



Specialty Pharmacy

Artritis Idiopática Juvenil Wellness Guide

Walmart 

Contenido

Introducción	2
¿Qué es la artritis idiopática juvenil?	3
¿Qué causa la artritis idiopática juvenil?	3
¿Cuáles son los síntomas, tipos y efectos a largo plazo de la artritis idiopática juvenil?	3-5
¿Qué puede hacer para tratar la artritis idiopática juvenil?	6-8
Recursos y referencias	8-9



Introducción

Ya sea que esté tratando activamente una afección o simplemente buscando información, Walmart Specialty Pharmacy está aquí para ayudarle a cada paso del camino. Le facilitamos la obtención de sus medicamentos con receta, que esté al día con sus reposiciones de medicamentos y responder cualquier otra pregunta que pueda tener.

Entendemos que el tratamiento con medicamentos no siempre es el panorama completo y queremos ayudarle a que entienda los cambios en el estilo de vida que pueden hacer que controlar su afección sea más fácil a diario.

Siempre se recomienda que hable con su médico sobre cualquier cambio en los planes de tratamiento. ¡Recuerde que sus afecciones médicas no lo definen! Está bien pedir ayuda.

¿Qué es la artritis idiopática juvenil?

La juvenile idiopathic arthritis (artritis idiopática juvenil, JIA) es una enfermedad que afecta al sistema inmunitario. Es la causa más frecuente de artritis en niños y adolescentes, ya que afecta a aproximadamente 1 de cada 10,000 niños estadounidenses¹. Las personas que padecen JIA suelen tener inflamación y dolor en las articulaciones. Puede afectar cualquier parte del cuerpo, pero suele aparecer en las manos, las rodillas, los codos, las muñecas o los tobillos².

Debido a que es una enfermedad autoinmunitaria o autoinflamatoria, la JIA hace que el sistema inmunitario del organismo ataque a sus propias células. Esto provoca inflamación en el tejido que rodea las articulaciones, que puede parecer hinchado y rojo; puede que sienta sensibilidad al tacto, dolor o dificultad para moverse. La JIA puede durar unos meses, unos años o toda la vida^{2,3}.

Esto es lo que debe saber sobre la artritis idiopática juvenil.

¿Qué causa la artritis idiopática juvenil?

La artritis idiopática juvenil es una enfermedad autoinmunitaria o autoinflamatoria que afecta a niños y adolescentes menores de 16 años. Afecta por igual a todas las razas y orígenes étnicos. Algunos tipos afectan a diferentes géneros por igual, mientras que otros son más prevalentes en ciertos géneros^{2,3}.

Se desconoce la causa exacta de la artritis idiopática juvenil. Algunos investigadores creen que el origen genético de una persona es un factor. Si bien la afección no parece presentarse en familias, los niños con antecedentes familiares de artritis de larga duración tienen un nivel de riesgo ligeramente superior². Se cree que los alimentos, las toxinas, las alergias o las deficiencias de vitaminas no son un factor en el inicio de la JIA².

¿Cuáles son los síntomas, tipos y efectos a largo plazo de la artritis idiopática juvenil?

Los síntomas frecuentes de la artritis idiopática juvenil son^{1,2}:

- Rigidez, cojera o dolor en las articulaciones
- Articulaciones enrojecidas, hinchadas, sensibles o calientes
- Fatiga y niveles bajos de energía
- Fiebre alta
- Erupción cutánea
- Ojos secos o visión borrosa
- Pérdida de apetito
- Dificultad con las funciones motoras básicas

Los síntomas específicos que tiene cada persona estarán relacionados con el tipo de artritis que se le diagnostica. Algunos niños comienzan con un tipo de artritis idiopática juvenil y luego presentan síntomas de otro tipo a una edad posterior².

Por lo general, los síntomas no aparecen de manera constante, sino que van y vienen en ciclos. Algunos niños tienen uno o dos brotes, mientras que otros tienen síntomas crónicos que pueden no desaparecer nunca⁴. Los períodos de remisión van seguidos de brotes que pueden durar días, semanas o incluso meses. El dolor o la rigidez también pueden empeorar después de despertarse o permanecer en la misma posición durante mucho tiempo².

Hay seis tipos de artritis idiopática juvenil:

La **oligoartritis idiopática juvenil** es el tipo más frecuente. Afecta a cuatro articulaciones o menos, y generalmente a las grandes, como las rodillas, los codos o los tobillos². También afecta más a las niñas que a los niños¹.

La **poliartritis juvenil idiopática** afecta a aproximadamente 1 de cada 4 niños diagnosticados con JIA. Afecta a cinco o más articulaciones, tanto grandes como pequeñas, y normalmente en ambos lados correspondientes del cuerpo (por ejemplo, la rodilla derecha e izquierda, o la muñeca derecha e izquierda)².

La **JIA de inicio sistémico** afecta a aproximadamente 1 de cada 10 niños con artritis idiopática juvenil. Afecta a las articulaciones de todo el cuerpo, incluida la piel y los órganos internos. También puede causar anemia, sarpullido y fiebre alta que dura dos o más semanas^{1,2}.

La **Psoriatic Arthritis (artritis psoriásica, PsA)** afecta a una o más articulaciones, generalmente las muñecas, las rodillas, los tobillos y los dedos de las manos o los pies. También hace que aparezca una erupción escamosa en las orejas, los párpados, los codos, las rodillas, el ombligo o el cuero cabelludo².

La **artritis relacionada con la entesitis**, también conocida como espondiloartritis, es más frecuente en los niños y suele aparecer entre los 8 y 15 años. Afecta a la zona donde los músculos, ligamentos o tendones se unen al hueso, normalmente en las caderas, las rodillas y los pies, pero a veces también en los dedos, los codos, el tórax, la parte inferior de la espalda, la pelvis o el tracto digestivo².

La **artritis idiopática juvenil indiferenciada** afecta a una o más articulaciones, pero de una manera que no coincide exactamente con los tipos más frecuentes de JIA enumerados anteriormente².

Independientemente del tipo de artritis idiopática juvenil que se diagnostique, la afección puede tener efectos negativos para la salud si no se trata. La negligencia de los síntomas, a largo plazo, puede dañar los huesos y el cartílago (la capa que cubre los extremos de los huesos de una articulación). Otros efectos a largo plazo para la salud que pueden presentarse son²:

- Daño cardíaco
- Subdesarrollo o adelgazamiento óseo (osteoporosis)
- Daño del tracto digestivo a largo plazo que causa dolor abdominal crónico o diarrea
- Inflamación y cicatrización pulmonar, que pueden provocar dificultad para respirar e incluso enfermedad pulmonar
- Dolor o rigidez en el cuello relacionados con la inflamación de la columna cervical o la inflamación de los ganglios del cuello
- Dolor en el pie y dificultad para caminar
- Erupciones cutáneas
- Sequedad, enrojecimiento, sensibilidad o inflamación crónica de los ojos
- Problemas de crecimiento reproductivo y aparición tardía de la pubertad
- Fluctuaciones en el peso

Al igual que con los síntomas principales de la JIA, estos efectos a largo plazo para la salud pueden compensarse o prevenirse junto con un diagnóstico y tratamiento médico adecuados².



¿Qué puede hacer para tratar la artritis idiopática juvenil?

Si bien no existe una cura establecida para la artritis idiopática juvenil, el diagnóstico y el tratamiento adecuados pueden ayudar a controlar los síntomas y a hacer lo siguiente²:

- Crear más períodos de remisión (con síntomas mínimos o sin síntomas)
- Controlar el dolor y detener o ralentizar la inflamación
- Ayudar a prevenir los efectos negativos a largo plazo sobre la salud o el daño orgánico
- Prevenir el daño articular y preservar la movilidad

El diagnóstico suele venir después de que un niño o adolescente de 16 años o menos tiene inflamación en una o más articulaciones que duran seis semanas o más. Se usan los antecedentes médicos, el examen físico y los análisis de sangre para ayudar a garantizar un diagnóstico correcto. También se pueden pedir pruebas de la función hepática o renal. El diagnóstico suele hacerlo un pediatra, pero también un reumatólogo^{2,5}.

Después del diagnóstico, el plan de tratamiento específico dependerá del tipo de JIA y de la gravedad de los síntomas. En la mayoría de los casos, se recomendará un tratamiento temprano y agresivo para controlar la afección lo antes posible².

El tratamiento suele incluir una combinación de lo siguiente:

 **Medicamentos** para controlar mejor la inflamación y los brotes. Estos incluyen Disease-Modifying Antirheumatic Drug (fármacos antirreumáticos modificadores de la enfermedad, DMARD), que suprimen el sistema inmunitario para aliviar los síntomas, y agentes biológicos, que tratan el proceso inflamatorio². En los casos en los que se ven afectadas pocas articulaciones, se pueden usar esteroides, ya sea por vía oral o mediante inyección¹.

Algunos fármacos están diseñados para aliviar el dolor, pero no funcionan para reducir el daño articular ni modificar el curso de la enfermedad. Algunos de estos Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drug (fármacos son los medicamentos antiinflamatorios no esteroideos, NSAID) y los analgésicos².

 Se suele recomendar **la fisioterapia y el ejercicio** para ayudar a aliviar el dolor y la rigidez, especialmente los ejercicios de bajo impacto como caminar, nadar y andar en bicicleta. Aprender a mantenerse activo a una edad temprana también puede ayudar a reducir la posibilidad de tener problemas de movilidad más adelante en la vida.

También es una excelente oportunidad para desarrollar mejores habilidades motoras y equilibrio, que la JIA también puede comprometer. Los niños y adolescentes normalmente pueden participar en cualquier actividad o deporte habitual cuando la afección está bien controlada².



Por lo general, la **cirugía** no es necesaria, pero puede proporcionar alivio y restaurar la funcionalidad en algunos casos graves. Las artroplastias de cadera y rodilla son las más frecuentes, pero otras cirugías también pueden mejorar la función articular y la calidad de vida².



Las vitaminas y los suplementos pueden ayudar a aliviar el dolor y la rigidez, así como a fortalecer los huesos, las articulaciones y el sistema inmunitario. Sin embargo, algunos pueden causar efectos secundarios; hable con su médico antes de seleccionar y usar cualquier suplemento². Cuando tenga una recomendación, puede encontrar muchas vitaminas y suplementos en Walmart.



Las **cremas y pomadas tópicas** pueden ayudar a aliviar el dolor y mejorar las afecciones relacionadas con la piel o la comodidad. Las pomadas también pueden ser una alternativa para los niños que no pueden tomar píldoras². Puede encontrar una variedad de cremas, lociones, pomadas de venta libre y más en Walmart.



Los **tratamientos calientes y fríos**, como las almohadillas térmicas o los baños calientes, pueden ayudar a adormecer el dolor, aliviar los síntomas y mejorar la comodidad².



Los **cambios en el estilo de vida** pueden ayudar a reducir los brotes y a evitar que los efectos en la salud empeoren con el tiempo. En el caso de los niños, los cambios en el estilo de vida requieren la ayuda de un tutor. Sin embargo, también puede sentar las bases para un estilo de vida más saludable.



Una dieta saludable ayuda a que el cuerpo mantenga su fuerza y, al mismo tiempo, mejora la salud de los huesos y las articulaciones, y del sistema inmunitario. Con respecto a esto, no existe una dieta específica para la JIA, pero se cree que los alimentos saludables como el pescado, las frutas, las verduras y los cereales integrales ayudan a frenar síntomas particulares. La tienda de comestibles Walmart ofrece muchas opciones de alimentos saludables, disponibles para su recogida o entrega en algunas áreas.



Protéjase de las infecciones, ya que la artritis idiopática juvenil es un trastorno autoinmunitario. Asegúrese de estar al día con las vacunas. Lávese las manos con frecuencia y evite el contacto cercano con personas que puedan estar enfermas.



Reúnase con otras familias para que los niños afectados por la JIA tengan una oportunidad valiosa para interactuar con otras personas que también tienen artritis. Hable con su reumatólogo, pediatra o equipo de atención sobre si su área tiene campamentos de verano, ligas deportivas u otras actividades grupales para niños afectados por la JIA¹.



Enfóquese en la salud mental, ya que cualquier afección crónica presenta un grave desafío para la salud física, mental y emocional de cualquier persona, especialmente en niños y adolescentes.

Recursos y referencias

- **La Arthritis Foundation** es la principal fuente de información del país sobre la JIA y ofrece una gran cantidad de recursos para padres, niños y cuidadores, incluida la oportunidad de conectar con otras familias o grupos comunitarios: <https://www.arthritis.org/juvenile-arthritis>
- El **buscador de grupos de JA Connect** de la Arthritis Foundation puede ayudarle a encontrar un grupo de apoyo cercano: <https://connectgroups.arthritis.org/>
- El **servicio JA Families** de la Arthritis Foundation ofrece a las familias la oportunidad de obtener recursos y acceso a experiencia sobre la crianza de un niño con artritis juvenil: <https://www.arthritis.org/juvenile-arthritis/a-welcoming-home-for-ja-families>
- **Medline Plus**, de los National Institutes of Health (Institutos Nacionales de Salud, NIH), ofrece una biblioteca de recursos e información útiles para ayudarle a comprender y hacer frente a la JIA, incluida una guía específica para adolescentes y una herramienta para encontrar especialistas locales: <https://medlineplus.gov/juvenilearthritis.html>
- **El Cincinnati Children's Hospital** tiene uno de los mejores y más completos sitios de preguntas frecuentes de Internet sobre la artritis idiopática juvenil: <https://www.cincinnatichildrens.org/health/j/jia>
- Los **Recursos familiares para apoyar a los niños con artritis juvenil** de la organización sin fines de lucro CoachArt incluyen información útil, arte y artículos inspiradores, ejercicios recomendados y consejos de fisioterapia, y más: <https://coachart.org/blog/family-resources-to-support-kids-with-juvenile-arthritis/>

1. Colegio Estadounidense de Reumatología. “Juvenile Arthritis” (Artritis juvenil). Rheumatology.org, marzo de 2019: <https://www.rheumatology.org/I-Am-A/Patient-Caregiver/Diseases-Conditions/Juvenile-Arthritis>
2. Arthritis Foundation. “Juvenile Idiopathic Arthritis (JIA)” (Artritis idiopática juvenil [JIA]). Arthritis.org: <https://www.arthritis.org/diseases/juvenile-idiopathic-arthritis>
3. Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel. “Juvenile Idiopathic Arthritis (JIA)” (Artritis idiopática juvenil [JIA]). NIH.gov, mayo de 2021: <https://www.niams.nih.gov/health-topics/juvenile-arthritis>
4. MedlinePlus, un servicio de los Institutos Nacionales de Salud (NIH). “Juvenile Arthritis” (Artritis juvenil). MedlinePlus.gov, 26 de octubre de 2021: <https://medlineplus.gov/juvenilearthritis.html>
5. Centro Médico del Cincinnati Children's Hospital. “Juvenile Idiopathic Arthritis (JIA)” (Artritis idiopática juvenil [JIA]). CincinnatiChildrens.org, junio de 2020: <https://www.cincinnatichildrens.org/health/j/jia>



We're here to help!
For a list of participating pharmacy locations visit
<https://www.walmart.com/aispoc>

