

MITOS Y REALIDADES DE LA ARTRITIS PSORIÁSICA

01. ES UNA ENFERMEDAD HEREDITARIA



Los factores genéticos pueden influir en la aparición de la enfermedad en algunos pacientes, pero se desconoce exactamente cuál es el elemento determinante para que unas personas desarrollen la artritis y otras, con la misma herencia, no lo hagan.

02. SÓLO AFECTA A LA TERCERA EDAD



Puede manifestarse en cualquier momento de la vida **MÁS PROBABLE** entre **30-64** años
Afecta a personas de cualquier **SEXO Y EDAD, INCLUIDA LA INFANCIA**

03. LA CAUSA ES EL CLIMA



Existe Artritis Psoriásica por todo el mundo independientemente del clima.

04. LA MEDICINA ALTERNATIVA ES MÁS NATURAL, SEGURA Y CORRECTA



No existe **ninguna evidencia sólida** que demuestre eficacia alguna de ninguno de estos métodos, ni en Psoriasis ni en Artritis Psoriásica. Si utiliza alguno de estos métodos, se recomienda **comentarlo con su médico**.

05. SÓLO AFECTA A HUESOS Y ARTICULACIONES



La mayoría de las Artritis Psoriásicas **afectan a las articulaciones y también a los tendones y ligamentos**. En algunos pacientes también puede existir **afectación Extra-Articular**, pudiendo afectar entre otros a:



OJOS



INTESTINO



PIEL

También puede producirse un daño en el **CORAZÓN** y **VASOS SANGUÍNEOS** aumentando el riesgo de **ENFERMEDADES DEL CORAZÓN y CEREBRALES**.



06. NO TIENE CURA



Actualmente, con un **DIAGNÓSTICO PRECOZ** y con los **TRATAMIENTOS DISPONIBLES** es posible controlar la actividad de la enfermedad con una **BUENA CALIDAD DE VIDA DEL PACIENTE**.

07. MODIFICAR LOS HÁBITOS DE VIDA AYUDA A MEJORAR



Seguir dieta mediterránea

Evitar tabaco y alcohol

Control de estrés y obesidad

Realizar ejercicio físico

08. SE RELACIONA CON TRABAJOS MANUALES O SOBRE-ESFUERZOS



A veces el **DEBUT** de la Artritis Psoriásica o un **BROTE** en un paciente previamente diagnosticado pueden ocurrir después de un episodio traumático.

09. IMPIDEN HACER EJERCICIO FÍSICO



El ejercicio físico está **TOTALMENTE INDICADO Y RECOMENDADO**. Es importante consultar con los profesionales para saber cuál es el tipo de **EJERCICIO MÁS ADECUADO SEGÚN EL ESTADIO DE LA ENFERMEDAD**.

09. LOS TRATAMIENTOS SON PERJUDICIALES Y MALOS PARA LA SALUD



LOS FÁRMACOS POSEEN EFECTOS BENEFICIOSOS debido a que mejoran el dolor y la inflamación y evitan el daño en las articulaciones y, por tanto, la incapacidad funcional a largo plazo. Es fundamental que el paciente **REALICE CORRECTAMENTE EL TRATAMIENTO Y ACUDA A LAS REVISIONES** programadas por su médico.

