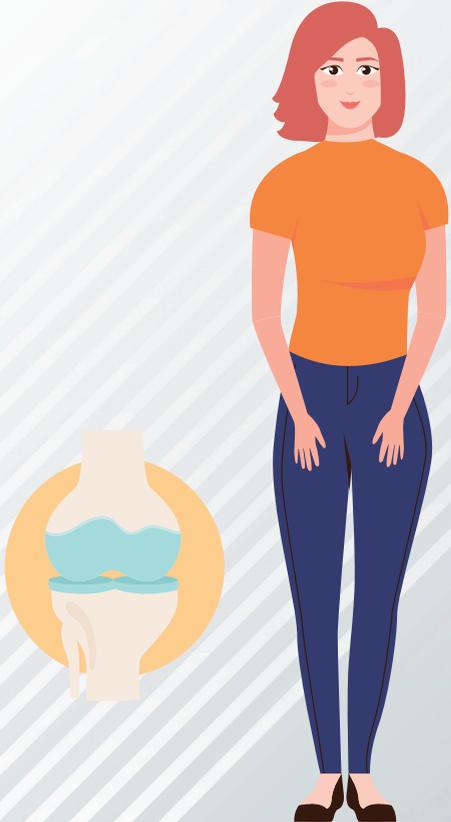


# Artritis reumatoide<sup>1</sup>

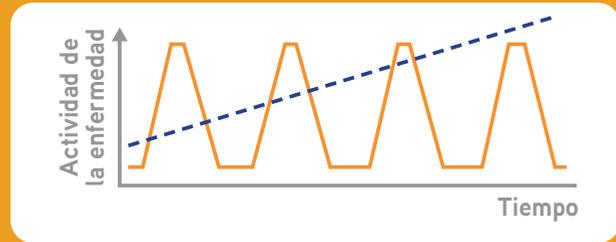


• La Artritis Reumatoide (AR) es una enfermedad **AUTOINMUNE**.

• El sistema inmunológico, a través de los propios anticuerpos ataca a las células de las articulaciones.



• Puede ocurrir de forma progresiva o en forma de brotes.



## Síntomas más frecuentes

**Dolor, inflamación y rigidez** en las articulaciones.

La inflamación crónica puede afectar a otros órganos (como el corazón, el pulmón o el riñón).

Manos, pies,  
muñecas, hombros,  
codos, caderas y  
rodillas



## Consejos para el paciente<sup>1</sup>:



Adhesión al tratamiento



Calendario vacunal actualizado



Evitar tabaco y alcohol



Dieta saludable y actividad física moderada



Evitar sobrepeso y otros factores de riesgo:  
hipertensión, colesterol



Cuidado de los huesos<sup>2</sup>



Dormir un número adecuado de horas para reducir  
sensación de cansancio y fatiga



Control del estado de ánimo y evitar el estrés



Asociación de pacientes



Planificación del embarazo