

**12**  
**De octubre** | **Día Mundial**  
**DE**  
**LA**  
**ARTRITIS**

**ARTRITIS REUMATOIDE**

La artritis reumatoide es una enfermedad que causa dolor, hinchazón, amortiguamiento y puede afectar cualquier articulación, pero es más común en los dedos.

Más mujeres que hombres padecen esta enfermedad



VIGILADO



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS  
**E.P.S. INDÍGENA**  
**MALLAMAS**

El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !



# Día Mundial DE LA ARTRITIS

## SIGNOS Y SÍNTOMAS

- 1** Dolor intenso y persistente de las articulaciones. Se da más a nivel de los dedos de mano
- 2** Sensibilidad y enrojecimiento de la piel alrededor de la articulación. El dolor puede aumentar cuando la persona se encuentra en reposo





# Día Mundial DE LA ARTRITIS

## TRATAMIENTO

- 1** Asistir de manera periódica a los controles médicos
- 2** Cumplir estrictamente con las recomendaciones del médico
- 3** Tomar de manera estricta medicamentos suministrados por el médico
- 4** Alimentación saludable
- 5** Realizar ejercicio al menos 3 veces por semana.

