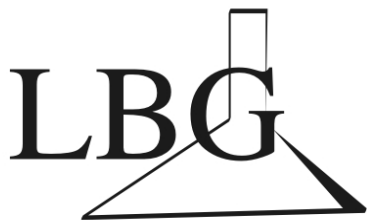
para realizar las mismas actividades que realizaba anteriormente pero de otra manera previniendo las deformidades óseas y las exigencias músculo-tendinosas.

En Terapia Ocupacional también incorporamos diferentes tipos de adaptaciones que favorecen la Protección Articular y la Conservación de Energía, como también eliminan las barreras arquitectónicas que impiden la independiente realización de las actividades dentro del hogar.

El mensaje de este artículo es transmitir a las personas que padecen Artritis Reumatoidea, que tienen la posibilidad en Terapia Ocupacional de aprender a detectar posturas anormales en reposo y movimiento, presencia y tipos de deformidades, con el tiempo reducir la sintomatología inflamatoria y a realizar las actividades de una nueva manera con el objetivo principal de retrasar el progreso de los síntomas y favorecer la independencia a través del confeccionamiento de un programa ajustado a cada individuo en particular y que pueda integrarse a su propio estilo de vida.

(\*) *Licenciado en Terapia Ocupacional*  
MN 1463 MPRN 458

### Análisis Clínicos en General



LABORATORIO BIOQUÍMICO GEROMETTA

**Graciela Gerometta**  
Bioquímica - Matrícula Prov. 367

**Galdamio Toledo**  
Bioquímico - Matrícula Prov. 1064

Avda. 25 de Mayo 746 - Te: (02920) 423106

Urgencias: 15618131 / 15406605

Viedma - Río Negro - labgerometta@speedy.com.ar

**Vida**  
Asistencia Médica Prepaga

**Tucumán 637** (Tucumán y Mitre) - **Viedma**