



Asociación
Colombiana de
Reumatología®



FUNDACIÓN
**Restaurando
Calidad de Vida**
Rompiendo Barreras



Guía para pacientes con Artritis Reumatoide y Artritis Psoriásica]

Descubre tu **VERDADERA FUERZA**

#ElPoderDelAutoCuidado



Asociación
Colombiana de
Reumatología®

Introducción

Es fundamental divulgar información relacionada con detección temprana, diagnóstico, signos, síntomas, causas, factores de riesgo, prevención, control, atención, tratamiento y cuidados personales, enfocados a la población diagnosticada con enfermedades reumáticas y autoinmunes. Así mismo, es de vital importancia que los familiares y cuidadores conozcan sobre el manejo de la enfermedad, permitiendo comprender cada una de sus etapas con el fin de prestar el apoyo requerido para el cuidado del paciente y la enfermedad.

Es importante que usted tenga presente que esta guía contiene información general y que no reemplaza la información proporcionada por el equipo de profesionales de la salud que lo atienden.



Índice

Datos relevantes	4
Vamos por partes	5
Nuestro sistema inmunológico	6
Enfermedades autoinmunes	7
¿Qué es la inflamación?	8
¿Qué es una articulación?	9
¿Qué es una enfermedad crónica?	10
Tipos de artritis	11
¿Sabes qué es la Artritis Reumatoide (AR)?	12
Signos y Síntomas AR	14
Artritis psoriásica	15
En cuanto a los antirreumáticos convencionales	18
Manejo clínico	19
¿Qué más debo saber?	20
Cambios de tratamiento	22
Adaptación	23
Abandono de tratamiento	24
Cosas a tener en cuenta	25

Prevención	26
Cambie sus hábitos alimenticios	27
Mejora la microbiota intestinal	28
Apoyo a Pacientes	31
Manejo de emociones	32
Integración física y emocional	33
En cuanto a las actividades sociales y familiares	34
Qué hacer	35
Referencias	40

Algunos datos relevantes

Desde el año 1996 cada 12 de octubre se conmemora el Día Mundial de la Artritis.

De acuerdo con la OMS, la artritis reumatoide afecta entre 1 y 1.5 por ciento a la población mundial.

En Latinoamérica, las cifras de la Organización Panamericana de la Salud indican que hay 34 millones de personas con discapacidad permanente y 140 millones con discapacidad temporal por enfermedades reumáticas.

En Colombia, se informaron a la CAC (Cuenta de alto costo) 105.400 casos

prevalentes de artritis reumatoide en junio de 2022, con una razón de 5,25 mujeres por cada hombre.

Según el estudio de prevalencia de enfermedad reumática en Colombia realizado por la Asociación Colombiana de reumatología y publicado en 2018, en Colombia se estima una prevalencia de artritis reumatoide de 1.49%.



Fundación
**Restaurando
Calidad de Vida**
Rompiendo Barreras



Vamos por partes...

Para lograr comprender qué es la Artritis Reumatoide es importante saber algunas cosas del sistema inmunitario para poder relacionar el comportamiento de la enfermedad y su vínculo con las articulaciones y otras partes del cuerpo.





Nuestro sistema inmunológico

Es el conjunto de células, tejidos y órganos que protegen el cuerpo de las infecciones por agentes externos como virus, hongos, parásitos y bacterias. Cada vez que el cuerpo identifica la presencia de alguno de estos elementos extraños, genera una respuesta de defensa.

En el caso de las enfermedades autoinmunes, el mismo cuerpo genera una respuesta de rechazo frente a tejidos propios, con manifestaciones como fiebre, inflamación y dolor. En el caso específico de la artritis reumatoide, predomina la inflamación articular, pero al tratarse de una enfermedad sistémica, puede haber compromiso de otros órganos y sistemas cuando no se trata adecuadamente.



Enfermedades autoinmunes

Son un conjunto de enfermedades que se caracterizan por el mal funcionamiento del sistema inmune, en donde este ataca células y tejidos propios por error, generando una respuesta inflamatoria contra los órganos propios, alterando su función y en casos graves produciendo su daño permanente. Se conocen más de 80 enfermedades autoinmunes, algunas con compromiso de un solo órgano y otras sistémicas (que comprometen varios órganos y sistemas del cuerpo).

La causa de las enfermedades autoinmunes es desconocida, hay factores genéticos, ambientales e infecciosos involucrados en algunos pacientes, pero en la mayoría de los casos no se establece una causa principal. Estas enfermedades deben ser tratadas por el especialista en reumatología, quien es el profesional idóneo para diagnosticar oportunamente y manejar adecuadamente estas enfermedades.

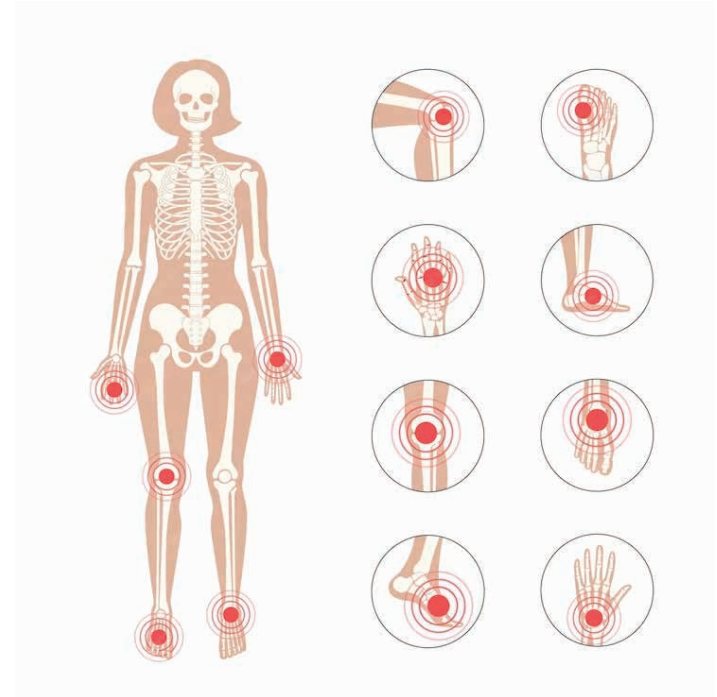
¿Qué es la inflamación?

La inflamación es la respuesta **normal** del sistema inmune ante agresiones externas, como el trauma, los agentes infecciosos o los cuerpos extraños. Esta respuesta se caracteriza por dolor, enrojecimiento e hinchazón del tejido afectado y tiene la finalidad de combatir el agente agresor y reparar el tejido comprometido.

En el caso de las enfermedades autoinmunes, la inflamación se presenta en tejidos sanos por error del sistema inmune, que por múltiples causas se torna autoreactivo.

¿Qué es una articulación?

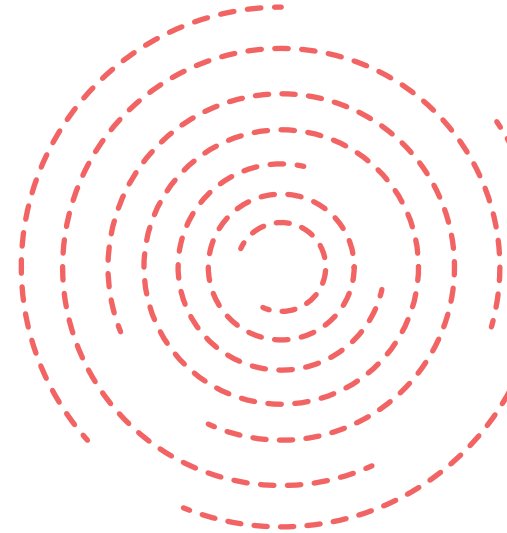
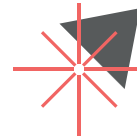
Las articulaciones son un conjunto de estructuras anatómicas que sirven para unir los huesos entre sí y darles movilidad, se componen de múltiples estructuras como los cartílagos, los ligamentos, las bursas y las membranas sinoviales, entre otros.



¿Qué es una enfermedad crónica?

Son el tipo de enfermedades que se mantienen a lo largo del tiempo y que, por lo general, progresan o avanzan.

Aunque es difícil determinar el tiempo específico, es importante que sepa que con el adecuado manejo y seguir las recomendaciones y cuidados que le dan los profesionales del equipo de salud que lo atienden, su calidad de vida va a mejorar.



Tipos de artritis

Artritis
Reumatoide

Artritis
Idiopática
Juvenil

Artritis
Psoriásica

Artritis
Gotosa
(gota)

Artritis
Reactiva

Osteoartritis

Artritis
Séptica

Espondiloartritis



Ahora sí... ¿Sabes qué es la Artritis Reumatoide (AR)?

La Artritis Reumatoide es una enfermedad autoinmune, sistémica y crónica, que se caracteriza por inflamación articular derivada de una respuesta inmunológica contra las membranas sinoviales de las articulaciones.

Cuando no se trata genera gran morbilidad, afectación de la calidad de vida, discapacidad, ausentismo laboral y altos costos directos e indirectos para los sistemas de salud.





Además...

La artritis reumatoide afecta predominantemente las articulaciones pequeñas de las manos y pies, pero también puede comprometer las de mayor tamaño como rodillas, tobillos, codos y hombros.

Es frecuente que la enfermedad también afecte otros órganos como: ojos, sistema nervioso, pulmones, piel y sangre.



Signos y síntomas

Los síntomas de AR pueden aparecer y desaparecer.

 Los períodos de mayor actividad de la enfermedad, denominados brotes, se alternan entre períodos de remisión relativa, cuando la hinchazón y el dolor se disipan o desaparecen.

 El brote puede durar días o meses.

 Con el paso del tiempo, la artritis reumatoide puede provocar que las articulaciones se deformen, desplazándolas de su alineación original.

Articulaciones calientes,
sensibles e inflamadas.

Hinchazón de articulaciones en
ambos lados del cuerpo
(simétrica), por ejemplo, las
dos muñecas.

Hinchazón de otras articulaciones,
como el cuello, los hombros, los
codos, las caderas, las rodillas, los
tobillos y los pies.

Fiebre, cansancio o falta de energía

Dolor y rigidez que duran más de 30
minutos por la mañana o después
de un descanso prolongado.

Artritis Psoriásica

- 🌈 Es una forma de artritis que afecta a algunas personas con psoriasis (5 al 30%).
- 🌈 La psoriasis es una enfermedad autoinmune que provoca manchas rojas en la piel cubiertas con escamas plateadas.
- 🌈 Las células de la piel normalmente crecen y luego se desprenden cuando dejan de ser necesarias, este proceso tarda alrededor de 28 días.
La psoriasis hace que las células de la piel se multipliquen demasiado rápido entre 4 y 5 días.

- 🌈 Las células adicionales se acumulan y forman parches rojos inflamados, comúnmente con escamas de placa color blanco plateado en la piel.
- 🌈 Si tiene psoriasis, infórmele a su médico si desarrolla dolor articular. La artritis psoriásica puede dañar gravemente las articulaciones si no se trata a tiempo.



Signos y síntomas

-  Dolor, hinchazón y rigidez en las articulaciones son los principales signos y síntomas de la artritis psoriásica, pueden ser leves o graves.
-  Afecta cualquier parte del cuerpo, incluyendo articulaciones grandes o pequeñas, también puede afectar la columna vertebral.
-  Tanto en la psoriasis como en la artritis psoriásica, los brotes de la enfermedad pueden alternar con períodos de remisión.

Dedos hinchados de manos y pies (dedos en salchicha).

Dolor parte posterior del pie (entesitis) o en la planta del pie (fascitis plantar)

Dolor región baja de la espalda (espondilitis).

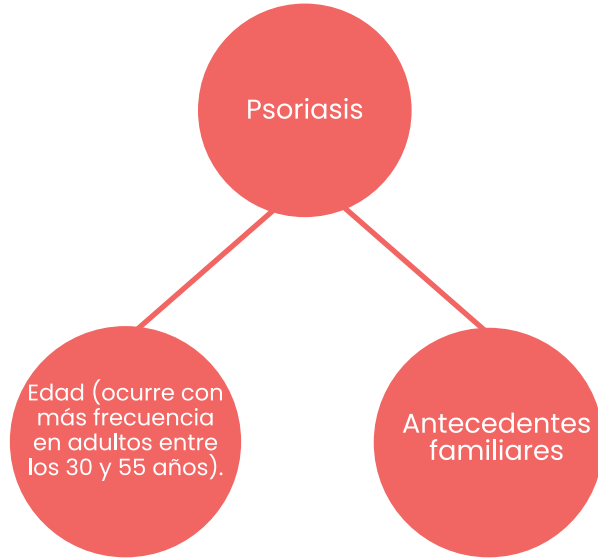
Cambios en las uñas.

Inflamación ocular (uveitis).

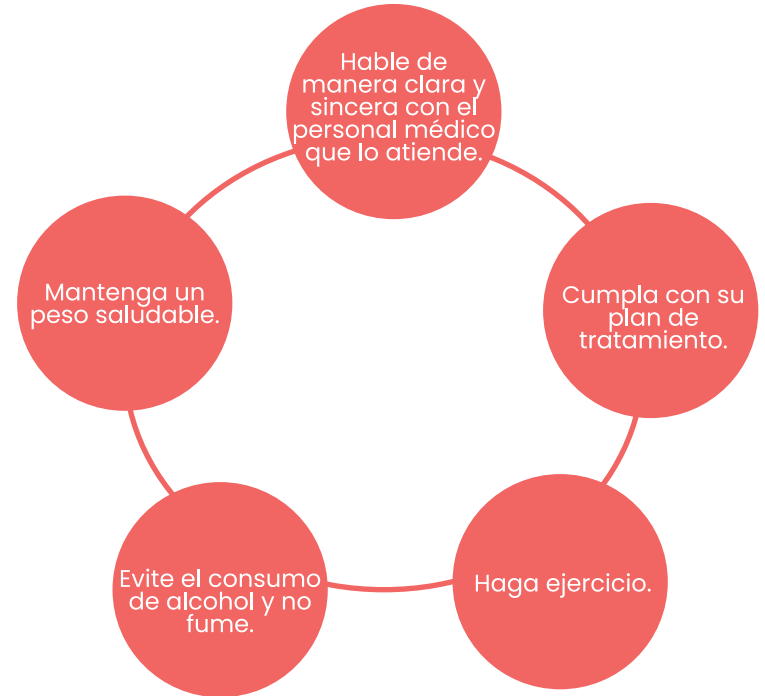




Factores de riesgo



Control de factores



En cuanto a los antirreumáticos convencionales...

Fármaco	Algunos efectos secundarios	Comentarios
Hidroxicloroquina	Dermatitis generalmente leve (erupciones) y coloración cutánea anormal Dolores musculares o debilidad En raras ocasiones, miocardiopatía Problemas oculares	
Leflunomida	Erupción Hepatopatía Daño a los nervios (neuropatía) Diarrea Caída del cabello Anomalías congénitas	
Metotrexato	Hepatopatía Inflamación pulmonar Náuseas Neutropenia* Úlceras en la boca Caída del cabello Defectos congénitos y mayor riesgo de aborto espontáneo	Todos los fármacos antirreumáticos modificadores de la enfermedad pueden disminuir la progresión del daño articular, así como reducir gradualmente el dolor y la hinchazón. La leflunomida es casi tan eficaz como el metotrexato. Estos fármacos se toman por vía oral. El metotrexato se puede administrar por vía oral mediante inyección debajo de la piel (vía subcutánea).
Sulfasalazina	Problemas gástricos Neutropenia * (por lo general solo cuando comienza el tratamiento) Degradación de los glóbulos rojos (hemólisis) Alteraciones hepáticas Erupción	Todos estos efectos secundarios son raros y se describen con muy baja frecuencia, en general el tratamiento se considera seguro cuando se realiza con vigilancia estricta por el reumatólogo.

<https://www.msdmanuals.com/es/hogar/multimedia/table/%C3%A1rmacos-utilizados-en-el-tratamiento-de-la-artritis-reumatoide>

Manejo clínico





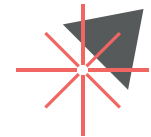
¿Qué más debo saber?

Puede desarrollarse en cualquier momento de la vida, es decir, a cualquier edad.

Es más frecuente en mujeres, pero también se puede presentar en hombres.

Se puede presentar en personas de todas las etnias, por ejemplo caucásicos, afroamericanos, mestizos, etc.

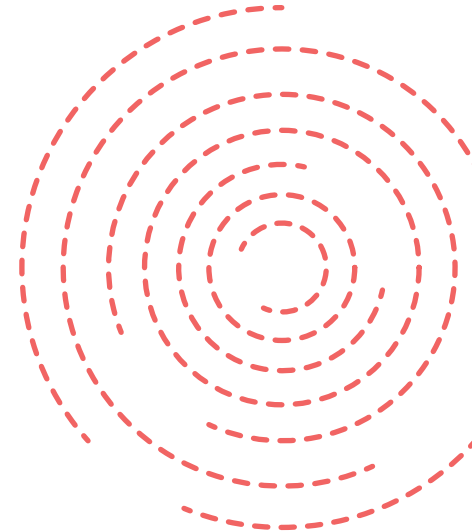
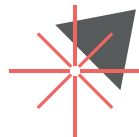
Es importante que los pacientes y la comunidad en general conozcan sobre la enfermedad, ya que esto permite que se generen estrategias para mejorar la calidad de vida de los pacientes que sufren cualquier tipo de Artritis.

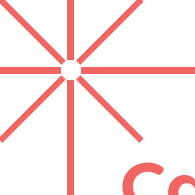


Por eso...

Es muy importante sospechar la enfermedad oportunamente, diagnosticarla temprano, seguir el tratamiento y seguir las recomendaciones sugeridas por los profesionales de la salud que manejan su caso.

Esto facilitará que la enfermedad sea manejada adecuadamente, además, mejore la calidad de vida, la funcionalidad, el desempeño laboral y social, y disminuya el riesgo de generar discapacidad.

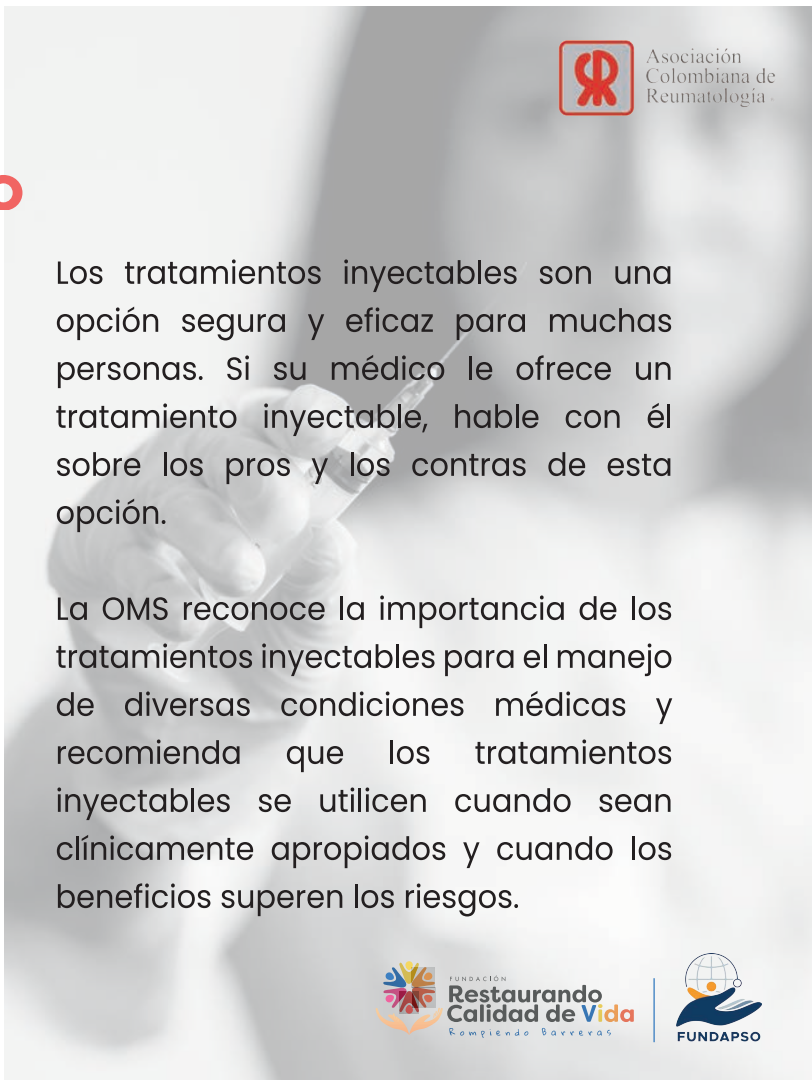




Cambio de tratamiento

Hay varias razones por las que su médico puede sugerir cambiar a un tratamiento inyectable. Algunas de las más comunes son:

-  Mayor biodisponibilidad (mejor aprovechamiento de la dosis administrada)
-  Mayor eficacia
-  Mayor rapidez de acción
-  Mayor comodidad
-  Mejor tolerabilidad (menos efectos secundarios)



Los tratamientos inyectables son una opción segura y eficaz para muchas personas. Si su médico le ofrece un tratamiento inyectable, hable con él sobre los pros y los contras de esta opción.

La OMS reconoce la importancia de los tratamientos inyectables para el manejo de diversas condiciones médicas y recomienda que los tratamientos inyectables se utilicen cuando sean clínicamente apropiados y cuando los beneficios superen los riesgos.

Adaptación

Según el tipo de medicamentos algunas veces se pueden presentar efectos secundarios.

El tiempo de adaptación es el periodo que transcurre desde el inicio del tratamiento y la adaptación del cuerpo a los medicamentos. Algunos efectos secundarios pueden reducirse o desaparecer después de algunas semanas de tratamiento.

Recuerde que los medicamentos tienen efectos diferentes en cada persona.

Pregúntele a su médico cuáles síntomas o efectos secundarios pueden presentarse

con su tratamiento y cómo prevenirlos o manejarlos.

Se sugiere que no tome infusiones de plantas o “agüitas” porque algunas pueden generar reacciones o pueden disminuir el efecto de su tratamiento.

Abandono de tratamiento

Muchas personas deciden abandonar el tratamiento por:

-  Falsa creencia sobre la “curación” de la enfermedad
-  Falsos conceptos sobre cómo se pueden manejar los efectos secundarios.
-  Seguir las recomendaciones de amigos o familiares en lugar de las del médico tratante.
-  Si tiene dudas, temores o alguna sensación diferente antes o durante el tratamiento infórmele al equipo de profesionales tratantes.

Nunca debe abandonar el tratamiento. Siempre debe esperar la indicación de los profesionales de la salud que lo atienden.

Cosas a tener en cuenta...

- ✿ Todos los tratamientos tienen efectos secundarios.
- ✿ Las personas son distintas y reaccionan de manera diferente a los tratamientos.
- ✿ Aunque algunos tratamientos le pueden generar sensación de comodidad, no abandone su tratamiento central: asista a sus consultas con profesionales de la salud, tome y siga las indicaciones de los medicamentos y de las recomendaciones generales.
- ✿ Conozca todas las ventajas y desventajas de hacer modificaciones en su estilo de vida y sobre todo en el tratamiento.
- ✿ **¡CUALQUIER CAMBIO PUEDE AFECTARLO POSITIVA O NEGATIVAMENTE, ASÍ QUE OJO!**
¡Usted es la ficha más importante en el rompecabezas!

Prevención



Cambie sus hábitos alimentarios

Está demostrado que la alimentación saludable es beneficiosa para la salud.

Si bien la dieta no puede curar ningún tipo de artritis, elegir los alimentos adecuados sería importante para controlar la inflamación de las articulaciones y retrasar el progreso y deterioro del cuerpo a causa de la enfermedad.

La dieta mediterránea, en la que se incluyen muchas frutas y verduras, así como cereales integrales y grasas saludables, es una de las mejores opciones para las personas que padecen esta

condición. Los alimentos que se deberían tener en cuenta son los siguientes:

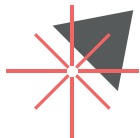
-  Salmón, atún, sardinas, arenques y otros pescados de agua fría que contengan ácidos grasos omega-3.
-  Variedad de frutas y verduras. Al menos 2 tazas de fruta y de 2 a 3 tazas de verduras por día.
-  Avena, trigo integral, arroz integral, quinua y otros cereales integrales.
-  Guisantes y frijoles.
-  Nueces.
-  Aceite de oliva.

Mejora la microbiota intestinal

La microbiota intestinal se refiere al contenido de bacterias y hongos que habitan en su sistema digestivo.

Las personas que sufren artritis reumatoide o artritis psoriásica pueden tener también problemas gastrointestinales, algunos de ellos relacionados con su enfermedad y otros con los tratamientos que reciben para su manejo.

El balance de los alimentos permite que la flora intestinal se mantenga equilibrada y ayuda a mejorar algunos síntomas. Incorporar alimentos fermentados como el kumis, el yogur, el queso, el kéfir, el chukrut, el kimchi y la kambucha entre otros, ayuda a optimizar la calidad de las bacterias intestinales benéficas para una adecuada digestión.



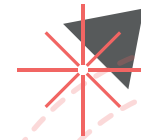
Recuerde...

Usted y sus familiares son muy importantes en el proceso de detección, diagnóstico y tratamiento oportuno de la artritis reumatoide y la artritis psoriásica.

En caso de identificar dolor articular después del reposo prolongado, rigidez en las mañanas, hinchazón de articulaciones, dolor en los talones, inflamación de los tendones o de los dedos, acérquese lo más pronto al sistema médico en donde se encuentre afiliado, realícese los exámenes solicitados y siga las recomendaciones de los profesionales de la salud que lo atienden. Si la enfermedad es confirmada los anteriores consejos le permitirán tener una mejor calidad de vida.



Recomendaciones Generales



-  Inicie el tratamiento lo antes posible. Esto es igual a recibir una atención oportuna y temprana.
-  Puede que en su caso deba empezar a tomar medicamentos o generar algunas modificaciones en sus hábitos de vida, antes de ser atendido por un profesional de la salud especialista en reumatología y/o dermatología.
-  Si pasan algunos meses antes de ser atendido por el reumatólogo o dermatólogo, el tratamiento puede ser inicialmente sugerido por el médico de atención primaria: medicina general, medicina familiar o medicina interna.
-  Todos los cuerpos son diferentes, así como la forma en que se presenta y la evolución de la enfermedad en el tiempo.



Apoyo a pacientes

La familia brinda más del 75% de todo el respaldo en salud mediante acompañamiento emocional, social, doméstico, financiero y de enfermería de manera cotidiana o intermitente. Por eso es importante que tome en cuenta las siguientes recomendaciones:

Aprenda a escuchar: anímele a que le cuente cómo se siente, cuáles son sus miedos, así evitará que les dé demasiada importancia a reflexiones negativas.

Comparta sus emociones: Los sentimientos de miedo y frustración suelen estar presentes ya que la AR suele ser diagnosticada en personas que se encuentran en plena actividad (entre

los 30 y los 50 años).

Ayúdele a que cuente a los demás cómo se siente y así toda la familia comprenderá mejor su situación y podrá echar una mano a la hora de hacer planes, cambiar de hábitos, etc.

No dude en **contar con las asociaciones de pacientes como la Fundación Restaurando Calidad de Vida o Fundapso**, son de gran ayuda para encontrar herramientas y soluciones para superar juntos cualquier dificultad, además, **son un espacio donde puede compartir sus dudas e informarse.**

El manejo de las emociones

No oculte sus emociones, es frecuente experimentar diferentes sensaciones sobre todo al inicio del proceso, en las etapas de detección, diagnóstico y al empezar el tratamiento, para estas situaciones le sugerimos:



Integración física y emocional

"Cultive las fortalezas que siempre ha tenido. Mire hacia atrás para ver cómo ha manejado las crisis en el pasado y pregúntese cómo eso podría ser útil para usted ahora"*. Además, debería hacerse estas preguntas:

- ¿Qué recursos personales tengo?
- ¿Cómo me habla mi fe?
- ¿A quién conozco que me brinde mucho apoyo?
- ¿Con quién puedo hablar?

Sin importar en qué punto de su viaje emocional con la artritis se encuentre, cuenta con una gran cantidad de opciones para controlar su bienestar físico y emocional. Recuerde que no está solo con sus sentimientos y tenga en cuenta estas estrategias cuando necesite ayuda para afrontar el dolor y las emociones.

*Kenneth J. Doka, PhD, profesor de psicología y asesoramiento en la Universidad de Nueva Rochelle, en New York.

En cuanto a las actividades sociales y familiares



Inspeccione la vivienda y adecúela para la condición del paciente.

Planee con la familia como lo van a hacer (acompañamiento a las citas médicas, recordatorio de toma de medicamentos, actividad física).

Aproveche los recursos disponibles (Aproveche los programas de acompañamiento de la Fundación Restaurando Calidad de Vida o Fundapso).

Prepárese (infórmese cuanto pueda del proceso terapéutico con el fin de entender cómo puede ayudar a la persona afectada)

Ocúpese de usted también.
(Programa cuidando al cuidador)

Nunca lo excluya de sus actividades de recreo o descanso, concierten espacios en donde todos puedan participar.



Qué hacer...



Terapia cognitiva conductual

- ★ Terapia de conversación y modificación de la conducta. Ayuda a identificar y a romper los ciclos de acciones y pensamientos autodestructivos.
- ★ Evite una actitud negativa.



Terapia de relajación

- ★ La relajación no tiene ninguna desventaja y puede ayudar a aliviar el dolor.
- ★ Medite, haga yoga, practique respiración profunda, escuche música, pongase en contacto con la naturaleza, escriba en un diario.



Calor y frío

- ★ Use almohadillas térmicas en las articulaciones adoloridas, o tome baños calientes durante un máximo de 20 minutos por vez.
- ★ Puede aliviar el dolor y la inflamación con frío usando compresas de hielo en las articulaciones adoloridas, rojas y calientes.



Masajes

- ★ Los masajes pueden mejorar el dolor y la rigidez momentáneamente.
- ★ Asegúrese de que el fisioterapeuta tenga entrenamiento en tratar pacientes con artritis.



Por último

Un diagnóstico de artritis reumatoide o artritis psoriásica puede ser abrumador. Pero puede tomar medidas para empoderarse y manejar la enfermedad de la mejor manera, y así volver a hacer las cosas que ama.

Aprender sobre los tipos de artritis, comenzar el tratamiento correcto, optar por un estilo de vida saludable, entre otras cosas, pueden ayudar a aliviar el dolor y los síntomas para vivir de la mejor manera.

Use la información que le brindamos aquí y comience a tomar el control de su salud.



Adherencia al tratamiento

Intervenciones técnicas: la más común el uso de un pastillero, uso de alarmas, o uso de aplicaciones móviles en el celular o tableta.

Intervenciones conductuales: comunicación bidireccional que nos permite conseguir la mejor información del paciente como, por ejemplo, el grado de adherencia terapéutica y las posibles barreras que experimenta para la toma correcta de su tratamiento. La entrevista clínica motivacional permite incrementar la motivación del paciente, mejorar la relación profesional sanitario-paciente y construir una alianza terapéutica con el paciente. Este tipo de entrevista tiene una aplicación progresiva ya que no intenta persuadir al paciente, sino posicionarlo. Para ello, deberá facilitarse un clima adecuado a través de una actitud colaboradora, no autoritaria.

Intervenciones educativas: proporcionar información oral, escrita, a través de soporte audiovisual, vía telefónica, por correo electrónico, de forma individual o grupal o a través de visitas al domicilio, entre otras. Están diseñadas para motivar y educar a los pacientes basándose en el concepto que aquellos pacientes que conocen su enfermedad y medicamentos estarán más informados y empoderados y podrán ser más adherentes al tratamiento, además la aplicación del paciente experto y los grupos de apoyo (como FUNDAPSO).



Control semanal

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

Escribe el nombre de tu medicamento y marca las veces que lo has tomado

[illegible]



Notas para tu próxima cita



Referencias

Ministerio de Salud y Protección Social. (n.d.). Guía de Práctica Clínica (GPC) para el Manejo de inmunosupresión en ...
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/OCI/gpc-tratamiento-artritis-reumatoide-cuidadores.pdf>.
<https://colombianadetrasplantes.com/archivos/GPC-para-el-manejo-de-inmunosupresion-en-adultos-y-ninos-con-trasplante-renal342.pdf>

Gwinnutt JM, Verstappen SM, Humphreys JH. The impact of lifestyle behaviours, physical activity and smoking on morbidity and mortality in patients with rheumatoid arthritis. *Best Pract Res Clin Rheumatol*. 2020 Apr;34(2):101562. doi: 10.1016/j.berh.2020.101562. Epub 2020 Jul 6. PMID: 32646673.

Carlos Enrique Toro-Gutiérrez, Álvaro Arbeláez-Cortés, Andrés R. Fernández-Aldana, Rossana A. Mejía-Romero, Paul Méndez Patarroyo, Gerardo Quintana L., Oscar O. Ruiz-Santacruz, Pedro Santos-Moreno, Daniel G. Fernández-Ávila,

Guía de práctica clínica para la detección temprana, el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento de los pacientes con artritis reumatoide. Asociación Colombiana de Reumatología, 2022, *Revista Colombiana de Reumatología*, 2023, ISSN 0121-8123, <https://doi.org/10.1016/j.rcreu.2023.02.001> (<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0121812323000154>)

Mayo Foundation for Medical Education and Research. (2023, August 29). Arthritis. Mayo Clinic.
<https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/arthritis/diagnosis-treatment/drc-20350777>

Wells PM, Williams FMK, Matey-Hernandez ML, Menni C, Steves CJ. 'RA and the microbiome: do host genetic factors provide the link? *J Autoimmun*. 2019 May;99:104-115. doi: 10.1016/j.jaut.2019.02.004. Epub 2019 Mar 5. PMID: 30850234; PMCID: PMC6470121.



Asociación
Colombiana de
Reumatología



Ingrese a : www.rcvco.org

 @fundacion.rcv  @fundacion.rcv_

 @FundacionRestaurandoCalidadDeV

 informacion@rcvco.org

Línea Nacional:

601 717 7119

 +57 301 4764275

 +57 301 1268178



Ingrese a : www.fundapso.org

 @fundapsocolombia   @fundapso

 @FundapsoColombia

 info@fundapso.org

Línea Cali:

(602) 3358950
(602) 4014987

 +57 311 3777844