



16

MANUAL
EDUCATIVO
PARA
PACIENTES

TRATAMIENTO DE LUPUS ERITEMATOSO SISTÉMICO



Asociación
Colombiana de
Reumatología.

TRATAMIENTO DE LUPUS ERITEMATOSO SISTÉMICO

Ana Isabel Ospina

Medicina Interna, Reumatólogo
Universidad Militar Nueva Granada

El objetivo del tratamiento es controlar el sistema inmune alterado. Para ello es necesario el uso de diferentes medicamentos acordes con la severidad de la enfermedad y los órganos comprometidos. Entre ellos están:

- Corticoides: También llamados glucocorticoides o esteroides, como la Prednisona, Prednisolona y Metilprednisolona. Son antiinflamatorios muy potentes. Se usan a diferentes dosis dependiendo del órgano afectado. Aunque pueden producir efectos secundarios como osteoporosis, acné, ganancia de peso, entre otros, la aparición de dichos efectos se relacionan con la dosis y la duración del tratamiento.
- Antimaláricos como la Hidroxicloroquina y Cloroquina. Reciben este nombre por haber sido históricamente usados para el tratamiento de la malaria o paludismo. Sin embargo, son medicamentos muy útiles en el tratamiento del lupus. Ayudan a controlar la enfermedad y con ello facilitan la disminución de dosis de corticoides. Disminuyen el riesgo de reactivación de la enfermedad.
- Pueden ser tóxicos para la retina, especialmente cuando se usan por más de 10 años y cuando el paciente tiene alteraciones de esta por otras razones. Para la detección temprana de esta toxicidad se recomienda la valoración periódica por el oftalmólogo e indicaría la suspensión del medicamento.
- Moduladores del sistema inmune que son medicamentos que controlan la enfermedad de forma potente a mediano y a largo plazo. Algunos de los más usados en lupus son Ciclofosfamida, Azatioprina, Metotrexate. Existen nuevos medicamentos con diferentes mecanismos de acción que parecen tener un efecto en ciertos tipos de compromiso de la enfermedad, conocidos como anticuerpos monoclonales o medicamentos biológicos. Escoger uno u otro debe ser una decisión compartida con su médico y dependerá del órgano afectado. Todos requieren el control periódico de laboratorios para monitorizar la respuesta de la enfermedad y posibles eventos adversos.






- Otros medicamentos: Dado que los pacientes con lupus pueden tener diversas complicaciones, es factible que requieran el uso de medicamentos para el control de la tensión arterial, colesterol y triglicéridos, osteoporosis, entre otros.

Hay que aclarar que hasta la fecha no hay ningún alimento, elemento o medicamento que cure la enfermedad. Por ello no caiga en ofrecimientos irreales que puedan poner en riesgo su salud.

Recomendaciones

- Protegerse del sol. La exposición solar hace parte de los factores ambientales que pueden activar la enfermedad. Además, una tercera parte de los pacientes puede ser fotosensible y sufrir quemaduras en la piel. Es necesario entonces, el uso de protectores solares con factor de protección (SPF) de 30 o más, al menos 3 veces al día; y el uso de sombreros o sombrillas si se requiere.
- Alimentación saludable. La dieta debe incluir alimentos ricos en vitamina D como el aceite de hígado de bacalao, y en calcio como los lácteos y quesos. Con ello se controla el riesgo aumentado de osteoporosis que conlleva la enfermedad misma y su tratamiento. Aumentar el consumo de verduras, frutas y fibra; y disminuir el de harinas y grasas, es aconsejable especialmente en pacientes que reciben corticoides. La restricción de sal está indicada en pacientes con hipertensión arterial y compromiso renal.
- Hacer ejercicio. Actividades como caminar, montar bicicleta, nadar, entre otros, procuran el buen funcionamiento de su corazón, huesos, músculos y articulaciones; mejoran el ánimo y pueden fortalecer vínculos sociales. Por ello se recomiendan sesiones de al menos treinta minutos 3 a 5 veces a la semana.



- 
- Tener un esquema de vacunación adecuado. Los pacientes con lupus por características propias de su sistema inmune, y por efectos de algunos de los medicamentos usados para su tratamiento pueden tener un mayor riesgo de infecciones. Por tanto, es adecuada la vacunación contra el neumococo, influenza estacional, tétanos, difteria y hepatitis B. Otras vacunas ha de comentarlas con su médico.
 - Consulte con su médico respecto a si planea o no quedar embarazada y qué riesgos y beneficios puede tener en escoger algún método específico para control de natalidad. Aunque es posible que una mujer con Lupus tenga un embarazo normal existe un mayor riesgo de tener problemas durante la gestación y el parto

en pacientes con lupus que sin la enfermedad. Por esta razón, si una mujer desea quedar en embarazo, este debería programarse, el éxito de la gestación depende de tener un óptimo control de la enfermedad por al menos 6 a 12 meses, antes de intentar el embarazo y un estrecho contacto entre especialistas en ginecología y reumatología.

Seguimiento de la enfermedad

Los pacientes deben mantenerse bajo supervisión de médicos capacitados en el manejo del Lupus y sus posibles complicaciones; requerirán según la severidad de la enfermedad y los medicamentos utilizados consultar a su médico con mayor o menor frecuencia.

