



en artritis
**LA CONSULTA
A CONSULTA**

¡¡¡TU HISTORIA, NUESTRA HISTORIA!!!

LA CONSULTA A CONSULTA



*Desde la perspectiva
de las personas con artritis
reumatoide (AR), artritis
psoriásica (APs) y
espondiloartritis (EA)*



conartritis

COORDINADORA NACIONAL DE ARTRITIS

Visitas iniciales: Comunicación del diagnóstico

María visita a su reumatólogo para recibir los resultados de la exploración física y la analítica que se realizó hace unas semanas.



Al salir de la consulta...



La comunicación fluida con tu especialista te ayudará a sobrellevar el estrés, la incertidumbre y la ansiedad sobre posibles limitaciones en tu vida.

No te quedes con dudas, habla con tu médico para saber cómo gestionar la enfermedad en tu día a día.



Y al llegar a casa...



Consultas sobre el tratamiento

Compartir tus miedos y preocupaciones con el enfermero y especialista a lo largo del tratamiento fortalecerá vuestra relación, y brindará al especialista más información para poder explicarte con claridad todo acerca del tratamiento y la evolución de la enfermedad.



Hola María, ¡cuánto tiempo!
Te veo muy bien. ¿Cómo te encuentras?

¿Cómo lo llevas en el día a día? ¿qué tal la familia? ¿el trabajo?

Comenta con la doctora cómo te encuentras, seguro que te indicará qué puedes hacer para estar mejor. ¡Mucho ánimo!



Hola María, ¿qué tal te encuentras? Aquí tienes tus resultados. Vamos a continuar el tratamiento con un biológico.



¿Un biológico? He estado leyendo sobre esos medicamentos. ¿Significa que estoy peor?

No necesariamente, queremos controlar más la inflamación. Empezaremos con el biológico que más se adapte a ti.

Consultas sobre el tratamiento

Revisar los resultados con tu especialista y comunicarle tus preferencias, **facilitará la toma de decisiones conjunta para que puedas optar a tratamientos que de verdad se adapten a sus necesidades.**



¿Podrías venir al hospital de día a ponerte la medicación cada 6 meses, con ayuda de tu enfermero? ¿Sería compatible con tus actividades?

No lo sé... ¿puedo informarme mejor? ¿podría cambiar luego de idea?



Pero, ¿me ayudará este tratamiento con el cansancio y la falta de ánimo?

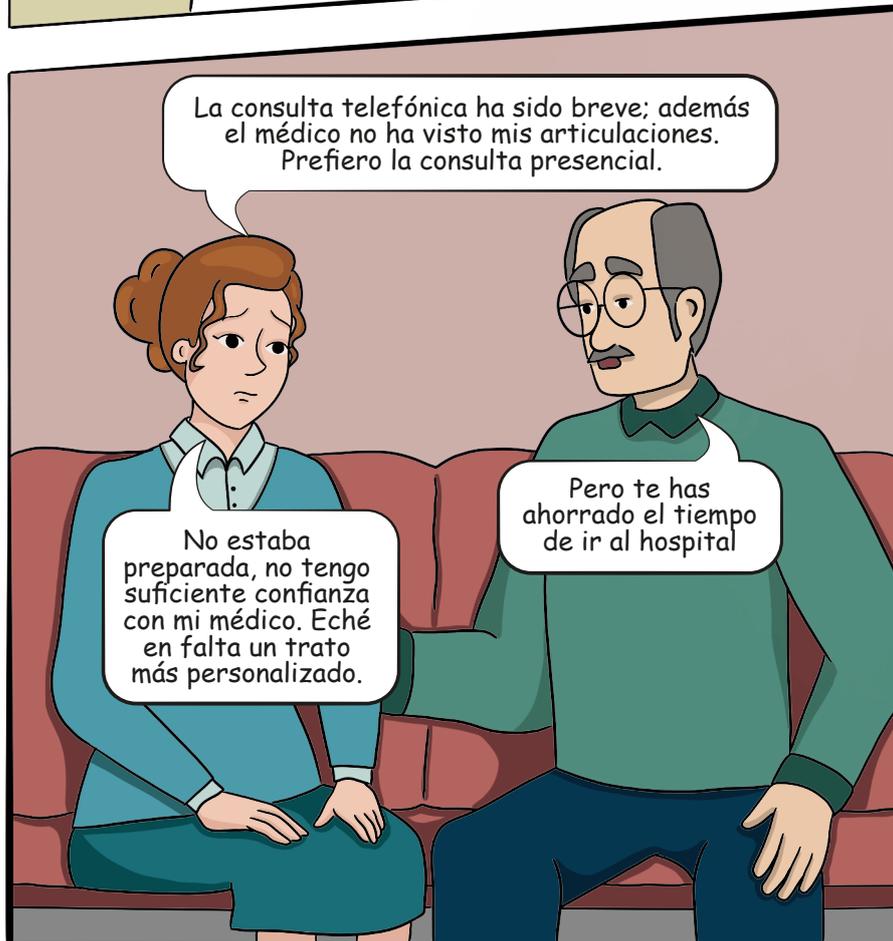
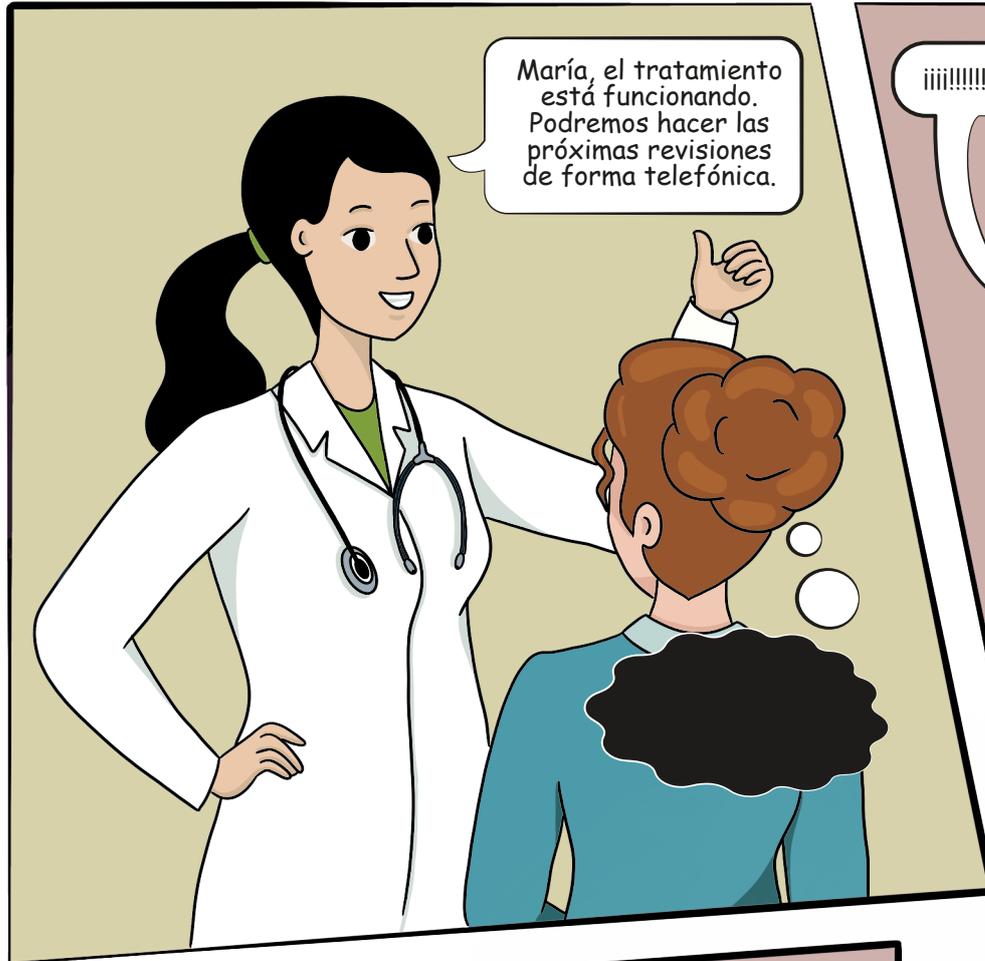
Me encantaría ahondar más pero no tengo tiempo; estoy preparada para informar sobre la enfermedad y su tratamiento.



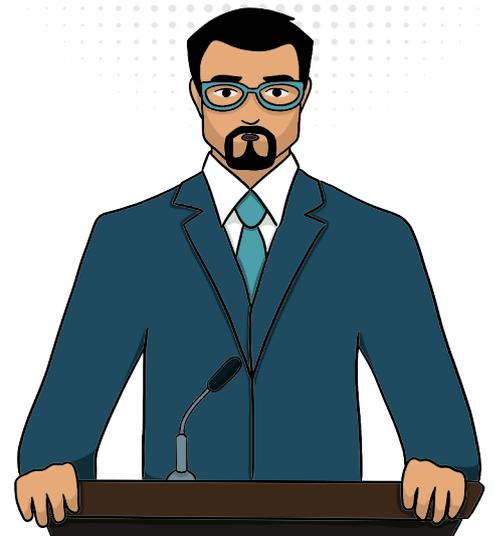
Además, puedes recurrir a los **equipos sanitarios multidisciplinares y las asociaciones de pacientes** para obtener información complementaria y **apoyo psicológico.**



Consultas de seguimiento



La teleconsulta se realiza cuando la enfermedad se estabiliza, pero para que funcione **es importante que hayas establecido previamente un vínculo de confianza con tu especialista.**



Más consultas = más y mejores resultados

Las insatisfacciones de los pacientes se centran, en buena medida, en la sensación de que el médico no ha indagado lo suficiente sobre las circunstancias personales de la persona con enfermedad reumática, su forma de vida o sus hábitos para entender las consecuencias que la enfermedad va a tener en estos aspectos.

Por ello, se deben establecer **modelos de atención multidisciplinar que permitan una atención personalizada y completa** (educación sanitaria, apoyo psicológico, consejos de autocuidado, ejercicio y alimentación, entre otros) a lo largo de la enfermedad.

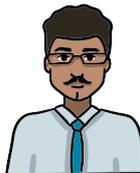
¡Juntos sumamos en el abordaje del paciente con enfermedad reumática!

Soy Juana; sé que el diagnóstico no es fácil y el tratamiento tampoco. A veces te sentirás triste, otras veces frustrada, otras enfadada. Es normal y puedo acompañarte en este camino para que juntas aprendamos a gestionar mejor todas esas emociones.



PSICÓLOGA

¿Tienes dudas sobre cómo puede afectar esto a tu trabajo, qué ayudas puedes pedir, a qué tienes derecho, etc.? No te preocupes. Mis compañeros y yo, Pedro, te asesoraremos.



TRABAJADOR SOCIAL

Me llamo Julia y llevo muchos años en contacto con pacientes con enfermedades reumáticas. En general tienen confianza con nosotras y nos cuentan cosas que no le cuentan al médico.



ENFERMERA

Me llamo Alicia y te puedo enseñar algunos hábitos dietéticos antiinflamatorios que, junto a tu medicación, mejorarán mucho tu inflamación y tu calidad de vida.



NUTRICIONISTA

Soy Manuel; veo a muy pocos pacientes con enfermedades reumáticas, deberían remitirme más, porque puedo ayudarles muchísimo a mejorar su condición física y a practicar deporte si lo desean.



FISIOTERAPEUTA

Mi nombre es Juan. Desempeñamos un papel relevante en el conocimiento de la enfermedad, el fomento de la adherencia, la calidad de vida y la satisfacción de las personas con enfermedades reumáticas.



FARMACÉUTICO HOSPITALARIO

La terapia ocupacional previene deformidades, mejora la calidad de vida, potencia la autonomía y puede disminuir el tiempo de baja médica con una incorporación más rápida a la vida laboral, liberando así de carga a los cuidadores. Soy Andrés, y si tienes una enfermedad reumática, puedo ayudarte.



TERAPEUTA OCUPACIONAL

Y hay más profesionales que pueden ayudar a los pacientes con enfermedades reumáticas a convivir mejor con su enfermedad: rehabilitadores, preparadores físicos.... Y por supuesto, sin olvidar el papel de las...

ASOCIACIONES DE PACIENTES!



¡Cuántos paciente me han dicho en algún momento: "Me daba vergüenza preguntar si la medicación afectaría a mi vida sexual"! Yo soy Marga, la sexóloga y trabajaremos este y otros aspectos para que el sexo sea una esfera más de tu calidad de vida.



SEXÓLOGA

2024



Si al igual que María tienes una enfermedad reumática, recuerda:

- Las enfermedades reumáticas afectan a la calidad de vida de las personas que las padecen.
- Hablar con tu médico para trasladarle tus dudas, preocupaciones y sensaciones te ayudará a generar un vínculo de confianza con él que te permitirá sobrellevar mejor la enfermedad.
- Acude a un equipo de profesionales multidisciplinares y a las asociaciones de pacientes para entender mejor las consecuencias que la enfermedad va a tener en tu día a día y buscar el apoyo psicológico necesario.
- **¡El trabajo en equipo siempre tiene mejores resultados!**



en artritis

**LA CONSULTA
A CONSULTA**

Realizado con la colaboración de



Este cómic se ha realizado a partir de los resultados de «La Consulta a Consulta», un estudio promovido por la Coordinadora Nacional de Artritis ConArtritis que, a través de una metodología basada en entrevistas y cuestionarios, analizó la percepción de las personas con artritis reumatoide, artritis psoriásica y espondiloartritis y de los profesionales sanitarios que los atienden, sobre los temas que se abordan en consulta, así como la calidad de la comunicación que se establece entre ellos.

La percepción de personas con artritis idiopática juvenil y de los profesionales sanitarios que la tratan se integrará en fases más avanzadas del proyecto «La Consulta a Consulta».

Esperamos que el trabajo que se ha realizado en «La Consulta a Consulta» sea de utilidad y contribuya a visibilizar las brechas de información y falta de empatía, así como a mejorar la concienciación sobre la enfermedad, para potenciar su enfoque humanizado. Un especial agradecimiento a las personas que participaron en el desarrollo del estudio, que se ha efectuado gracias al patrocinio de Amgen, Galápagos, Gebo Pharma y Nordic Pharma, y con la colaboración de Abbvie, Janssen, Lilly, MSD y Pfizer.