

¿Qué actitud deben de tener los padres, amigos y todas las personas que rodean a un paciente con artritis?

La artritis, no es una enfermedad contagiosa, por ello no existe ninguna restricción en cuanto al contacto de las personas con los pacientes. Por lo tanto adoptar una actitud normal como la que se tiene con cualquier persona es fundamental para que a persona afectada no se sienta "Diferente" a los demás.

Es importante el comprender que el dolor y la inflamación de las articulaciones, ocasionalmente pondrá a estos pacientes con actitudes como: mal humor, excesiva irritabilidad, tristeza y depresión, que son el resultado de sentir una molestia crónica en su cuerpo. La experiencia nos ha demostrado que ser comprensivos es lo mejor que se puede hacer para ayudar. De ninguna manera tomar una actitud en la que se señale al paciente como agresivo o no cooperativo.

Es importante estar al tanto de las actitudes ya que algunos medicamentos como los corticoides predisponen a la acumulación de líquidos lo cual suele deprimir a los pacientes dado que su aspecto físico cambiara y esto puede ocasionar depresión, sobre todo a los pacientes adolescentes en los cuales su imagen puede hacerles que su autoestima baje. Es por ello que los familiares y todos los que le rodean deben de ser comprensivos y ayudar a que la autoestima de los pacientes mejore. De ser necesario habrá que explicar a los compañeros de escuela y amigos cercanos la razón de los cambios físicos para evitar que esta sea la causa de burlas. No se debe nunca subestimar la capacidad de comprensión de los niños ya que dando una explicación acorde con su edad acerca de los procesos por los que pasan se tendrá un mejor entendimiento de su enfermedad. De considerarse útil es

recomendable un apoyo por parte de un psicólogo que podrá dar terapia y orientación tanto a familiares como al paciente.

Alimentación:

Algunas veces el consumo excesivo de medicamentos hace que los pacientes sientan náuseas y no tengan deseos de comer, es mejor que se incremente el número de comidas a obligar a ingerir grandes cantidades lo cual puede ocasionar que se provoque vómito y sea contraproducente. También puede darle alimentos que sean de mayor contenido energético y nutricional como quesos fundidos, carnes magras, etc.

Se deben administrar los medicamentos con algo de alimento para evitar que se dañe la mucosa gástrica. La ingestión de lactobacilos (Yakult) ha sido de gran ayuda en muchos de los pacientes para eliminar la acidez producida por los medicamentos.

Una frase muy cierta es: somos lo que comemos. Aunque la medicina alopática no tiene restricciones en el consumo de alimentos para la mayoría de los padecimientos artríticos la medicina alternativa tiende a prescribir una dieta acorde con el paciente y sus características, este tipo de alimentación a ayudado al mejoramiento de algunos de los pacientes por lo que puede ser recomendable el considerar la visita a un médico naturista o un reflexólogo.

Medicamentos:

La información de los padres acerca de los efectos secundarios de los medicamentos que se prescriban a sus hijos es importante, ya que de esta forma se podrá estar al tanto de los cambios que surjan y de los análisis clínicos que deben realizarse periódicamente para evitar complicaciones y vigilar que no se presenten daños. Nunca dude en preguntar el

efecto de los medicamentos, para ello puede consultar bibliografía o las guías de medicamentos que en internet están disponibles.

Lo que puede ser útil para un paciente no necesariamente lo es para todos, es por ello que se debe de trabajar en conjunto con el médico para encontrar los medicamentos y las dosis que sean benéficas para su hijo.

Medicina Alternativa.

Aunque muchos tratamientos se jactan de proporcionar una cura para la ARJ, científicamente no se ha comprobado que exista ninguna, sin embargo, muchos tratamientos mejoran considerablemente el estado del paciente y ayudan a la reducción de los medicamentos alopáticos. Es por ello que no se descarta su utilidad y se pueden utilizar como terapias complementarias en el tratamiento. Es recomendable que se investigue el tipo de tratamiento, su efectividad y si en su País existe alguna asociación que englobe a los especialistas como es el caso de la asoc. internacional de acupuntura, recurra a ella para saber que médicos están calificados para ejercer esta terapia. Recuerde que los efectos de la medicina alternativa pueden tardar algún tiempo así que no se desespere.

Los tratamientos alternativos no se anteponen a la medicina alopática por lo cuál no se debe eliminar el tratamiento y se deberá de trabajar en conjunto con el médico alópata para ir disminuyendo las dosis.

Asociación Virtual "Diego Medina Siabala"

Directorio:

Mónica Sánchez
Presidente

Marcela Iglesias
Vicepresidente

Beatriz Gómez
Vicepresidente

Lucy Jure
Secretaria

Para mayor información dirigirse a:

Email: artritiskids@yahoo.com

Web: www.geocities.com/artritiskids



Guía para Padres, Familiares y Amigos