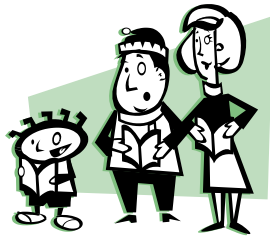


“No Te Preocupes Hijo, Aún Con Artritis Reumatoide Otra Vida Es Posible”

Luis Górriz Añorbes*

La familia Gómez es una familia que reside en el populoso distrito de La Chorrera. Está formada por tres miembros; el Sr. Julio, la Sra. María y Luisito. Luisito es un niño de ocho años, inteligente y muy inquieto.



Su hogar forma parte de una barriada nueva que se ha construido cerca de un riachuelo sobre una llanura de las que suele haber en esa región. La casa es amplia, con dos recámaras, dos baños, su sala comedor, lavandería y un amplio patio. En él, María pasa su



tiempo libre cuidando de un precioso jardín lleno de veraneras, chavelitas, papos y otras plantas ornamentales.

Tanto Julio como María trabajan en una industria de reciclaje cercana al hogar y reciben un buen salario. Esto

les permite mantener un presupuesto adecuado para cubrir sus necesidades de vivienda, salud, educación, ahorro y recreación.

Un martes en la noche, durante uno de esos aguaceros clásicos del mes de octubre, deciden reunirse en el comedor para revisar las tareas de Luisito y adelantar algo del material escolar. María sólo permanece una media hora y se retira temprano, al dormitorio, alegando que se siente muy cansada y adolorida.



— Tal vez sea la noche tan fría y húmeda que me tiene con dolor en los huesos— se queja María con una voz trémula. Luisito la ve como se aleja cojeando y decide aclarar sus dudas.

— Papá, ¿qué le pasa a mamá que últimamente casi no juega conmigo? ¿Acaso está enferma?

El señor Julio vacila unos segundos buscando las palabras para poder contestarle a Luisito.

— En efecto hijo; casualmente hoy fuimos al médico reumatólogo y nos dice que mamá tiene **artritis reumatoide**.



— ¿Médico reumatólogo?
¿Artritis reumatoide? Papá, no entiendo. Eso, ¿qué es?

—Hijo, el médico reumatólogo es un especialista en medicina clínica o sea, que no opera a los pacientes. Estos doctores estudian las enfermedades que pueden afectar a las personas, de manera general y en particular aquéllas que afectan al hueso, los músculos, los tendones y las articulaciones. En cuanto a la artritis reumatoide, te comento que es una enfermedad que puede afectar a varios tejidos del cuerpo, como la piel, los ojos, los pulmones, pero sobretodo a una membrana muy delgada y fina, que se llama **membrana sinovial**. Esta membrana está dentro de las articulaciones y forma la capa más interna del forro que cubre a las

coyunturas. Esta membrana se inflama y empieza a crecer produciendo sustancias que hinchan y ocasionan dolor. Por eso ves que mamá cojea al caminar. Pero no te preocupes, hijo, que dice el doctor que *aún con artritis reumatoide otra vida es posible*.

— Papá, ¿Y esta enfermedad es común?

— Parece que sí es bastante común. De hecho, según las estadísticas de salud, puede afectar entre el 1% y el 2% de la población mundial. Esto quiere decir que en Panamá, sin contar a los niños como tú, puede haber entre 16,200 y 32,400 personas adultas con esta artritis. Lamentablemente, suele afectar más a las mujeres ya sean jóvenes, como tú mamá, o con edades entre los 45 y 55 años. Comprenderás que a esta edad la persona es aún productiva y el estar enferma causa un enorme impacto socioeconómico, negativo, a la familia y al Estado.

— Ahh...
ya veo. Pero, dime papá ¿Y qué causa la artritis reumatoide?



— Luisito, los médicos no saben,



con exactitud, que causa la enfermedad. Lo que sí saben es que hay una predisposición genética para adquirir la

enfermedad o sea, que nuestra herencia facilita el desarrollo de la artritis.

Además, se sospecha que algún agente o factor físico o germen desencadena el proceso inflamatorio en nuestro cuerpo y que una vez que arranca, este proceso, no se puede detener y se hace crónico.

— ¡Uyy! Eso de crónico suena feo, papá. ¿Qué significa?

— Bien, como no se sabe que causa la artritis, no se tiene la cura definitiva. Esto significa que los pacientes van a tener que convivir con la enfermedad durante toda su vida. Sin embargo, lo bueno de todo esto es que la mayoría de los pacientes van a tener un curso



aceptable caracterizado por oscilaciones en la

actividad de la artritis. En otras palabras, tendrán días buenos y días malos dependiendo de que tan agresiva sea la enfermedad y por supuesto, de la respuesta al tratamiento.

— Papá, ¿Y qué es lo que mamá siente?

— Veamos cómo te explico. A mamá le cuesta mucho levantarse en la mañana porque presenta mucho **dolor** y **rigidez** en las coyunturas. A medida que pasa el tiempo las articulaciones se aflojan y duelen menos. Como habrás notado, tiene hinchadas las muñecas, las rodillas y los tobillos. Esto impide moverse bien, por la misma hinchazón y el dolor; por eso mamá cojea. Algunos días amanece con **febrículas** que es un aumento leve de temperatura y casi siempre tiene mucho cansancio o **fatiga** que también la desalienta y la pone de mal humor. Según he leído, hay otros órganos y sistemas que se pueden afectar. Los más comunes son los ojos que suelen inflamarse, produciendo una **queratoconjuntivitis sicca** que te hace sentir como si tuvieras brascas en los ojos, junto con la piel que desarrolla **nódulos subcutáneos** en los sitios de presión como los brazos y los pies. En algunos casos se inflaman los pulmones

produciendo cuadros como de catarro muy fuerte que se conoce como **pulmón reumatoideo** y que debe ser atendido de inmediato. Afortunadamente, para todo hay control y ya le empezamos las medicinas que el doctor recomendó.

La artritis reumatoide puede presentar manifestaciones extra-articulares

— Claro, ya entiendo papá. Por eso es que mamá juega menos conmigo y casi no sale al jardín.

— En efecto, Luisito, así es.

— ¡Qué bueno que ya le empezaste las medicinas a mamá porque no quiero que se sienta malita! Pero, cuéntame papá; ¿Qué le estás dando? ¿Saben tan mal como las que me dan a mí?

— Tranquilo, tranquilo hijo ya te cuento. Según me explica el doctor, el tratamiento debe ser adaptado para cada paciente de manera individual. Una misma medicina no le puede servir a todo el mundo. Por otro lado, el tratamiento puede ser escalonado empezando con una sola molécula e ir agregando otras progresivamente o bien empezar con varias drogas juntas para atacar a la enfermedad por varios lados

y así controlar mejor a la inflamación articular. El objetivo final del tratamiento es lograr la **remisión** de la enfermedad lo antes posible.

— ¿Remisión? No entiendo, papá.

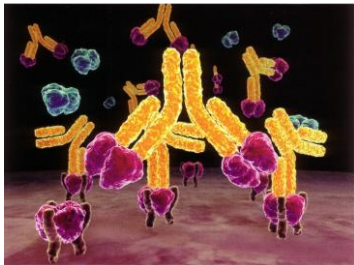
— Claro, perdona que a veces se me olvida que eres sólo un niño. Remisión viene a ser un estado de salud en donde el paciente se siente bien, sin dolores, ni fatiga ni ninguna hinchazón articular. Es como la “cura” de la enfermedad, que se puede lograr mientras **se tomen** las medicinas. De hecho los anglosajones tienen acuñada una frase que dice *Treat to Target*¹ que significa tratar hacia un **blanco o meta** que en este caso es la remisión de la artritis.



— ¡Waaa!... eso sí que está pifioso, papi. ¿Y entonces, que medicinas toma mamá?

— Acabamos de empezarle una triple terapia con metotrexato, hidroxicloroquina y sulfasalazina. Estas drogas se conocen con el nombre genérico de **Fármacos Antirreumáticos**

Moduladores de la Enfermedad o FARMES en plural. En caso de que mamá no responda a esta combinación, o desarrolle efectos adversos a la misma se le puede probar otra fórmula empleando leflunomida, ciclosporina o azatioprina solas o junto a metotrexato. Si todavía vemos que mamá no se mejora entonces, nos dice el doctor, que podemos ofrecerle **terapia biológica**.



Esta clase de medicinas es lo último que ha salido y que se emplea, a nivel mundial, para el tratamiento de la artritis reumatoide. Junto con el metotrexato el porcentaje de alivio puede llegar al 85% con altas probabilidades de alcanzar la remisión. Hay de varios tipos pero, aquí en Panamá tenemos el Humira®, el Enbrel®, el Remicade®, el Actemra® y el Mabthera®. Entendemos que el tratamiento es muy efectivo y afortunadamente, lo tiene el Ministerio de Salud y la Seguridad Social panameñas. Ahora bien, además de estas medicinas el paciente tiene que

fortalecer los músculos y mantener ágiles a las articulaciones y todo esto lo podemos lograr con **terapia física** que es muy necesaria para el bienestar del paciente. Por supuesto, ya te imaginarás que mientras más rápido vea el reumatólogo al paciente y más temprano le inicie el tratamiento, mejores son las probabilidades de alcanzar la remisión. Cómo ves hijo, *aún con artritis reumatoide, otra vida es posible*.

— ¡Qué bueno papá! Pero dime; ¿Quiere decir que mamá no podrá darme muchos hermanitos?

— Caramba niño, ¡qué dices!

Para empezar uno debe tener el número de hijos que se pueden mantener, criar y educar de maneja adecuada. Por otro lado, la **fertilidad** en las mujeres con artritis reumatoide es normal y pueden tener todos los hijos que quieran. Pero que bueno que lo mencionas, Luisito, porque debido al tipo de medicinas que se tienen que tomar las mujeres **no pueden quedar embarazadas** mientras las toman. De

hecho, tienen que avisarle al médico, con tiempo, que desean quedar en



cinta para poder suspender las drogas cuatro meses antes de preñarse. Si el que tiene la artritis en la familia es el hombre, éste también tiene que suspenderlas de igual manera.

— Que bueno papá, ya me estaba preocupando; pero dime, la maestra nos dice que debemos vacunarnos. ¿Mamá también se puede **vacunar**?



— En efecto, según el doctor todos los pacientes con artritis reumatoide **pueden** y **deben** vacunarse para la influenza y el neumococo. Sin embargo, otro tipo de vacunas, sobretodo aquellas con virus o gérmenes vivos o atenuados están prohibidas. De cualquier manera es necesario que el paciente le pregunte a su reumatólogo antes de inyectarse.

— Ya veo papá. ¿Y cómo podemos ayudar a mamá?

— Muy fácil, hijo. Tenemos que ayudarla en todo lo que podamos. En primer lugar, comprender que es una enfermedad en donde el dolor, la fatiga y la hinchazón no se los imagina mamá

sino que son reales. Debemos brindarle todo el apoyo emocional y físico que ella necesite. Por supuesto que debemos esforzarnos para que tenga todas sus medicinas al día, acuda a sus citas médicas y se haga sus pruebas de laboratorio con la frecuencia necesaria. Como toda enfermedad crónica el paciente se aburre de tantas píldoras y citas así que tiende a no cumplir con las indicaciones médicas. Esto se conoce como una **pobre adherencia** al tratamiento y eso debemos evitarlo al máximo. Recordemos que aún con todos los cuidados y pese a un buen tratamiento, cerca del 10% de los pacientes tienen un curso insatisfactorio con pérdida de la función articular. Como verás, no podemos darnos ese lujo y llegar a ese resultado por no haber hecho todo lo necesario para ayudar a mamá. ¿Has oído la frase *la unión hace la fuerza*?

— Claro que sí, papá. La maestra nos dice en la escuela que podemos trabajar en equipo para aprender más.

Antes de vacunarse
recuerde consultar a su
reumatólogo

— ¡Correcto! También podemos trabajar en equipo con la Fundación de Artritis Reumatoide de Panamá, funarp@gmail.com, que existe en la ciudad; ya averigüé cómo formar parte de ella. Juntos podemos aprender más sobre la enfermedad de tal suerte que podamos colaborar mejor con nuestras autoridades de salud, el Seguro Social y el Ministerio de Salud, para que siempre tengamos disponibilidad de estos medicamentos en el país y así poder



recibirlos para el beneficio de todos los pacientes con artritis reumatoide.

— Entiendo, papá. Tienes toda la razón y voy a ayudar mucho a mamá para que *aún con artritis reumatoide, otra vida sea posible*. Ven, vamos a darle un besito de buenas noches antes de que se duerma.

* Dr. Luis Górriz es médico internista-reumatólogo que labora en Consultorios Médicos Paitilla y el Hospital Santo Tomás.