

## **Día Mundial de la Artritis Reumatoide.**

Última actualización: Martes, 12 Octubre 2021 17:11

Visto: 493

---

Se celebra: 12 de octubre de 2021

Proclama: Arthritis Rheumatism International

Desde cuando se celebra: 1996

El 12 de octubre se conmemora el Día Mundial de la Artritis Reumatoide, fecha que institucionalizó la Arthritis Rheumatism International desde el año 1996.

El objetivo de esta organización era educar a las personas sobre las enfermedades reumáticas y musculoesqueléticas y promover una mejor calidad de vida y tratamientos para aquellos que las padecen.

Se estima que actualmente la cuarta parte de la población Europea sufre de enfermedades reumáticas o musculoesqueléticas, y esta incidencia no parece querer desaparecer sino por el contrario va en incremento.

¿Qué son las enfermedades reumáticas y más específicamente la artritis?

Las enfermedades reumáticas son aquellas que comprometen los huesos, las articulaciones, los músculos y todo aquello que le brinda movilidad al cuerpo humano.

La gran mayoría son de origen desconocido, porque aunque se pueden presentar casos dentro de una misma familia, este tipo de padecimientos no son hereditarios, aunque si se ha demostrado que en los países industrializados suelen haber mayor número de casos que en los que tienen un parque industrial menos desarrollado.

La artritis reumatoide, es una de estas enfermedades y se caracteriza por la inflamación de las articulaciones, es de padecimiento crónico, es decir que va empeorando con el tiempo y acarrea grandes dolores y la perdida de movilidad del paciente.

### Síntomas más comunes de la artritis reumatoide

No existe un cuadro como tal de síntomas, pero por lo general las primeras articulaciones que tienden a hincharse y perder movilidad son las de las extremidades, más concretamente las manos y los pies, pero con el paso del tiempo también puede comprometer codos y rodillas en incluso hay quienes sienten los efectos a nivel de la columna vertebral.

Aunque actualmente aún se desconoce que causa este tipo de enfermedades, si se tiene claro que en la mayoría de los casos el sistema inmune juega un papel fundamental.

En nuestro cuerpo, este sistema es el encargado de defendernos contra organismos extraños, virus y parásitos, pero en las personas con algún tipo de reumatismo o artritis el sistema inmune puede dejar de reconocer ciertos tejidos destruyéndolos y ocasionando la enfermedad.

### Tratamiento para la artritis reumatoide

Dar descanso a las articulaciones de 8 a 10 horas nocturnas de media a 1 hora durante el mediodía.

Hacer ejercicios regulares para mantener la fuerza y movilidad de las articulaciones.

Tratamiento para el dolor y la inflamación, no detienen la enfermedad pero disminuye las molestias.

Tratamiento modificador de la enfermedad, son medicamentos que si frenan el avance de la artritis, pero si se dejan de ingerir avanza más agresivamente.

¿Qué hacer para celebrar el [#DíaMundialDeLaArtritisReumatoide](#)?

Lo mejor es informarse sobre esta enfermedad y realizarse un chequeo para descartar padecer algún tipo de reuma o enfermedad muculoesquelética. Si se detecta de forma precoz hay muchas probabilidades de frenarla de un todo.

Otra actividad que puedes realizar en este día es informarte de la red de ayuda que existe en tu país o ciudad y publicar esa información en las redes sociales. Cortesía:

<https://www.diainternacionalde.com/>

[#artritisreumatoide](#)