

La Fisioterapia reduce el dolor y la inflamación en los enfermos de lupus.

Día Mundial del Lupus.

- El CGCFE señala la necesidad de prevenir la rigidez articular y la atrofia muscular, a través de la realización de la cinesiterapia de forma lenta

Madrid, mayo de 2012.- La vocal del Consejo General de Colegios de Fisioterapeutas de España (CGCFE), Alicia Quintana, ha recordado con motivo del Día Mundial del Lupus, que se celebró el pasado jueves, que la Fisioterapia reduce el dolor, el edema y la inflamación durante los episodios de brotes en la enfermedad de lupus.

El lupus es una enfermedad reumática sistémica y crónica, que afecta a las articulaciones y a los músculos, aunque también puede dañar la piel y casi todos los órganos. Esta patología afecta principalmente a las mujeres entre los 20 y 40 años, aunque se han descrito también casos en niños y ancianos.

La vocal del Consejo ha destacado que la evolución de la enfermedad se desarrolla en fases de brote y otras en las que los efectos de la enfermedad remiten. El Lupus eritematoso sistémico es la forma más frecuente de presentación de esta enfermedad autoinmune, con episodios de inflamación en las articulaciones, los tendones y otros tejidos conectivos y órganos.

Al tratarse de una enfermedad multisistémica afecta a varios órganos. Quintana ha señalado que los síntomas generales son, entre otros, el cansancio, la pérdida de peso inexplicable, y la fiebre prolongada que no se debe a ningún proceso infeccioso y alteraciones de la temperatura.

Asimismo, los síntomas articulares y musculares se encuentran dentro de las manifestaciones clínicas más frecuentes. El 90% de los pacientes con lupus padecen dolor e inflamación en las articulaciones, en manos, muñecas, codos, rodillas y pies con más frecuencia, es posible que aparezca rigidez articular por las mañanas.

También es frecuente la afección en la piel. 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 en las mejillas y la nariz.

Además, la caída del cabello también se produce cuando la enfermedad está activa, así como la hipersensibilidad a los rayos ultravioletas, a los que no deben exponerse sin protección para no reactivar la enfermedad.

La Fisioterapia se marca como objetivos principales en el lupus, dentro de un amplio abanico de técnicas, reducir el dolor, el edema y la inflamación durante los episodios de brotes. Según ha destacado Quintana, el tratamiento conservador con Fisioterapia es muy beneficioso para mejorar los síntomas del lupus.

En esta línea, ha asegurado que, al tratarse de una enfermedad crónica, la Fisioterapia no pretende curar la enfermedad, sino mantener la mejor calidad de vida a la persona afectada.

La vocal del CGCFE recomienda que las sesiones de Fisioterapia no sean largas, al correr el riesgo de provocar una nueva inflamación articular y fatigar muscularmente al paciente. Por ello, ha insistido en la necesidad de prevenir la rigidez articular y la atrofia muscular, a través de la realización de la cinesiterapia de forma lenta y respetando la regla del no dolor y evitar la sobrecarga articular.