

ASOCIACIÓN DE ARTRITIS REUMATOIDE-RIOJA

CHARLA COLOQUIO N° 4:

TEMAS EXPUESTOS:

- 1ª PARTE: Patología Cardiovascular en pacientes con Artritis Reumatoide.
- 2ª PARTE: Fisioterapia, calidad de vida en enfermos reumáticos.

DIA: 9 de mayo de 2.006

LUGAR: Centro Cultural Cajarioja. Gran Vía

PONENTES: Doctor José Antonio López Martín (Médico Adjunto de Reumatología del Hospital San Millán) y Don Rafael Rodríguez Lozano (Presidente del Colegio Oficial de Fisioterapeutas de La Rioja)

ASISTENTES: 150 personas

RESUMEN DE LOS TEMAS EXPUESTOS:

PONENTE: Doctor J. A. López Martín

Artritis Reumatoide es una enfermedad de causa desconocida, origina dolor e inflamación articular. Sin tratamiento adecuado provoca limitación funcional con lesión articular.

En pacientes con Artritis Reumatoide se ha detectado un incremento de Pataología Cardiovascular:

- Cardiopatía Isquémica.
- Patología Cerebrovascular.
- Patología Arterial Periférica.

En estudios se ha detectado un incremento de la morbi-mortalidad por enfermedades cardiovasculares en pacientes con artritis Reumatoide; incrementos en muerte súbita. La propia enfermedad es capaz de producir una alteración precoz sin tener factores de riesgo.

Entre los factores de riesgo para padecer enfermedades cardiovasculares podemos encontrar:

- ✓ Hipertensión arterial
- ✓ Tabaquismo
- ✓ Obesidad
- ✓ Diabetes

Entre los factores propios de la enfermedad podemos encontrar la inflamación típica de la Artritis Reumatoide activa que produce sustancias con capacidad de ocasionar daño endotelial (estructura que cubre los vasos sanguíneos por el interior) y ocasiona arterioesclerosis acentuada.

En el uso de AINES tradicionales, entre sus efectos secundarios, encontramos el incremento de la presión arterial (hipertensión) que pueden inducir a la aparición de enfermedades cardiovasculares. Se considera más importante en los enfermos la disminución de la inflamación de las articulaciones que estos posibles efectos secundarios. Hay que tener en cuenta que un tratamiento apropiado puede disminuir los efectos de la enfermedad, y por consiguiente, provocar una mejora en la movilidad del paciente y contrarrestar las patologías cardiovasculares.

Prevención de la patología:

- ❖ Es fundamental controlar clínicamente, lo mejor posible la inflamación: Tratamiento precoz, mantener niveles de PCR (proteína C Reactiva) dentro de la normalidad.
- ❖ Monitorizar las cifras de tensión arterial y tratar en aquellos pacientes que sea necesario.
- ❖ Realizar dieta y ejercicio físico.
- ❖ Dieta equilibrada
- ❖ Evitar el tabaco
- ❖ Controlar niveles de colesterol
- ❖ Obesidad: no sobrecargar articulaciones.
- ❖ Beneficios para el organismo: Caminar, natación...

PONENTE: Don Rafael Rodríguez Lozano (Presidente del Colegio oficial de Fisioterapeutas de La Rioja)

¿ Qué es la Fisioterapia?

El arte y la ciencia de tratamiento por medios físicos: ejercicios terapéuticos, masajes, luz, agua, calor, frío y electricidad. Medios que previenen, curan, recuperan y adaptan a personas afectadas de disfunciones somáticas.

Fisioterapia no es Rehabilitación, no es masajista. Es una ciencia de la salud que estudia y trabaja un cambio.

Fisioterapia en Reumatología:

Objetivos: Trabajar contra la inflamación, dolor, rigidez articular. desde la fase aguda, subaguda e inactividad inflamatoria.

AGUDA: Prevención sobre el dolor e inflamación.

El reposo absoluto aumenta la rigidez. El reposo es necesario, pero es conveniente combinarlo con movimientos isotónicos (que no produzcan dolor).

Medidas de higiene postural: férulas de reposo que se intercalarán con movimientos.

Contra el dolor: corrientes eléctricas (electroanalgesia) a nivel local para reducir el dolor.

Si la afectación es de múltiples articulaciones, la electroanalgesia se aplicará de manera segmentaria en Sistema Nervioso Central a nivel medular.

Está contraindicado el calor porque aumenta la actividad enzimática, se recomienda el frío (crioterapia).

Otras aplicaciones: laserterapia de manera puntual o multipuntual; A través de corrientes eléctricas para introducir el medicamento.

SUBAGUDA: Cuando empieza a remitir la inflamación. Aquí toma importancia la restauración de la articulación.

Se trata el dolor y la inflamación mediante termoterapia: baños de paracima, baños de remolinos con agua caliente; cambios de presión.

Otra terapia es mediante el campo magnético o magnetoterapia. Ondas rinosoidal de forma local o general.

La restauración de la capacidad articular mediante el ejercicio terapéutico: pautado por un profesional sanitario. Se debe hacer una valoración individual: No vale para todos los casos y en cualquier circunstancia.

A través de la Hidroterapia: características físicas del agua: ejerce un empuje liberando de la carga de la gravedad, resistencia del agua a los movimientos, presión hídrica.

A través del masaje: contraindicado en los procesos inflamatorios.

INACTIVIDAD AGUDA: Dolor esporádico, necesita un estado de mantenimiento de articulaciones, mantenimiento de la condición física.

¿Cómo se gestiona el dolor?

- Educación para la salud, medidas domiciliarias para controlar el dolor, utilización domiciliaria de TENS (aparatos de electroterapia)
- A través del control de la capacidad funcional: control periódico
- Utilizar un programa para la elasticidad articular y de capacidad muscular. Seguimiento.
- Mantenimiento de la condición física de actividad y reposo, y programas de entrenamiento cardiovasculares.

Servicios de Fisioterapia.

- Centro de Salud: Dentro del Equipo de Atención Primaria a través de protocolos de procesos articulares.
- Centros de Educación: La Educación Física es materia obligada en Centros Educativos. está contemplado apoyo educativo de fisioterapia para enseñar ejercicios.