

¿Tengo Lupus?



Folleto en español



U.S. Department of Health
and Human Services

Departamento de Salud y Servicios
Humanos de los Estados Unidos



NIAMS

National Institutes of Health
National Institute of Arthritis
and Musculoskeletal and Skin Diseases
Institutos Nacionales de la Salud
Instituto Nacional de Artritis y
Enfermedades Musculoesqueléticas y
de la Piel

Este folleto no tiene los derechos de autor reservados. Usted puede copiarlo y distribuir tantos ejemplares como considere necesario.

Para obtener más ejemplares, comuníquese con el:

Centro Coordinador Nacional de Información del
Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades
Musculares y de la Piel
(NIAMS por sus siglas en inglés)
Institutos Nacionales de la Salud
(NIH, siglas en inglés)
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Este folleto está disponible también en la página electrónica de NIAMS en www.niams.nih.gov/hi/topics/lupus/tengo/index.htm. Además, esta página electrónica contiene mucha más información sobre artritis y otros padecimientos que afectan los huesos, músculos y piel.

¿Tengo Lupus?

Información para Comunidades
Multiculturales

**Folleto disponible
en español e inglés**



NIAMS

Introducción

Si usted tiene lupus, probablemente tiene muchas preguntas. El lupus no es una enfermedad simple con una respuesta fácil. Usted no puede tomarse una píldora y hacerlo desaparecer. Las personas que viven o trabajan con usted quizás tengan dificultad para entender que usted está enferma(o). El lupus no tiene una serie de manifestaciones claras que la gente pueda ver. Usted puede saber que algo anda mal y aún así puede pasar mucho tiempo antes de que se le diagnostique.

El lupus tiene muchas caras. Puede afectar a personas de diferentes razas, grupos étnicos, edades y tanto a hombres como a mujeres. El lupus puede parecerse a otras enfermedades. Es diferente en cada persona que lo padece.

La buena noticia es que usted puede encontrar ayuda y combatir el lupus. El primer paso es aprender sobre él. Pregunte. Hable con su doctor, familia y amigos. Las personas que buscan respuestas pueden encontrarlas. Este folleto puede ayudarle a comenzar este proceso.



¿Qué es el lupus?

El lupus es una enfermedad autoinmune. Esto significa que afecta el sistema inmunológico. El sistema inmunológico es como un ejército con cientos de soldados. Su trabajo es combatir las sustancias ajenas o extrañas en el cuerpo, como son los microbios y virus. Pero cuando hay una enfermedad autoinmune, el sistema inmunológico pierde el control. El resultado es que el cuerpo comienza a atacar células sanas, no a los microbios.

El lupus no es contagioso, usted no se puede contagiar a través de otra persona. No es cáncer, ni está relacionado con el SIDA.

El lupus es una enfermedad que puede afectar muchas partes del cuerpo. Cada persona reacciona de manera diferente. Una persona con lupus podría tener las rodillas inflamadas y fiebre. Otra persona podría estar cansada todo el tiempo o tener problemas de riñones. Otra más podría tener manchas en la piel. El lupus puede afectar las articulaciones o coyunturas, la piel, los riñones, los pulmones, el corazón y (o) el cerebro. Si usted tiene lupus, puede afectarle dos o tres partes del cuerpo. No es común que una persona tenga todos los síntomas posibles.



Existen tres tipos principales de lupus:

- **Lupus Eritematoso Sistémico (LES)** es la forma más común. En muchas ocasiones se le llama LES, o simplemente lupus. La palabra "sistémico" significa que la enfermedad puede afectar varias partes del cuerpo como pueden ser el corazón, los pulmones, riñones y el cerebro. Los síntomas del LES pueden ser de moderados a severos.
- **Lupus Eritematoso Discoide o Cutáneo**, que afecta principalmente la piel. Puede aparecer una mancha de color rojizo y puede haber cambios en el color de la piel en la cara, el cuero cabelludo o en cualquier otra parte.
- **Lupus Secundario o Inducido por medicamentos**, provocado por algunos medicamentos. Es parecido al lupus sistémico, pero los síntomas son menos severos, por lo regular. En la mayoría de los casos, la enfermedad desaparece cuando se suspende el fármaco. Los hombres desarrollan más este tipo de lupus porque los medicamentos que lo ocasionan, hidralazina y procainamida, se utilizan en el tratamiento de afecciones cardíacas que son más comunes en los hombres.

¿Cuáles son las manifestaciones y síntomas del lupus?

El lupus puede ser difícil de diagnosticar. En muchas ocasiones se le confunde con otras enfermedades. Por esta razón, al lupus se le ha llamado “el gran imitador”. Las manifestaciones del lupus varían de una persona a otra. Algunas personas tienen sólo algunos síntomas, otras pueden tener más.

Manifestaciones comunes del lupus:

- Manchas de color rojizo o cambio de color en la cara, a menudo en forma de mariposa sobre la nariz y las mejillas.
- Dolor o inflamación en las articulaciones o coyunturas (Ej. rodillas, codos).
- Fiebre inexplicable.
- Dolor de pecho acompañado de dificultad para respirar.
- Inflamación de glándulas.
- Fatiga extrema (sentirse cansado todo el tiempo).
- Pérdida del cabello fuera de lo normal (mayormente en el cuero cabelludo).
- Los dedos de las manos o pies se vuelven pálidos o morados debido al frío o al estrés.
- Sensibilidad al sol.

- Conteo bajo en las células de la sangre.
- Depresión, problemas para pensar y (o) problemas con la memoria.

Otras manifestaciones son úlceras o aftas en la boca, convulsiones inexplicables, alucinaciones (ver cosas), repetidos abortos espontáneos y problemas inexplicables con los riñones.

¿Qué es un brote?

Cuando se presentan los síntomas, ese momento se llama tener un brote. Estas manifestaciones pueden aparecer y desaparecer. Usted puede tener inflamación y manchas una semana y no ver síntoma alguno a la semana siguiente. Usted se podrá percatar de que sus síntomas se intensifican luego de haber estado expuesto al sol, o después de un día largo de trabajo.

Aunque tome medicamentos para el lupus, usted puede ver que en ocasiones los síntomas empeoran. Aprender a reconocer que un brote se aproxima le puede ayudar a tomar las medidas necesarias para manejarlo. Muchas personas se sienten muy cansadas o tienen dolor, les sale una mancha, les da fiebre, malestar en el estómago, dolor de cabeza, o mareos justo antes de un brote. Para prevenir los brotes, debe tomar ciertas precauciones que podrían ayudarle: limitar su tiempo de exposición al sol y tener suficiente descanso y relajamiento.

Prevención de un brote

- Aprenda a reconocer cuándo se va a presentar un brote.
- Hable con su médico.
- Intente establecer metas y prioridades alcanzables.
- Limite la cantidad de tiempo que se expone al sol.
- Siga un régimen alimenticio saludable.
- Desarrolle un sistema que le ayude a reducir el estrés al manejar los brotes.
- Descanse lo suficiente y relájese.
- Haga ejercicios con moderación en la medida de lo posible.
- Desarrolle un sistema de apoyo; rodéese de gente en quien usted confía y con quienes se siente a gusto (familiares, amigos, etc.).

¿Qué ocasiona el lupus?

No sabemos qué lo ocasiona y aunque no se cura, en la mayoría de los casos, el lupus puede controlarse. En ocasiones, el lupus se repite en las familias, lo que indica que la enfermedad podría ser hereditaria. Aún así, el tener los genes no significa que se va a enfermar. El ambiente, la luz solar, el estrés y ciertos medicamentos podrían desencadenar los síntomas en algunas personas. Otras personas con historial genético similar nunca desarrollan síntomas de la enfermedad. Los investigadores están tratando de encontrar la razón por la cual esto sucede.

¿A quién le da lupus?

Cualquiera puede tener lupus. Pero nueve de cada 10 personas que lo tienen son mujeres. Las mujeres de origen africano tienen tres veces más probabilidades de tener lupus que las mujeres de raza blanca. El lupus es más común también entre mujeres de origen hispano/latino, asiático e indígena.

Las personas de origen africano y las hispanas/latinas tienden a desarrollar el lupus a una edad más temprana y al momento de su diagnóstico presentan más síntomas (incluyendo problemas con los riñones).

Así mismo, tienden a desarrollar enfermedades más graves que las de raza blanca. Por ejemplo, los pacientes de origen africano tienen más convulsiones y parálisis o apoplejías, mientras que los pacientes hispanos/latinos tienen más problemas cardíacos. No sabemos por qué algunas personas parecen tener más complicaciones con el lupus que otras.



Diagnóstico: ¿Cómo puede enterarse si tiene lupus?

- **Historial médico**—El decirle al médico los síntomas y otros problemas que ha tenido puede ayudarle a su médico a entender su situación. Su historial médico puede proporcionar algunos indicios sobre el origen de su enfermedad. Utilice el listado que aparece al final de este folleto para registrar sus síntomas. Comparta esta lista con su médico. Pídale a un amigo o familiar que le ayude con la lista o a sugerirle preguntas para su médico.
- **Hágase un examen médico completo**—Su médico buscará si tiene manchas u otras manifestaciones de que algo anda mal.
- **Análisis de laboratorio de su sangre y orina**—Las muestras de sangre y orina con frecuencia demuestran si su sistema inmunológico está hiperactivo.
- **Biopsia de la piel o riñones**—Durante una biopsia, la muestra de tejido que se ha tomado a través de un pequeño procedimiento quirúrgico se examina bajo el microscopio. El tejido de la piel o los riñones que se analiza de este modo podría mostrar manifestaciones de una enfermedad autoinmune.

El lupus es más común entre las mujeres de 15 a 44 años de edad. En general, estos son los años en que las mujeres pueden tener hijos. Los científicos piensan que alguna hormona en las mujeres podría tener algo que ver con el desarrollo del lupus. No obstante, es importante recordar que los hombres y las personas mayores pueden desarrollar lupus también.

No es común que niños menores de 15 años tengan lupus. Una excepción son los niños nacidos de una mujer con lupus. Estos niños podrían tener problemas del corazón, el hígado o la piel ocasionados por el lupus. Con el cuidado adecuado, muchas mujeres con lupus pueden tener un embarazo normal y un bebé saludable.

¿Qué va a hacer el médico?

Vaya a ver a un médico. Él le preguntará sobre el historial de sus problemas de salud. Muchas personas tienen lupus por mucho tiempo antes de descubrirlo. Es importante que le diga a su médico o enfermera(o) cuáles son sus síntomas. Esta información junto con un examen físico y los resultados de las pruebas de laboratorio, ayudan al médico a decidir si usted tiene lupus u otro padecimiento.

El reumatólogo es un médico que se especializa en el tratamiento de enfermedades que afectan las articulaciones o coyunturas y los músculos, como es el caso del lupus. Es aconsejable pedirle a su médico general que le recomiende con un reumatólogo.

En algunos casos, el dermatólogo, un médico que se especializa en el tratamiento de enfermedades que afectan la piel, podría participar en el diagnóstico y tratamiento. **No existe un solo examen que demuestre que usted tiene lupus. Su doctor tendrá que hacerle varios análisis y estudiar su historial médico. Puede pasar algún tiempo antes de que el médico le diagnostique lupus.**

¿Me darán medicamentos?

Recuerde que cada persona tiene síntomas distintos. Los tratamientos dependen de los síntomas. El médico puede darle aspirina o un medicamento similar para el tratamiento de las articulaciones inflamadas y la fiebre. Puede recetarle cremas o ungüentos para la irritación. Para problemas más graves, se utilizan medicamentos más fuertes como los recetados contra el paludismo, corticosteroides y medicamentos para quimioterapia. Su médico determinará el tratamiento con base en sus síntomas y necesidades.

Dígale siempre a su médico si tiene problemas con sus medicamentos. Dígale si está tomando algún suplemento vitamínico o de hierbas naturales. Sus medicamentos podrían no reaccionar bien con estos suplementos. Usted y su médico pueden trabajar juntos para encontrar el mejor tratamiento para todos sus síntomas.

¿Cómo puedo vivir con el lupus?

Usted necesita saber qué es lo que mejor le funciona. Podrá descubrir que un reumatólogo tiene el mejor plan de tratamiento para usted. Otros profesionales de la salud que pueden ayudarle a manejar diferentes aspectos del lupus son: sicólogos, terapeutas ocupacionales, dermatólogos y nutriólogos. Podría encontrar que el hacer ejercicio con un terapeuta físico le puede ayudar a sentirse mejor. Lo importante es que continúe trabajando regularmente con su equipo de profesionales de la salud, aún cuando su lupus esté controlado y todo se vea bien.



El vivir con una enfermedad prolongada como el lupus puede tener un gran impacto emocional. Puede llegar a pensar que sus amigos, familiares y compañeros de trabajo no entienden cómo se siente. La tristeza y el enojo son reacciones normales.

Las personas con lupus tienen poca energía y deben aprender a utilizarla con sabiduría. Pregúntele a su equipo de atención de la salud sobre diferentes maneras de manejar la fatiga. La mayoría de las personas se sienten mejor si logran balancear el trabajo y el descanso y toman sus medicamentos. Si siente depresión, tanto los medicamentos como la terapia pueden ayudarle.

Además,

- Preste atención a su cuerpo. Reduzca el ritmo o deténgase antes de que esté muy cansado.
- Encuentre su propio ritmo. Distribuya su trabajo y otras actividades.
- No se culpe a sí mismo por sentir fatiga. Es parte de la enfermedad.
- Intente participar en grupos de apoyo y terapia. Pueden ayudarle a entender que usted no está sola(o). Los miembros del grupo se ayudan los unos a los otros.
- Considere el apoyo de su familia y grupos espirituales y otros grupos en su comunidad.

Es cierto que mantenerse saludable es difícil cuando se tiene lupus. Usted necesita prestar atención a su cuerpo, mente y espíritu. Tener una enfermedad crónica es muy estresante. Las personas manejan el estrés de diferentes maneras. Algunas actividades útiles:

- Participe de actividades sociales.
- Practique técnicas como la meditación y yoga.
- Determine sus prioridades para administrar su tiempo y energía.

El ejercitarse también le puede ayudar a manejar el lupus. Los tipos de ejercicios que puede practicar son:

- **Calistenia** (por ejemplo, estiramiento), ejercicios que ayudan a mantener el movimiento normal de las articulaciones y aliviar la rigidez. Este tipo de ejercicio ayuda a mantener o aumentar su flexibilidad.
- **Fortalecimiento** (por ejemplo, levantamiento de pesas), ejercicios que ayudan a mantener o aumentar la fortaleza de los músculos. Los músculos fuertes brindan apoyo y protección a las articulaciones afectadas por el lupus.
- **Aeróbicos o de resistencia** (por ejemplo, caminata dinámica o trote), ejercicios que pueden mejorar su condición cardiovascular y ayudarlo a controlar su peso, mejorando su desempeño general.

Las personas con enfermedades crónicas como lupus deben hablar con un profesional de la salud antes de comenzar un programa de ejercicios.

Aprender sobre el lupus puede ayudarle. Las personas que están mejor informadas y participan en la planificación de su tratamiento afirman sentir menos dolor. Además, no hacen tantas visitas al médico, tienen más confianza en sí mismas y son más activas.

Las mujeres que quieren tener hijos deben trabajar en conjunto con su equipo de profesionales de la salud, como por ejemplo,

médicos, terapeutas físicos y enfermeras. Su médico obstetra y su médico del lupus deben trabajar en conjunto para encontrar el mejor plan de tratamiento para usted.



Esperanza en las investigaciones

Los científicos están trabajando para encontrar las causas del lupus y cuáles son los mejores tratamientos. A continuación, algunas de las preguntas a las que están buscando respuesta:

- ¿Quién padece de lupus y por qué?
- ¿Por qué las mujeres desarrollan lupus más a menudo que los hombres?
- ¿Por qué existe una mayor incidencia de lupus entre ciertos grupos raciales y étnicos?
- ¿Qué es lo que se daña en el sistema inmunológico y por qué?
- ¿Cuáles genes participan en el desarrollo del lupus?
- ¿Cómo podemos corregir un sistema inmunológico que no está funcionando bien?
- ¿Cómo se puede mejorar el tratamiento para los síntomas del lupus?

Los Institutos Nacionales de la Salud (NIH) patrocinan investigaciones sobre la salud y la enfermedad. El Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS) apoya la investigación de los huesos, articulaciones, músculos, tejido conectivo y piel. Estas son las partes del cuerpo que se pueden ver afectadas por el lupus. Las investigaciones auspiciadas por NIAMS están enfocadas en los siguientes temas:

- Ciertos genes hacen que algunas personas sean más susceptibles de tener complicaciones graves, como son las enfermedades del riñón. Los investigadores de NIAMS encontraron que entre las personas de ascendencia africana hay un gen que está asociado con el lupus y que les pone en mayor riesgo de desarrollar enfermedades del riñón. Los cambios en este gen no permiten que el sistema inmunológico trabaje adecuadamente para eliminar del cuerpo los anticuerpos dañinos después de que han hecho su trabajo. Otros genes podrían también ser determinantes.
- El lupus es más común en las mujeres que en los hombres. Los investigadores están revisando la función de las hormonas y otras diferencias entre hombres y mujeres.
- Entre los estudios de investigación del NIAMS hay uno relacionado con probar un medicamento nuevo que los científicos esperan que tenga efectos secundarios más leves que los medicamentos utilizados en los tratamientos actuales. Otro estudio está sometiendo a prueba una combinación de dos medicamentos. Uno de los medicamentos es conocido y el otro es un medicamento nuevo. Los científicos esperan que la combinación sea más eficaz y ocasione menos efectos secundarios.

¿Dónde puedo encontrar más información acerca del lupus?

Fuentes de Información de los Institutos Nacionales de la Salud (National Institutes of Health, NIH)

Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel

(National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases, NIAMS)

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484 ó

877-22-NIAMS (226-4267) (sin costo) TTY:

301-565-2966

Fax: 301-718-6366

www.niams.nih.gov

El NIAMS es parte de los NIH, encabeza las investigaciones del gobierno federal sobre la artritis y otras enfermedades que afectan los músculos, huesos, articulaciones y la piel. El NIAMS auspicia investigaciones y adiestramiento en investigación en todo Estados Unidos y en el recinto de los NIH que se localiza en Bethesda, Maryland. La Oficina de Comunicaciones y Enlace con la Comunidad ofrece al público información sobre salud e investigaciones a través del Centro Coordinador Nacional de Información de NIAMS.

Investigaciones Clínicas en los NIH

Teléfono 800-411-1222 (sin costo)

www.ClinicalTrials.gov

Las pruebas clínicas son estudios médicos de investigación para ver si los tratamientos nuevos son seguros y eficaces. Estas investigaciones ayudan a los médicos a entender cómo reacciona la gente a los medicamentos nuevos o tratamientos mejorados. Esta página es una manera sencilla de proporcionar información a los pacientes, familiares y al público sobre investigaciones clínicas. Además, se ofrece un enlace para comunicarse con las personas que están reclutando participantes en los estudios.

MEDLINEplus

Es la página electrónica de la Biblioteca Nacional de Medicina para obtener información de salud.

www.medlineplus.gov

Recursos En Línea del Departamento de Salud y Servicios Humanos (Department of Health and Human Services, DHHS)

Las siguientes páginas electrónicas pueden ayudarle a encontrar otras fuentes de información sobre el lupus:

HealthFinder

Es la página electrónica del DHHS con información sobre salud.

www.HealthFinder.com

Banco de Datos de Información de Salud

Los NIH y los Centros para el Control y Prevención de las Enfermedades (CDC) han combinado su banco de datos para que los consumidores puedan obtener información de salud.

<http://chid.nih.gov>

Otras Organizaciones

Academia Estadounidense de Dermatología (American Academy of Dermatology)

P.O. Box 4014

Schaumburg, IL 60168-4014

Teléfono: 847-330-0230 ó

888-462-DERM (3376) (sin costo)

Fax: 847-330-0050

www.aad.org

Esta organización nacional para dermatólogos publica folletos sobre problemas de la piel como el acné y otros relacionados con lupus. Puede obtener ejemplares de estos folletos llamando o escribiendo a la academia; además, están disponibles en el Sitio electrónico de la organización. La academia puede recomendarle dermatólogos.

Academia Estadounidense de Cirujanos Ortopédicos (American Academy of Orthopaedic Surgeons)

P.O. Box 2058

Des Plaines, IL 60017

Teléfono: 800-824-BONE (2663) (sin costo)

www.aaos.org

La Academia brinda servicios de educación y prácticas de administración para cirujanos ortopédicos y profesionales de la salud relacionados. Se desempeña como defensor de mejor atención a los pacientes e informa al público sobre la ciencia de la ortopedia. Los ortopédicos trabajan con trastornos de los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Para obtener una copia del folleto de la AAOS, envíe un sobre rotulado y timbrado a la dirección anterior o visite su Sitio.

**Colegio Estadounidense de Reumatología
(American College of Rheumatology)**

1800 Century Place, Suite 250

Atlanta, GA 30345

Teléfono: 404-633-3777

Fax: 404-633-1870

www.rheumatology.org

Esta organización médica le recomienda con médicos y profesionales de la salud que ofrecen tratamientos para la artritis y otras enfermedades reumáticas como el lupus. La organización ofrece además materiales educativos y directrices.

**Asociación Estadounidense de Enfermedades Relacionadas a lo Autoinmune
(American Autoimmune Related Diseases Association, AARDA)**

22100 Gratiot Avenue

Eastpointe, MI 48021

Teléfono: 586-776-3900

800-598-4668 (sin costo)

Fax: 586-776-3903

E-mail: aarda@aarda.org

www.aarda.org

La Asociación Estadounidense de Enfermedades Relacionadas a lo Autoinmune es la única agencia nacional de salud de voluntarios, sin fines de lucro, que atrae atención nacional y esfuerzos de colaboración hacia más de 100 enfermedades autoinmunes conocidas, a través de la educación, concienciación, investigación y servicios a los pacientes. En colaboración con la Coalición Nacional de Grupos de Pacientes de Enfermedades Autoinmunes (National Coalition of Autoimmune Patient Groups-NCAPG), la Asociación apoya legislación a favor de pacientes

con enfermedades autoinmunes. Brinda a los pacientes información educativa gratis, recomendaciones de médicos y agencias, foros y simposios y un boletín trimestral.

Fundación para la Artritis (Arthritis Foundation)

1330 West Peachtree Street, Suite 100
Atlanta, GA 30309

Teléfono: 404-872-7100 ó
800-568-4045 (sin costo)

o al capítulo local que aparece en la guía telefónica

www.arthritis.org

La Fundación para la Artritis es la organización principal de voluntarios dedicada a apoyar las investigaciones sobre artritis y otras enfermedades reumáticas como el lupus y proporciona educación y otros servicios a personas con enfermedades reumáticas. La fundación publica folletos gratuitos sobre lupus y muchos otros temas. Los capítulos locales brindan diversos servicios a la comunidad, como clases de ejercicios, cursos de autoayuda y grupos de apoyo.

Fundación del Lupus de los Estados Unidos (Lupus Foundation of America, LFA)

2000 L Street, N.W., Suite 710
Washington, DC 20036

www.lupus.org

La LFA es la organización principal de voluntarios dedicada al lupus. La LFA ayuda a los capítulos locales a brindar servicios a las personas con lupus, se dedica a educar al público sobre el lupus y apoya la investigación sobre el lupus. Con una

red que se extiende a más de 500 sucursales y grupos de apoyo, los capítulos locales ofrecen educación a través de servicios de información y recomendaciones, ferias de salud, boletines informativos, publicaciones y seminarios. Los capítulos proporcionan ayuda a las personas con lupus, sus familiares y amigos a través de las reuniones en los grupos de apoyo, visitas a los hospitales y líneas telefónicas de ayuda.

**Fundación de SLE
(SLE Foundation)**

149 Madison Avenue, Suite 205
New York, NY 10016

Teléfono: 212-685-4118 ó 800-74-LUPUS
(745-8787)

(sin costo)

www.lupusny.org

La Fundación de SLE proporciona literatura de varios temas relacionados con el lupus a quien lo solicite. Además, la fundación ofrece servicios de recomendaciones para especialistas expertos en lupus. La fundación produce y distribuye un boletín informativo varias veces al año y ofrece una serie de eventos y conferencias impartidas por expertos en medicina.

Agradecimientos

El NIAMS agradece a las siguientes personas y organizaciones su contribución para este proyecto:

Fundación para la Artritis, Capítulo de la Cd. Metropolitana de Washington

(Arthritis Foundation Metropolitan Washington Chapter),

La Fundación Lupus del Área Metropolitana de Washington

(Lupus Foundation of Greater Washington),

Fundación de Lupus de los Estados Unidos

(Lupus Foundation of America),

Barbara Mittleman, M.D.,

Clifton A. Poodry, Ph.D.,

Laura Robbins, D.S.W.,

Cheryl Contreras, M.P.I.A.,

Patricia Fraser, M.D., M.P.H., M.S.,

Lori Harrison Port, M.P.H.,

Bobbie Drake-Saucer,

Juan Rivera, Ph.D.,

Jorge R. Toro, M.D. y

Lourdes Villalba, M.D.

NIAMS agradece especialmente a los participantes de los grupos de enfoque y los pacientes con lupus que revisaron esta publicación y proporcionaron su valiosa aportación.

Lista de Síntomas

Use esta página para tomar notas que luego llevará a su médico. Marque con una paloma los síntomas que tiene. Anote cuándo le sucedió.

| Síntoma | ✓ | ¿Dónde? | ¿Cuándo lo notó por primera vez? | ¿Cuán a menudo? | Fechas recientes |
|--|---|---------------------|----------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| Ejemplo: Irritación | ✓ | <i>cara y pecho</i> | <i>hace 2 años</i> | <i>1 ó 2 veces al mes</i> | <i>17/9, 8/10, 23/10,</i> |
| Manchas rojas o cambio de color en la piel | | | | | |
| Dolor o inflamación de las articulaciones | | | | | |
| Fiebre inexplicable | | | | | |
| Dolor de pecho al respirar profundamente | | | | | |
| Pérdida anormal de cabello | | | | | |
| Dedos pálidos o morados | | | | | |
| Sensibilidad al sol | | | | | |
| Otro | | | | | |

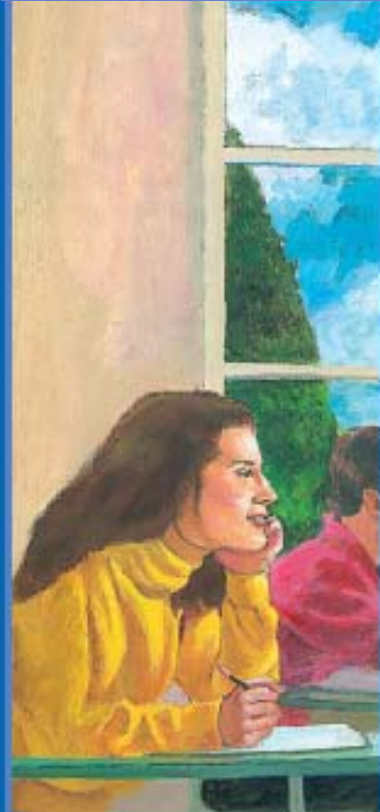
| |
|--------------------|
| Mi doctor se llama |
| |
| |
| Número de teléfono |
| |
| |
| Mis preguntas |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |
| |

La misión del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS en inglés), que es parte de los Institutos Nacionales de la Salud (NIH en inglés), es apoyar la investigación sobre las causas, tratamiento y prevención de la artritis y las enfermedades que afectan los músculos, los huesos y la piel; la capacitación de científicos clínicos y de ciencias básicas para llevar a cabo estas investigaciones; y la difusión de información sobre el avance de las investigaciones en estas enfermedades.

El Centro Coordinador Nacional de Información de NIAMS es un servicio público patrocinado por NIAMS que brinda información sobre salud y otras fuentes de información. Puede encontrar información adicional y las investigaciones más recientes en la página electrónica de NIAMS: www.niams.nih.gov.

NIH Publication No. 03-5321
March 2003

Publicación NIH No. 03-5321
Marzo de 2003



Lupus Nuevo León
MARIPOSA ROJA, A.C.

Adaptación de texto sólo
en español, cortesía de la asociación de lupus del Estado de Nuevo León, México. Puede obtener gratis ejemplares impresos en el (52) (81) 8378-1520 ó descargar el pdf de: www.lupusnuevoleon.org.mx