

Entre
50,000 y
70,000

Aproximadamente entre 50,000 y 75,000 personas en los Estados Unidos tienen alguna forma de miositis, y hay numerosos recursos disponibles para cada una de ellas.¹



Obtenga los datos sobre la Dermatomiositis y la Polimiositis

La dermatomiositis (DM) y la polimiositis (PM) son dos formas de miositis, un grupo de afecciones autoinmunitarias por las cuales el sistema inmunitario ataca las células y los tejidos corporales sanos.¹ En la **dermatomiositis (DM)**, los vasos sanguíneos pequeños que irrigan la piel y los músculos son atacados por el sistema inmunitario.² En la **polimiositis (PM)**, el sistema inmunitario ataca las fibras musculares directamente.³ En ambas enfermedades, las personas experimentan inflamación (p. ej., dolor, hinchazón) y debilidad muscular.¹

Signos y Síntomas de la DM y la PM

No hay dos casos de DM y PM que sean iguales. Los signos y síntomas pueden cambiar durante el curso de la afección de una persona. A continuación se detallan algunos signos y síntomas frecuentes:



ERUPCIÓN CUTÁNEA (DM SOLAMENTE)

A menudo, las personas con DM experimentan una erupción cutánea dolorosa y con picazón que generalmente se desarrolla en la cara, los párpados, los codos, las rodillas y/o el pecho²



RIGIDEZ ARTICULAR

A menudo es peor por la mañana o después de períodos prolongados de inactividad^{2,4}



DOLOR MUSCULAR

Las personas pueden experimentar dolor muscular crónico^{2,3}



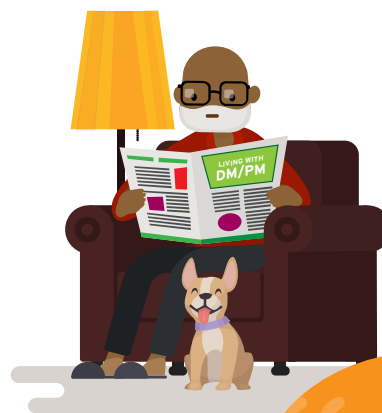
DEBILIDAD MUSCULAR

Las personas pueden experimentar debilidad progresiva que puede limitar la movilidad¹



FALTA DE ALIENTO

Si los músculos del pecho se ven afectados, la persona puede experimentar dificultad para respirar^{2,3}



La mayor prueba de coraje en la tierra es superar la derrota sin perder corazón.

Robert Green Ingersoll

Exacerbaciones de la Dermatomiositis y la Polimiositis

Cuando los síntomas aparecen repentinamente, esto puede denominarse una “exacerbación”. Las exacerbaciones se pueden caracterizar por un único síntoma o cualquier grupo de síntomas.⁵

¿Qué es lo que causa una exacerbación?

Las exacerbaciones pueden desencadenarse por factores ambientales. Estos factores pueden incluir: el estrés, la exposición a productos químicos, las infecciones o la luz ultravioleta.⁵

Qué hacer cuando ocurre una exacerbación:

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



Referencias: 1. About Myositis. The Myositis Association website. <https://www.myositis.org/about-myositis/>. Accessed March 15, 2019. 2. Dermatomyositis. National Organization for Rare Disorders website. <https://rarediseases.org/rare-diseases/dermatomyositis/>. Accessed March 15, 2019. 3. Polymyositis. National Organization for Rare Disorders website. <https://rarediseases.org/rare-diseases/polymyositis/>. Accessed March 15, 2019. 4. Polymyositis. Johns Hopkins Myositis Center website. <https://www.hopkinsmyositis.org/myositis/polymyositis/>. Accessed March 15, 2019. 5. Myositis. Arthritis Foundation website. <https://www.arthritis.org/about-arthritis/types/myositis/>. Accessed March 15, 2019.



Tratamiento de la DM y la PM

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

El tratamiento para la DM o la PM es diferente para cada persona. Las personas deben hablar con su médico para determinar qué tratamiento es adecuado para ellas.

Los diferentes tratamientos para la DM o la PM pueden incluir:^{2,4}

- ◆ Medicamentos
- ◆ Fisioterapia
- ◆ Reposo
- ◆ Termoterapia
- ◆ Ortesis u otros dispositivos especiales

Objetivos del tratamiento para la DM o la PM

Es importante comprender los objetivos de su plan de tratamiento individualizado. 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 la DM o la PM pueden incluir:⁶

- Reducir la inflamación
- Evitar la progresión de la debilidad muscular
- Evitar las complicaciones a largo plazo
- Realizar cambios en el estilo de vida para mejorar la fuerza y la función física



La normalidad es un camino pavimentado: es cómodo para caminar, pero no crecen flores en él.

Vincent Van Gogh

Autocuidado cuando se vive con DM o PM

En ocasiones, sobrellevar la DM o la PM puede ser abrumador. A veces, puede hacer que la persona se sienta triste, enojada o aislada. Practicar un autocuidado adecuado puede ayudar y es importante para su bienestar físico y mental. Algunas ideas para el autocuidado pueden incluir:⁷

- ◆ 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)
- ◆ 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 de la dermatomiositis, la polimiositis, grupos de apoyo y otros recursos.



◆ **The Myositis Association**
www.myositis.org

◆ **The Arthritis Foundation**
www.arthritis.org/about-arthritis/types/myositis/

◆ **National Organization for Rare Disorders**
www.rarediseases.org/rare-diseases/dermatomyositis/
www.rarediseases.org/rare-diseases/polymyositis/

Referencias: 6. Treatment of Myositis. Johns Hopkins Myositis Center website. <https://www.hopkinsmyositis.org/unique/treatment-myositis/>. Accessed March 15, 2019.
7. 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 identificar 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 de ningún modo 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.