

# El papel de enfermería en las enfermedades reumáticas

Las enfermedades reumáticas y musculoesqueléticas (ERyMEs) incluyen un amplio espectro de condiciones, que por lo general se asocian con dolor y limitación de la movilidad, aunque presentan especificidades según la enfermedad de que se trate.

Se caracterizan por su alta prevalencia en la población general, frecuentemente tiende a la cronicidad y a ocasionar discapacidad.

Estas tienen un gran impacto en la calidad de vida y en la funcionalidad de las personas que las padecen. Están relacionadas con el envejecimiento progresivo de la población y con los cambios en los estilos de vida, por lo que se prevé que estas enfermedades irán en aumento en los próximos años.

Existen evidencias que demuestran que el manejo del paciente reumático por un equipo multidisciplinar permite obtener mejores resultados en su estado de salud que la atención única proporcionada por el reumatólogo.

Para el éxito del equipo multidisciplinar es importante que cada profesional tenga un rol definido e integrado. ¿Dónde estaría el rol de la enfermería de AP dentro de este equipo?

Sobre todo en la educación para la salud, que ha demostrado ser una herramienta clave en el manejo del enfermo crónico, con el objetivo de fomentar el autocuidado y obtener mayor calidad de vida.

Los factores que pueden facilitar la aparición o empeorar la evolución de las ERyMEs más frecuentes están relacionados con las condiciones de vida, de trabajo y las conductas de salud con ellas relacionadas. Aunque estos factores varían de unas enfermedades a otras, son en general modificables.

La prevención de algunos grupos de ERyMEs está muy asociada con la identificación, prevención, eliminación y control de los riesgos laborales, y con la promoción de estilos de vida saludables.

Por lo tanto, la enfermera de Atención Primaria tendrá centrado su papel:

- **Información, educación y consejos de autocuidado.**
- **Tratando temas como:**
  - Ejercicio.
  - Alimentación
  - Manejo del dolor
  - Protección articular
  - Terapia de relajación simple
  - Fomento del sueño.

La enfermera de AP, desde siempre ha invertido gran parte de su tiempo en abordar las clásicas patologías crónicas (HTA, diabetes...), teniendo un papel importante en la adquisición de hábitos saludables y en la realización de planes de cuidados adaptados a cada paciente.

Entonces, podemos concluir que es posible y fundamental intervenir en este tipo de patologías.

En el centro de salud de las Vegas y Villalegre, en Avilés, se llevo a cabo un proyecto, a propuesta del servicio de rehabilitación del HSA, que se denominó “Cambiando la inercia en el tratamiento de la artrosis” donde los pacientes tuvieron una importante mejoría en capacidad de autocuidado y, por tanto, en calidad de vida, con una gran satisfacción por parte del personal de enfermería.

Esto confirma que es satisfactorio trabajar con este tipo de patologías y con formación del personal de enfermería se puede llevar a cabo.