



lo que debes saber del lupus



Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades Av. Fidel Velázquez No. 805 Col. Vértice C.P. 50150 Tel. (722) 2 193887 Estado de México



- Esto puede causar daño a varias partes del cuerpo como: articulaciones, piel, riñones, corazón, pulmones, vasos sanguíneos y cerebro.
- Existen varios tipos de lupus. El más común es el lupus eritematoso sistémico, que afecta a muchas partes del cuerpo. Otros tipos son:
 - Lupus eritematoso discoide: causa un sarpullido en la piel que es difícil de curar.
 - Lupus eritematoso cutáneo subagudo: causa llagas en las partes del cuerpo que están expuestas al sol.
 - Lupus secundario: causado por el uso de algunos medicamentos.
 - Lupus neonatal: un tipo raro que afecta a los bebés recién nacidos.
 - La causa del lupus eritematoso sigue siendo desconocida. Sin embargo, al tratarse de una enfermedad autoinmune hay distintos factores que sí se conocen, que pueden influir y provocarlo lupus. La más conocida es la alteración en el sistema inmunológico, que entre otras funciones es el encargado de defender al cuerpo frente a posibles infecciones.

El sistema inmunitario está diseñado para combatir las sustancias ajenas o extrañas al cuerpo. En las personas con lupus, el sistema inmunitario se afecta y ataca a las células y tejidos sanos.

- Otra de las causas que se barajan responde a la genética. Se ha comprobado que, por ejemplo, en gemelos /as, si uno/a de los hermanos/as tiene la enfermedad, el lupus tiende a aparecer con mayor frecuencia en el otro/a hermano/a. Sin embargo, aún se desconoce qué genes concretos son responsables de esta enfermedad.
- Los factores ambientales también podrían incidir en esta patología. Se considera que por ejemplo, la exposición a la luz solar también podría ser un factor potenciador de la patología. De hecho, muchos individuos con lupus tienen fotosensibilidad a los rayos ultravioleta. Algunos medicamentos también pueden desencadenar un brote de esta patología.
- Asimismo, las hormonas, en concreto los estrógenos femeninos, pueden estar implicadas en la enfermedad. De hecho, se ha observado que las píldoras anticonceptivas pueden acelerar su aparición en mujeres genéticamente predispuestas. De esta manera, los brotes de lupus suelen ser más común en mujeres en estado fértil.



Lupus significa "lobo" en latín. Este nombre es debido a la aparición en el rostro de muchos/as pacientes de manchas y erupciones semejantes a las que tienen algunos lobos en la cara.



- El día 10 de mayo se celebra el Día Mundial del Lupus, instaurado desde año 2004 por ser una patología de causa desconocida que pudo ser el origen de las creencias populares en muchos países europeos de la existencia de los hombres y mujeres lobo.
- El lupus puede afectar a personas de todas las edades y de ambos sexos, pero se presenta 10 veces más en mujeres que en hombres. Es más común entre las mujeres afroamericanas, hispanas, asiáticas e indígenas americanas que entre las mujeres caucásicas.
- Las organizaciones de salud afirman que alrededor del mundo se han registrado cifras muy elevadas, en cuanto a la cantidad de personas que lo padecen. Se dice que la mayoría de los casos corresponden al lupus eritematoso sistémico y que al menos existe un órgano importante afectado.
- Se considera una enfermedad impredecible, se dice que no hay dos casos exactamente iguales. Hay varios síntomas del lupus que imitan a otras enfermedades reumáticas, lo que dificulta el proceso de

- diagnóstico.
- Con el control de la enfermedad y el tratamiento adecuado, la mayoría de las y los pacientes llevan vidas normales. Es cierto que hay algunas limitaciones y que la enfermedad es capaz imponer restricciones, pero siguiendo los pasos correctos es posible lograr una calidad de vida sostenida. El peor adversario puede estar dentro de la persona, si se pierde la esperanza, la voluntad y se le da entrada a la frustración y la depresión.
- Un 95% de los y las pacientes diagnosticados/as de lupus no sabían que enfermedad tenían cuando comenzaron.
- Cantantes como Selena Gómez, Seal o Toni Braxton padecen lupus y la famosísima Lady Gaga tiene casos en su familia, por lo que ha hablado abiertamente del tema en varias ocasiones.



Fuente: <https://www.nlm.nih.gov/portals/espagnol/informacion/gslupus/> <http://www.cuidateplus.com/enfermedades/musculos-y-huesos/lupus.html> <http://archivo.eluniversal.com.mx/nacion-mexico/2014/lupus-el-enemigo-camulfado-980610.html> <http://www.fmd.org.mx/index.php?lupus> <http://www.vneumatologia.com/lupus-la-enfermedad-del-hombre-lobo/> <https://eresentiles.blog/7-datos-sobre-el-lupus-conoce-mejor-esta-enfermedad/>

Al tratarse de una enfermedad multisistémica afecta a varios órganos.

síntomas

- Presenta por un lado síntomas generales como: cansancio, pérdida de peso inexplicable, fiebre prolongada que no se debe a ningún proceso infeccioso y alteraciones de la temperatura. La evidencia científica agrupa los síntomas en:
 - **Articulares y musculares.** Se encuentran dentro de las manifestaciones clínicas más frecuentes. El 90% de los/las pacientes con lupus padecen dolor e inflamación en las articulaciones (artritis) en manos, muñecas, codos, rodillas y pies con más frecuencia.
 - **Dermatológicos.** La lesión más conocida, aunque no la más frecuente, es la denominada "eritema en alas de mariposa", que consiste en un enrojecimiento y erupción de la piel de la cara, en las mejillas y la nariz. Estos síntomas aparecen en el 80% de los y las pacientes y muchos/as de ellos /as empeoran con la exposición al sol. También es frecuente la caída del cabello cuando la enfermedad está activa.
 - **Cardíacos y pulmonares.** Aproximadamente un 25% de los y las pacientes puede padecer afecciones relacionadas con el corazón. Esto se debe a que la capa de revestimiento del corazón



- (pericardio) se inflama por la enfermedad.
- **En el riñón.** El lupus afecta a los dos riñones a la vez. La lesión más frecuente es la inflamación (nefritis), que a veces impide que el riñón elimine adecuadamente los residuos del organismo y éstos se acumulan en la sangre.
- **Neurológicos.** Éstos son los más variados y graves. Los y las pacientes pueden tener trastornos psiquiátricos, cefaleas, estados confusionales, afectación en los nervios periféricos y convulsiones, entre otros. Se manifiestan con dolores de cabeza, depresiones o situaciones de hiperactividad.
- **Aparato digestivo.** Son los menos frecuentes pero pueden producirse vómitos, diarrea, pancreatitis, alteraciones hepáticas, peritonitis, etc.
- **Hematológicos.** En el lupus se puede producir una disminución del número de todos los tipos de células sanguíneas. Así, la leucopenia (descenso de glóbulos blancos), puede ser muy frecuente. La anemia también aparece con asiduidad en el desarrollo de la enfermedad.



De acuerdo con la Lupus Foundation of America, 5 millones de personas viven con lupus en el mundo.

estadísticas

- Este padecimiento se desarrolla más comúnmente entre los 15 y 44 años, 80% de mujeres con lupus no activo pueden embarazarse de forma exitosa.
- Aunque es poco frecuente, se estima que puede ocurrir en una persona por cada mil, sin embargo, en personas afro-americanas se eleva la cifra en 4 por cada millar. También puede afectar de 4 a 10 mujeres por cada hombre y sobre todo en féminas jóvenes entre los 15 y 25 años, aunque llega a presentarse en niños/as, personas adultas y ancianos/as, pero es muy raro.
- En México 1.5 millones de personas padecen esta enfermedad incurable, aunque podría ser solo la punta del iceberg, ya que se han realizado pocos estudios sobre este padecimiento.
- La Fundación Mexicana para Enfermos Reumáticos A. C., dice que por cada nueve mujeres enfermas de Lupus Eritematoso Sistémico (LES), sólo hay un hombre con este padecimiento.

- Se estima que en México hay 20 casos de lupus por cada 100 mil habitantes, de los cuales, el 90% son mujeres entre 20 y 45 años de edad.
- El Departamento de Investigación en Salud del Hospital de Especialidades del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) señala que aunque no se ha establecido qué lo origina, un estudio sobre el lupus eritematoso sistémico reveló que ciertas poblaciones tienen mayor prevalencia de esa enfermedad, como es el caso de los mexicanos.
- La patología afecta prácticamente todos los órganos y tejidos del cuerpo, pero su presentación más típica es el daño renal, hasta 60% de los pacientes presenta algún indicio de afectación a nivel de los riñones en el primer año de evolución de su enfermedad.



prevención y tratamiento

- Un diagnóstico precoz y preciso, el mejor conocimiento de las anomalías inmunológicas y diversos ensayos terapéuticos, han contribuido a mejorar el tratamiento de los pacientes con Lupus.
- Las revisiones médicas periódicas y los controles analíticos son importantes para monitorizarlo. El tratamiento medicamentoso debe individualizarse para cada paciente, dependiendo de sus problemas particulares y de la gravedad de su enfermedad.
- Los factores que ocasionan lupus no han sido determinados, por lo cual no existe una cura para la enfermedad y tampoco es posible prevenirlo. Sin embargo en personas con la enfermedad pueden evitarse las recaídas o agravamiento de los episodios al reducir al máximo la exposición solar, al igual que también debe ser evitado el uso de ciertos medicamentos que pueden inducir lupus.
- Hay que tener ciertos cuidados como una dieta balanceada y reducción de peso en casos necesarios. Guardar un equilibrio entre descanso y actividad es primordial, ya que el ejercicio es esencial para

- fortalecer los músculos debilitados, así mismo la ejecución de otras actividades en las que la/el paciente se sienta productivo/a, pero de la misma manera, no es conveniente excederse durante estas prácticas pues puede ser contraproducente. La recuperación de la energía durmiendo una cantidad adecuada de tiempo y lapsos de reposo durante el día, mantendrán a la/el paciente en mejores condiciones.
- La asistencia a grupos autoayuda, prácticas de meditación, eventos religiosos, práctica del deporte o pasatiempo favorito, junto con la suspensión de malos hábitos como fumar o ingerir bebidas alcohólicas en exceso, puede ayudar a hacer más llevadera la enfermedad.
- El/la paciente debe ser consciente de la importancia de los controles médicos para evaluar el tratamiento y controlar, en forma temprana, cualquier recaída, pues el inicio de la terapia cuando el episodio está iniciando mejora los resultados. También es crucial, prevenir ciertas infecciones por medio de vacunación, para evitar que éstas desencadenen recaídas.



Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/

correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

