

161,000  
a 322,000

Aproximadamente 1.5 millones de personas en los Estados Unidos tienen lupus. De estas, alrededor de 161,000 a 322,000 personas tienen lupus eritematoso sistémico.<sup>1</sup>



# Obtenga los datos sobre el lupus eritematoso sistémico (LES)

El lupus eritematoso sistémico es una **enfermedad autoinmunitaria** crónica y compleja en la que el sistema inmunitario ataca las células sanas por error. El LES puede afectar las articulaciones, la piel, el cerebro, los pulmones, los riñones, el corazón y los vasos sanguíneos. La causa exacta del LES se desconoce, pero las investigaciones sugieren que los factores ambientales y los antecedentes familiares pueden desempeñar un rol.<sup>2</sup>

## Signos y síntomas del lupus eritematoso sistémico

No hay dos casos de LES que sean iguales, y el LES puede afectar a las personas de manera diferente. Los signos y síntomas también pueden cambiar con el tiempo.<sup>3</sup> A continuación se mencionan algunos signos y síntomas frecuentes del LES:



### FATIGA (SENSACIÓN DE CANSANCIO)

Entre el 50 % y el 90 % de las personas con LES identifica la fatiga como un síntoma principal<sup>4</sup>



### FIEBRE

Episodios de fiebre inexplicable (más de 100 °F)<sup>4</sup>



### ARTICULACIONES HINCHADAS, CALIENTES O CON DOLOR A LA PALPACIÓN

Hasta un 90 % de las personas con LES experimentan inflamación o hinchazón de las articulaciones<sup>4</sup>



### ERITEMA MALAR

Aproximadamente el 30 % de las personas con LES experimentan eritema malar, que cubre el puente de la nariz<sup>5</sup>



### PÉRDIDA DEL CABELLO

Algunas personas con LES experimentan pérdida o afinamiento del cabello<sup>6</sup>

## Exacerbaciones del lupus eritematoso sistémico

Quando los síntomas aparecen repentinamente, esto puede denominarse una “exacerbación.” Las exacerbaciones se pueden caracterizar por un único síntoma o cualquier grupo de síntomas.<sup>3</sup>

### ¿Qué es lo que causa una exacerbación?

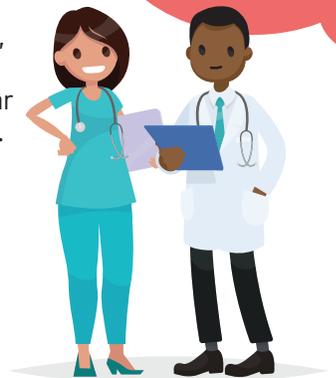
Las exacerbaciones del LES pueden desencadenarse por factores ambientales. Estos factores pueden incluir: el estrés, la exposición a la luz solar, el clima/los cambios de temperatura, las infecciones y la exposición a los productos químicos que contienen los artículos de limpieza del hogar.<sup>3</sup>

### Qué hacer cuando ocurre una exacerbación:

Quando se produce una exacerbación, se alienta a la persona afectada a consultar a su médico para determinar si hay que tomar medidas inmediatas.

“ Quien no ha enfrentado la adversidad no conoce su propia fuerza. ”

William Samuel Johnson



**Referencias:** 1. Helmick CG, Felson DT, Lawrence RC, et al. Estimates of the prevalence of arthritis and other rheumatic conditions in the United States. *Arthritis Rheum.* 2008;58(1):15-25. 2. About Lupus. Lupus Research Alliance website. <https://www.lupusresearch.org/understanding-lupus/what-is-lupus/about-lupus/>. Accessed October 18, 2018. 3. Squance ML, Reeves GE, Bridgman H. The lived experience of lupus flares: features, triggers, and management in an Australian female cohort. *International Journal of Chronic Diseases.* 2014:1-12. 4. Symptoms. Lupus Research Alliance website. <https://www.lupusresearch.org/understanding-lupus/what-is-lupus/symptoms/>. Accessed October 18, 2018. 5. Cervera R, Khamashta MA, Font J, et al. Morbidity and mortality in systemic lupus erythematosus during a 10-year period. *Medicine.* 2003;82(5):299-308. 6. Chang-Miller, A. Can lupus cause hair loss? Mayo Clinic website. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/lupus/expert-answers/lupus/faq-20058400>. Published September 18, 2018. Accessed March 15, 2019.



## Tratamiento del LES y de las exacerbaciones del LES

En general, el LES es tratado por un equipo de médicos dirigido por un reumatólogo. Un reumatólogo se especializa en la artritis y otras enfermedades inflamatorias.<sup>7</sup>

No hay cura para el LES, pero ciertos tratamientos pueden reducir los síntomas y pueden evitar el daño permanente al cuerpo.

El tratamiento para el LES es diferente para cada persona. Las personas deben consultar a su médico para determinar un plan de tratamiento que sea adecuado para ellas.<sup>2</sup>

## Objetivos del tratamiento para el LES

Es importante comprender los objetivos de su plan de tratamiento individualizado para el LES. Identificar y hacer un seguimiento de los objetivos de tratamiento es un primer paso clave. Las personas deben analizar sus objetivos de tratamiento con su médico. Algunos objetivos de tratamiento para el LES pueden incluir:<sup>8</sup>

- Reducir la inflamación
- Reducir el daño a los órganos o las articulaciones
- Manejar los síntomas
- Prevenir o reducir las exacerbaciones
- Equilibrar las hormonas



## El autocuidado y el LES

En ocasiones, sobrellevar el LES puede ser abrumador; por lo tanto, es importante mantener una actitud positiva. Practicar un autocuidado adecuado puede ayudar y es importante para su bienestar físico y mental. Algunas ideas para el autocuidado pueden incluir:<sup>9</sup>

- ◆ Permanecer conectado con amigos o familiares
- ◆ Participar en actividades que disfrute
- ◆ Buscar entretenimiento divertido y alentador
- ◆ Hacerse tiempo para el esparcimiento (p. ej., leer un libro, ir al spa, escuchar un podcast)
- ◆ Cultivar un pasatiempo
- ◆ Buscar serenidad a través de la meditación y/o la oración
- ◆ Alimentarse de manera saludable
- ◆ Trabajar con su proveedor de atención médica para desarrollar un programa de ejercicio que sea adecuado para usted

## Más información, apoyo y recursos educativos

Esta lista incluye organizaciones y sitios web útiles que proporcionan información acerca del LES, grupos de apoyo y otros recursos.



◆ **Lupus and Allies Diseases Association (LADA)**  
[www.ladainc.org](http://www.ladainc.org)

◆ **Lupus Research Alliance (LRA)**  
[www.lupusresearch.org](http://www.lupusresearch.org)

◆ **Lupus Foundation of America (LFA)**  
[www.lupus.org](http://www.lupus.org)

◆ **CDC Website - Lupus Information**  
[www.cdc.gov/lupus/facts/detailed.html](http://www.cdc.gov/lupus/facts/detailed.html)

**Referencias:** 7. Glossary: Rheumatologist. Lupus Research Alliance website. <https://www.lupusresearch.org/understanding-lupus/what-is-lupus/symptoms/>. Accessed October 18, 2018.  
8. Finding the Treatment Approach for You. Lupus Foundation of America website. <https://www.lupus.org/resources/finding-the-treatment-approach-for-you>. Accessed March 26, 2019.  
9. Self-Care for Autoimmune Disease Patients. American Autoimmune website. <https://www.aarda.org/self-care/>. Published September, 2018. Accessed March 15, 2019.

Esta hoja informativa podría mencionar organizaciones externas y proporcionar enlaces a sitios web ajenos u otra información de terceros (contenido externo). El contenido externo está destinado a fines informativos únicamente, no está avalado ni controlado por Mallinckrodt, y no tiene como fin reemplazar la consulta con un médico. Mallinckrodt no tiene responsabilidad legal o de ninguna índole ni hace manifestaciones u ofrece garantías con respecto a ningún contenido externo. Todas las marcas comerciales, las marcas de servicio y los logotipos que aparecen en esta página son propiedad de sus respectivos dueños. Todos los derechos que no se otorguen expresamente en el presente documento están reservados.