

NA ARTRITE REUMATOIDE,  
SEM ALCANÇAR A REMISSÃO,  
SEUS OBJETIVOS NÃO ESTÃO COMPLETOS.



CHEGOU A HORA DE TER A VISÃO COMPLETA.  
CONVERSE COM SEU MÉDICO SOBRE  
BUSCAR A REMISSÃO.

abbvie

TENHA A VISÃO COMPLETA

# ENTENDENDO A ARTRITE REUMATOIDE (AR)

## O que é a AR?



A AR é uma doença imunomediada em que seu sistema imunológico causa inflamação nas articulações, gerando dor e outros sintomas, como rigidez matinal. A AR é uma condição crônica (que dura muito tempo).<sup>1</sup>



Embora a AR seja um tipo de artrite, ela é diferente da osteoartrite (OA), que é muito mais comum.<sup>2</sup> A principal diferença é que a AR é uma doença sistêmica, ou seja, pode afetar todo o corpo. Em algumas pessoas, pode causar febre, perda de apetite, fadiga e problemas além das articulações.<sup>1,3</sup> A OA, causada pelo desgaste da cartilagem ao longo do tempo, afeta apenas as articulações.<sup>2</sup> Para diagnóstico e tratamento adequados, os pacientes com AR devem consultar um reumatologista (médico especializado em artrite).<sup>1</sup>



A AR descontrolada pode levar a danos permanentes nas articulações. Esse dano pode começar no primeiro ano de AR. Por isso, **é importante estabelecer cuidados e iniciar um plano de tratamento o mais cedo possível, além de conversar aberta e regularmente com seu reumatologista sobre os objetivos e o progresso do tratamento.**<sup>1,3,4</sup>

## SINTOMAS DA AR

A AR pode causar:<sup>1,3,5,6</sup>

• Sintomas articulares (por exemplo, nas mãos, pés, pulsos, cotovelos, joelhos ou tornozelos):

- Dor
- Rigidez
- Sensibilidade
- Inchaço
- Calor
- Deformidade (tamanho ou forma diferente)

- Fadiga (sensação de cansaço)
- Fraqueza
- Febre
- Perda de apetite
- Pequenos caroços (nódulos) sob a pele
- Crises (momentos de sintomas mais intensos)

**Sempre informe o seu reumatologista sobre quaisquer sintomas que você esteja tendo.**



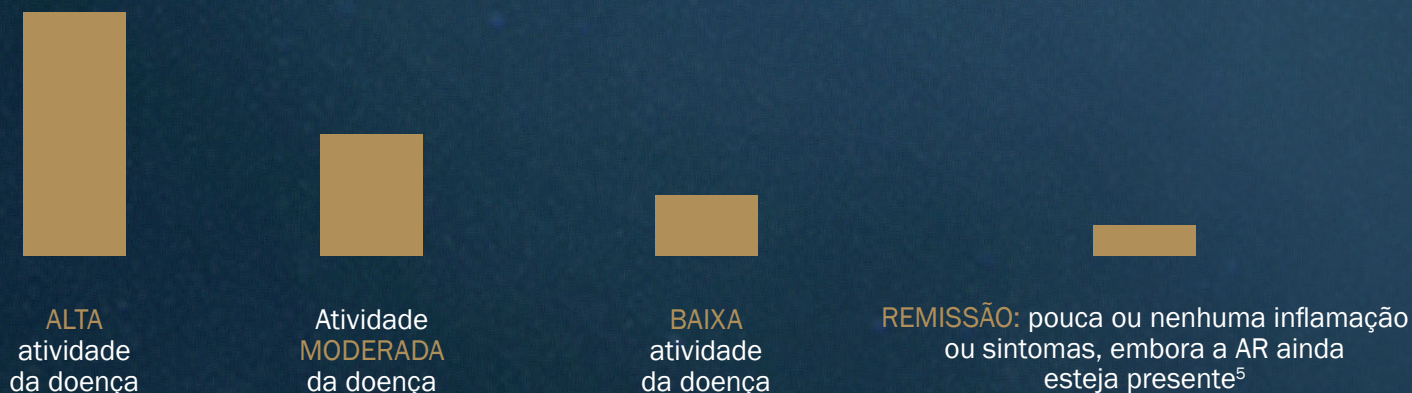
## 2 MOTIVOS PARA FALAR SOBRE SEUS SINTOMAS

1. Seu/Sua médico(a) pode não ver a maioria dos seus sintomas! Se você não disser como se sente, seu/sua médico(a) não saberá a melhor maneira de tratá-lo(a).
2. Seus sintomas podem ser um sinal de dano nas articulações. Não espere para dizer algo.

## Medindo a atividade da doença

A inflamação e os sintomas causados pela AR tendem a aumentar e diminuir constantemente, como uma onda, ao longo do tempo. Você pode pensar em crises e remissões como os pontos mais altos e mais baixos.<sup>5</sup> A **atividade da doença** é um termo que os reumatologistas usam para descrever seu nível atual de inflamação e sintomas.<sup>7</sup>

### A ATIVIDADE DA DOENÇA PODE ESTAR EM UM DOS 4 NÍVEIS:<sup>7</sup>



A remissão é um objetivo de tratamento recomendado pelas principais diretrizes de saúde.<sup>8</sup>

Além de melhorar seus sintomas, a remissão pode significar que os danos nas articulações não se agravam.<sup>1,3</sup>

Alcançar ou não a remissão depende do nível de atividade da doença e de quanto tempo você tem AR.<sup>9</sup>

“ Pergunte ao seu/sua reumatologista se a remissão é o objetivo certo para você. ”

# TRATANDO A AR

## O que é um plano de tratamento eficaz?

O melhor plano de tratamento para AR é aquele personalizado para você e seus objetivos. Seu/sua reumatologista explicará os benefícios e riscos das diferentes opções de tratamento e desenvolverá um plano adequado para você, incluindo medicações e um programa de exercícios ou terapia.

É importante adotar uma abordagem flexível para o plano de tratamento, entendendo que talvez seja preciso realizar mudanças ao longo do tempo para ajudá-lo a atingir seus objetivos.<sup>10</sup>

## A remissão é um objetivo importante do tratamento



A chance de alcançar a remissão é maior com diagnóstico e controle precoces assim que os sintomas começam. Discuta a remissão como objetivo do tratamento com seu reumatologista.<sup>9</sup>



De acordo com as recomendações publicadas para o controle da AR, o objetivo do tratamento deve ser atingir uma meta de remissão sustentada ou baixa atividade da doença em todos os pacientes.<sup>8</sup>

**Fale sobre os objetivos de tratamento e discuta seu progresso com seu/sua reumatologista para que seu plano de tratamento possa ser personalizado para você.**

# EM BUSCA DA REMISSÃO

## Faça uma parceria com seu reumatologista

Seu/sua reumatologista precisa de sua contribuição a cada passo do caminho. Em cada consulta, revisem seus objetivos juntos e compartilhe honestamente como você está se sentindo.

Lembre-se de falar sobre seus sintomas! Independentemente de serem os mesmos, estarem melhores ou piores, monitore-os e descreva-os claramente da melhor maneira possível e pergunte se seu plano de tratamento ainda está no caminho certo.

Se você acha que seu plano de tratamento não está funcionando bem, informe seu reumatologista para avaliar se uma mudança é necessária. Pode ser hora de mudar seu plano de tratamento para controlar melhor sua AR.

## APROVEITE AO MÁXIMO AS AVALIAÇÕES

Os/As reumatologistas usam ferramentas para medir a atividade da doença e o “estado funcional” (quão bem você consegue realizar as atividades diárias).<sup>11,12</sup> Um exemplo é a ferramenta DAS28, que calcula uma pontuação da atividade da doença com base nos sintomas em 28 articulações específicas.<sup>11</sup>



**Você pode ajudar seu/sua reumatologista a preencher as estas avaliações de atividade da doença/estado funcional durante as consultas. Algumas você pode fazer sozinho antes de uma consulta (pergunte ao seu reumatologista).**

**Ao dar respostas ponderadas e precisas às perguntas feitas nas avaliações, você estará ajudando seu/sua reumatologista a entender como a AR está afetando você. Isso tornará mais fácil encontrar o plano de tratamento para chegar à sua meta, que pode ser a remissão.**

# Use estas dicas para melhores consultas médicas

## 1 - ANTES DA SUA CONSULTA: PREPARE-SE!

- Pense no que você quer descobrir nessa consulta. Liste suas perguntas mais importantes primeiro, caso o tempo seja limitado.
- Reúna informações para compartilhar com seu/sua médico(a). Os itens a seguir são importantes porque podem alterar sua meta ou plano de tratamento:
  - Diário de sintomas, como inchaço ou dor, nas articulações ou outras partes do corpo
  - Capacidade de tomar o medicamento para AR conforme prescrito, incluindo surgimento de efeitos colaterais ou problemas de adesão
  - Qualquer medicamento para dor que você esteja tomando
  - Outras condições de saúde além da AR, como diabetes ou doença renal
  - Medicamentos para outras condições, incluindo medicamentos sem prescrição, vitaminas ou suplementos
  - Capacidade de fazer atividades diárias
  - Objetivos pessoais, como eventos especiais ou hobbies
  - Questionário pré-consulta preenchido, como o RAPID3

## 2 - DURANTE A SUA CONSULTA: PARTICIPE!

- Tire suas dúvidas e compartilhe o que preparou.
- Discuta e chegue a um acordo sobre o objetivo do seu tratamento - por exemplo, remissão - e peça que seja documentado em seu prontuário.
- Aprenda e participe das avaliações de atividade da doença.
- Tome decisões de tratamento compartilhadas com seu médico. Pergunte sobre os benefícios e riscos das opções de tratamento e compartilhe suas preferências ou preocupações.
- Pergunte se seu plano de tratamento deve ser ajustado para ajudá-lo a atingir ou manter sua meta.
- Faça anotações - por exemplo, pontuações de atividade da doença, meta alcançada ou não, mudanças em seu plano de tratamento.

## 3 - APÓS SUA CONSULTA: MANTENHA-SE INFORMADO E FAÇA A SUA PARTE!

- Conclua os itens de acompanhamento, como exames de sangue, e discuta os resultados com seu/sua médico(a).
- Agende e compareça às consultas com o seu reumatologista. Elas podem variar de mensalmente a cada 6 meses, dependendo da atividade da doença.
- Ligue para o seu/sua reumatologista imediatamente se seus sintomas mudarem repentinamente - não espere pela próxima consulta.
- Siga o seu plano de tratamento e tome o medicamento conforme prescrito.

# COMO OBTER APOIO E ASSUMIR O CONTROLE



## GRUPOS DE APOIO E ASSOCIAÇÕES DE PACIENTES

Você não precisa fazer isso sozinho. Existem grupos de apoio e associações de pacientes que podem ajudar você e outras pessoas com AR.

GRUPAR-BR

Grupo de Apoio ao Paciente Reumático Brasileiro

Conheça em <https://encontrar.org.br/>

# abbvie

[www.abbvie.com.br](http://www.abbvie.com.br)

[@abbviebrasil](https://twitter.com/abbviebrasil)

#### Referências:

1. Rheumatoid arthritis. American College of Rheumatology. Atualizado em dezembro de 2021. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.rheumatology.org/I-Am-A/Patient-Caregiver/Diseases-Conditions/Rheumatoid-Arthritis>
2. Osteoarthritis. Arthritis Foundation. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.arthritis.org/diseases/osteoarthritis>
3. Rheumatoid arthritis (RA). Centers for Disease Control and Prevention. Atualizado em 27 de julho de 2020. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.cdc.gov/arthritis/basics/rheumatoid-arthritis.html>
4. Talking with your doctor. Arthritis Foundation. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.arthritis.org/health-wellness/treatment/treatment-plan/you-your-doctor/talking-with-your-doctor>
5. Rheumatoid arthritis: symptoms & causes. Mayo Clinic. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis/symptoms-causes/syc-20353648>
6. Rheumatoid arthritis. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. Atualizado em novembro de 2022. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.niams.nih.gov/health-topics/rheumatoid-arthritis>
7. Measuring disease activity in rheumatoid arthritis. Arthritis Foundation. Publicado em 7 de junho de 2021. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.arthritis.org/health-wellness/treatment/treatment-plan/disease-management/measuring-disease-activity-in-rheumatoid-arthritis>
8. Smolen JS, Landewe RBM, Bergstra SA, et al. EULAR recommendations for the management of rheumatoid arthritis with synthetic and biological disease-modifying antirheumatic drugs: 2022 update. Ann Rheum Dis. Publicado on-line em 10 de novembro de 2022. doi:10.1136/ard-2022-223356
9. Your RA is in remission! Now what? Arthritis Foundation. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.arthritis.org/health-wellness/treatment/treatment-plan/disease-management/your-ra-is-in-remission!-now-what>
10. Rheumatoid arthritis: diagnosis, treatment, and steps to take. National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. Atualizado em novembro de 2022. Acessado em 17 de novembro de 2022. <https://www.niams.nih.gov/health-topics/rheumatoid-arthritis/diagnosis-treatment-and-steps-to-take>
11. England BR, Tiong BK, Bergman MJ, et al. 2019 update of the American College of Rheumatology recommended rheumatoid arthritis disease activity measures. Arthritis Care Res (Hoboken). 2019;71(12):1540-1555. doi:10.1002/acr.24042 12. Barber CEH, Zell J, Yazdany J, et al. 2019 American College of Rheumatology recommended patient-reported functional status assessment measures in rheumatoid arthritis. Arthritis Care Res (Hoboken). 2019;71(12):1531-1539. doi:10.1002/acr.24040

Material destinado exclusivamente a profissionais de saúde prescritores. Todos os Direitos reservados. Este material é protegido por D. Autorais e por outras Leis de proteção de propriedade intelectual. Qualquer reprodução total ou parcial, alteração, compartilhamento ou uso impróprio deste conteúdo sem autorização prévia da empresa é expressamente proibido. BR-RNQR-230011). Material aprovado e disponibilizado em Abril/2023.