



ARTRITE PSORIÁTICA

livro de ilustração

Ilustração para o projeto Good Care dedicado à artrite psoriática

Os progressos recentes na compreensão da evolução da artrite psoriática (PsA) conduziram a avanços nas terapêuticas. No entanto, as necessidades de muitas pessoas que vivem com PsA ainda não foram satisfeitas. Através deste projeto, a IFPA pretende unir forças com reumatologistas e a comunidade de pacientes no sentido de aumentar a sensibilização para as novas diretrizes de tratamento e, em última análise, melhorar a qualidade de vida das pessoas com PsA em todo o mundo.



Copyright Notice Copyright © IFPA 2023 Inc. Todos os direitos reservados.

Divulgação: A UCB Pharma forneceu apoio financeiro através de uma subvenção sem restrições para a realização da primeira fase do projeto de Sensibilização para a artrite psoriática, também conhecido como o projeto "Good Care for the Psoriatic Arthritis". A UCB Pharma não teve qualquer influência ou contributo para o conteúdo, incluindo a seleção dos membros do projeto e o desenvolvimento de todos os recursos associados, tais como vídeos, podcasts e artigos. O apoio da UCB Pharma foi exclusivamente sob a forma de uma subvenção sem restrições.

ARTRITE PSORIÁTICA E

Saúde mental

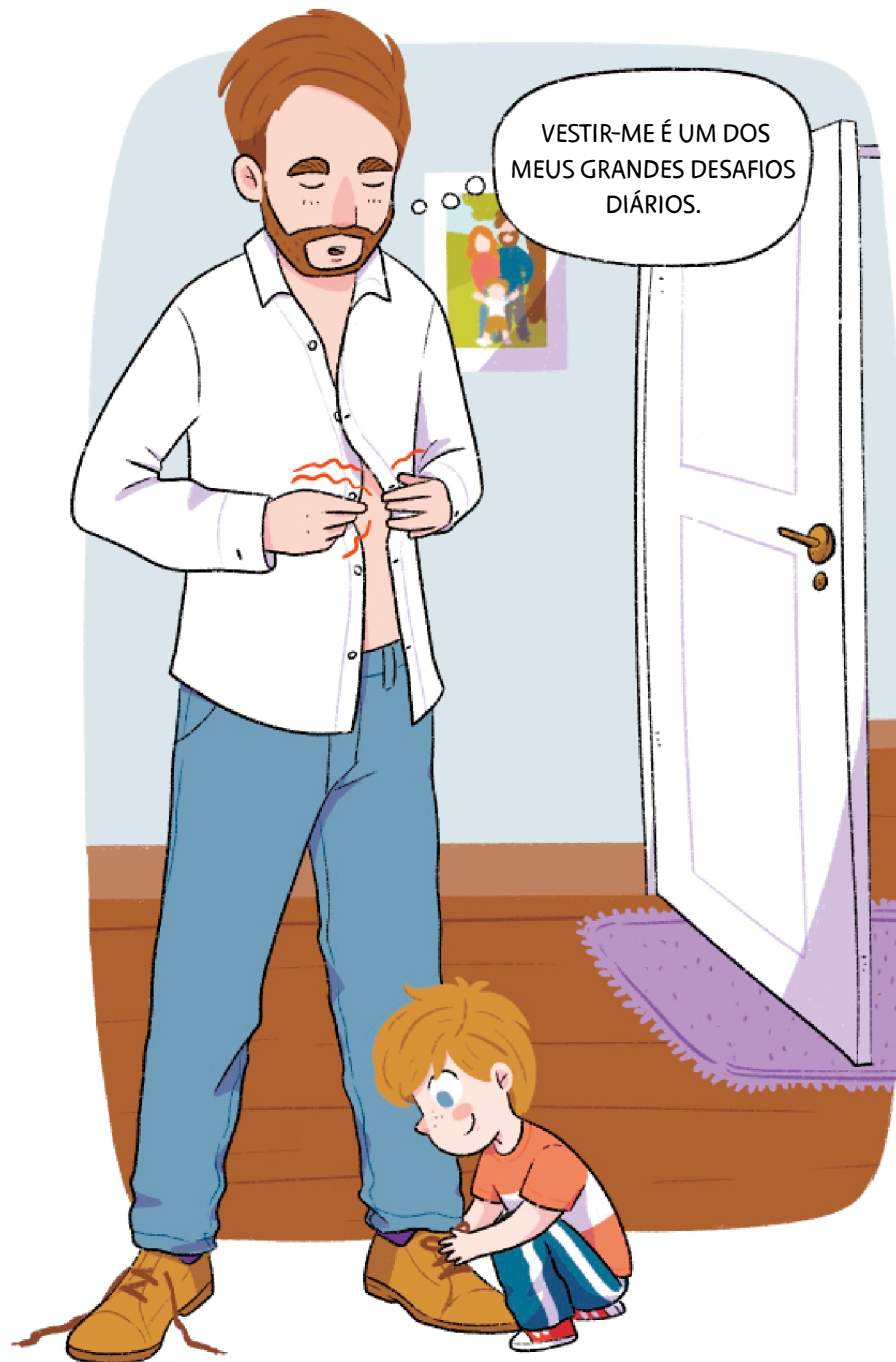


ARTRITE PSORIÁTICA E SAÚDE MENTAL



A ARTRITE PSORIÁTICA PODE TER UM IMPACTO SIGNIFICATIVO NA SAÚDE MENTAL DE UM INDIVÍDUO, LEVANDO A SENTIMENTOS DE DESÂNIMO, FRUSTRAÇÃO, VERGONHA E BAIXA AUTOESTIMA.

AS TAREFAS QUOTIDIANAS, COMO COMEÇAR O DIA, SÃO UM GRANDE DESAFIO PARA AS PESSOAS COM ARTRITE PSORIÁTICA ATIVA DEVIDO À RIGIDEZ E À FADIGA MATINAIS.



A ARTRITE PSORIÁTICA PODE AFETAR A SAÚDE MENTAL, PROVOCANDO ANSIEDADE EM RELAÇÃO AO FUTURO E À CAPACIDADE DE REALIZAR AS TAREFAS DIÁRIAS.

DEVIDO A DORES E RIGIDEZ NOS BRAÇOS, NOS PULSOS OU NAS MÃOS, TÊM MAIS DIFICULDADE EM REALIZAR AÇÕES COMO ABOTOAR UMA CAMISA OU ATAR OS ATACADORES.

MUITOS PAIS COM ARTRITE PSORIÁTICA NÃO QUEREM SER UM FARDO PARA A SUA FAMÍLIA.
É DIFÍCIL COMPREENDER QUE, DEVIDO À INCAPACIDADE, A PESSOA PASSA DO PAPEL DE
CUIDADOR PARA O DE SER CUIDADO PELOS SEUS FILHOS.





OS EFEITOS EMOCIONAIS DA ARTRITE PSORIÁTICA PODEM LEVAR A QUE OS INDIVÍDUOS SE ISOLEM, SE AFASTEM DOS OUTROS OU TENHAM ATAQUES DE ANSIEDADE. O STRESS, A ANSIEDADE E A DEPRESSÃO TAMBÉM PODEM DESENCADear MAIS CRISES PSORIÁTICAS, AGRAVANDO OS SINTOMAS DA DOENÇA.



AS PESSOAS COM ARTRITE
PSORIÁTICA PODEM
ALCANÇAR O BEM-
ESTAR MENTAL ATRAVÉS
DE ATIVIDADES COMO
IOGA, MINDFULNESS OU
MEDITAÇÃO.

É IMPORTANTE QUE OS PACIENTES MANTENHAM RELAÇÕES COM AMIGOS E FAMILIARES,
QUE PODEM DAR APOIO EMOCIONAL.

SAIBA MAIS SOBRE AS RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO, AS DIRETRIZES DE
TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA DA GESTÃO DA DOENÇA
PSORIÁTICA QUE TENHA EM CONTA O BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DO PACIENTE:

<https://ifpa-pso.com/projects/psoriatic-arthritis-awareness>

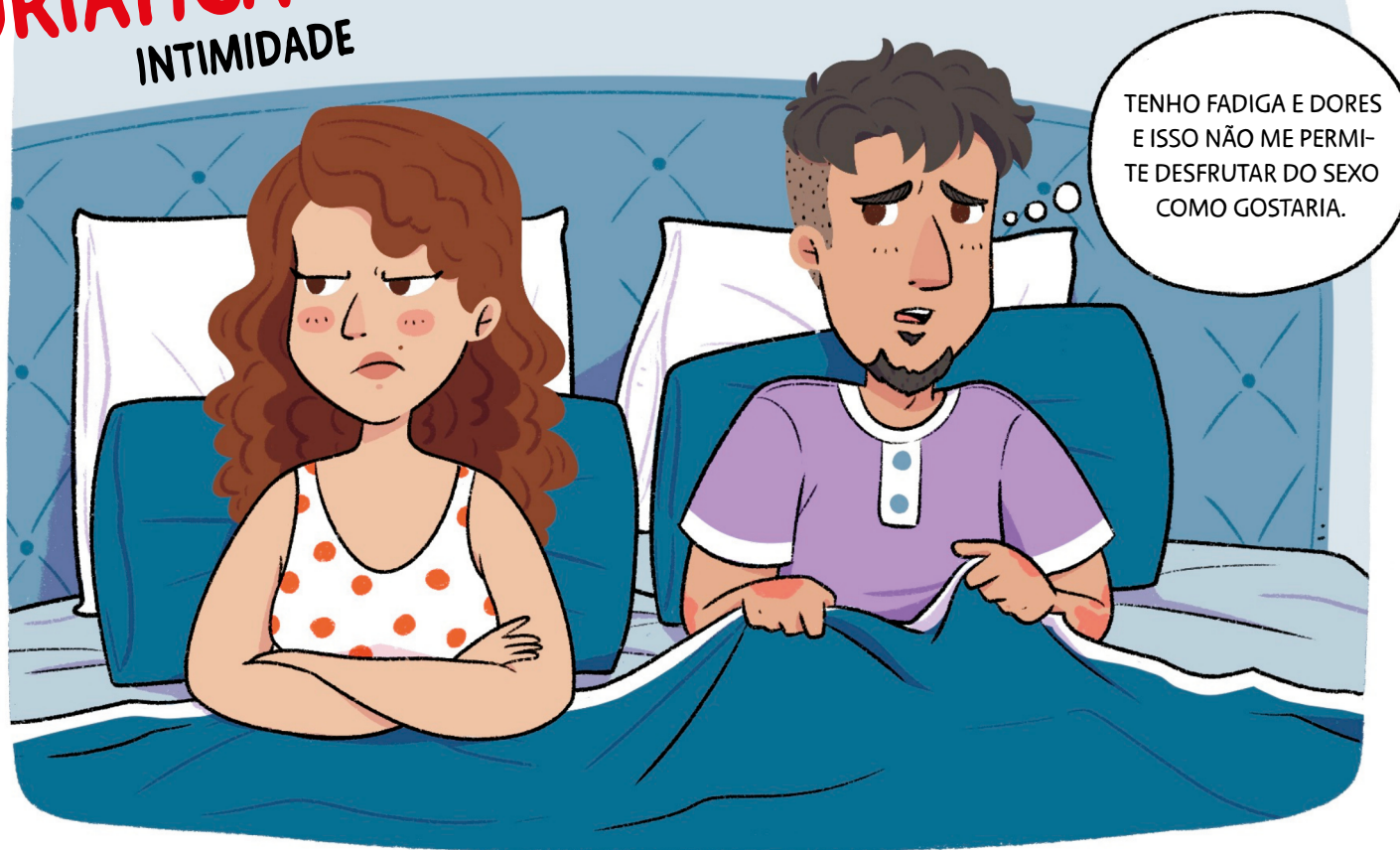




ARTRITE PSORIÁTICA E

Intimidade

ARTRITE PSORIÁTICA E INTIMIDADE



A ARTRITE PSORIÁTICA PODE TER UM IMPACTO SIGNIFICATIVO NA SAÚDE SEXUAL. ESTUDOS EFETUADOS NOS ÚLTIMOS 40 ANOS DEMONSTRARAM QUE AS DIFICULDADES SEXUAIS SÃO COMUNS NOS PACIENTES COM ARTRITE PSORIÁTICA, SENDO QUE ATÉ 70% DOS PACIENTES REFEREM ESSAS DIFICULDADES.



NO CASO DE NOTAR QUE TEM DISFUNÇÃO ERÉCTIL, CAUSADA POR QUALQUER TRATAMENTO PARA CONTROLAR A ARTRITE PSORIÁTICA, EXISTEM MEDICAMENTOS QUE PODEM SER UTILIZADOS PARA RESOLVER ESTE PROBLEMA E QUE DEVEM SER RECOMENDADOS PELO SEU PROFISSIONAL DE SAÚDE.

SE SENTIR QUE A ARTRITE PSORIÁTICA OU OS TRATAMENTOS MÉDICOS PARA A CONTROLAR ESTÃO A AFETAR A SUA SAÚDE SEXUAL, RECOMENDAMOS QUE FALE COM O SEU PROFISSIONAL DE SAÚDE PARA QUE POSSAM TRABALHAR EM CONJUNTO E ENCONTRAR UMA SOLUÇÃO.





A VIDA SEXUAL DE UMA PESSOA COM ARTRITE PSORIÁTICA PODE SER DIFÍCIL DEVIDO À DOR, À FADIGA E À RIGIDEZ DAS ARTICULAÇÕES QUE DIFICULTAM OS MOVIMENTOS E A POSIÇÃO DO CORPO. A COMUNICAÇÃO COM O/A SEU/SUA PARCEIRO/A PERMITIR-VOS-Á DESCOBRIR QUAIS AS POSIÇÕES E TÉCNICAS QUE PROPORCIONAM O MAIOR NÍVEL DE PRAZER COM O MÍNIMO DE DESCONFORTO.



PARA MELHORAR A QUALIDADE
DAS RELAÇÕES SEXUAIS, É
IMPORTANTE EXPERIMENTAR E
ENCONTRAR ELEMENTOS QUE
AJUDEM A ULTRAPASSAR A
SITUAÇÃO.

TENDO EM CONTA AS
ARTICULAÇÕES AFETADAS, PODE
TENTAR DIFERENTES POSIÇÕES
QUE LHE PERMITAM DESFRUTAR
DE RELAÇÕES SEXUAIS.

COM CRIATIVIDADE, PACIÊNCIA E PLANEAMENTO, AS PESSOAS AFETADAS PELA ARTRITE PSORIÁTICA PODEM DESFRUTAR DA INTIMIDADE SEXUAL.

SAIBA MAIS SOBRE AS RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO, AS DIRETRIZES DE TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA DA GESTÃO DA DOENÇA PSORIÁTICA QUE TENHA EM CONTA O BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DO PACIENTE:

<https://ifpa-pso.com/projects/psoriatic-arthritis-awareness>





ARTRITE PSORIÁTICA E

Saúde

reprodutiva

ARTRITE PSORIÁTICA E SAÚDE REPRODUTIVA



É COMUM AS MULHERES COM ARTRITE PSORIÁTICA DESISTIREM DA DECISÃO DE TER FILHOS DEVIDO À SUA DOENÇA.

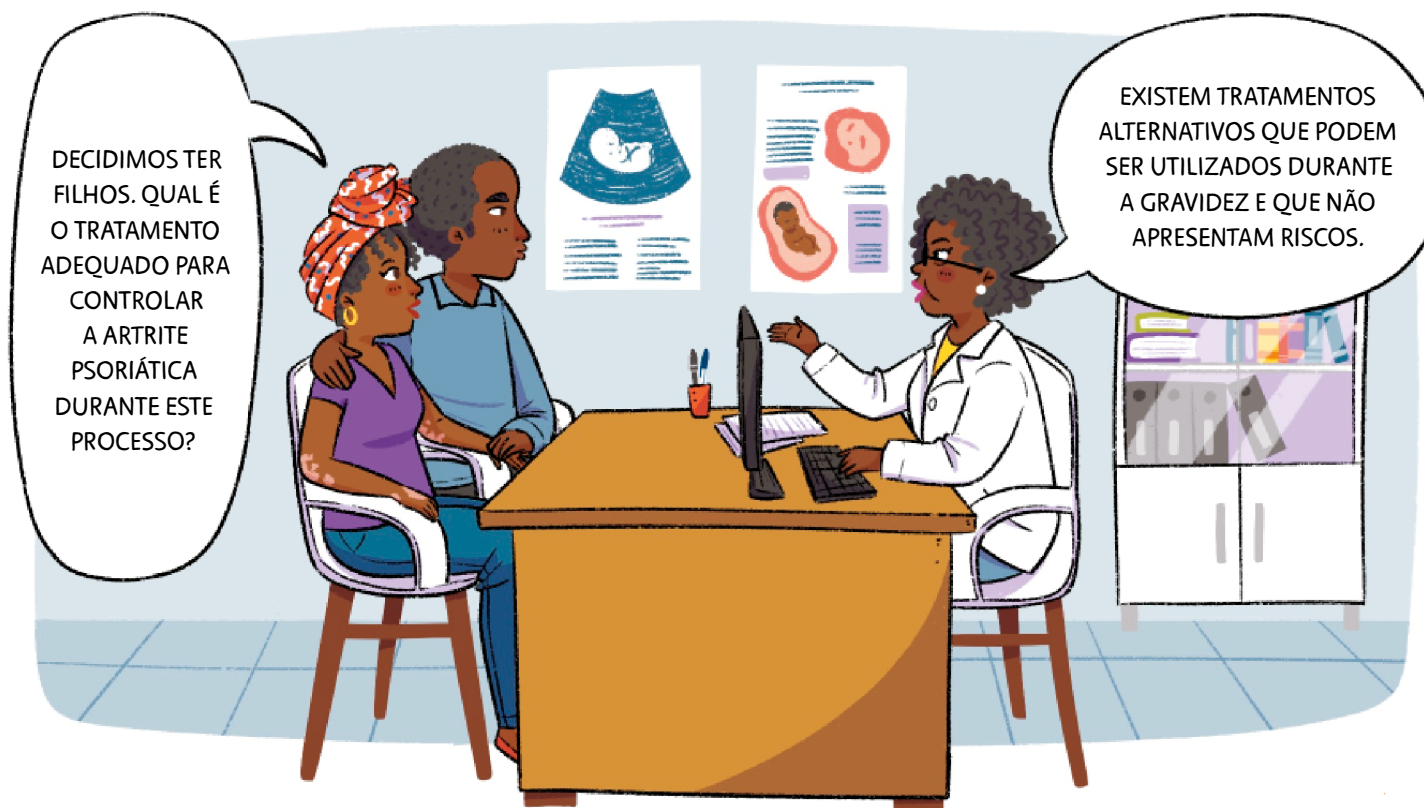
É IMPORTANTE QUE RECEBAM APOIO PARA QUE POSSAM EQUILIBRAR A GESTÃO DA PATOLOGIA COM O SEU PLANEAMENTO FAMILIAR, PARA QUE A DOENÇA NÃO DECIDA POR ELAS.



AS PACIENTES DEVEM
PROCURAR FONTES DE
INFORMAÇÃO FIÁVEIS PARA
ESCLARECEREM AS SUAS
DÚVIDAS E SENTIREM-
SE PREPARADAS PARA
TOMAR DECISÕES SOBRE O
TRATAMENTO MÉDICO E A
MATERNIDADE.

É IMPORTANTE QUE A PACIENTE SE SINTA SUFICIENTEMENTE CONFIANTE PARA DISCUTIR O ASSUNTO COM O PROFISSIONAL DE SAÚDE E EXPLICAR O SEU PROJETO FAMILIAR, DE FORMA A OBTER O MELHOR PLANEAMENTO PARA CADA CASO.

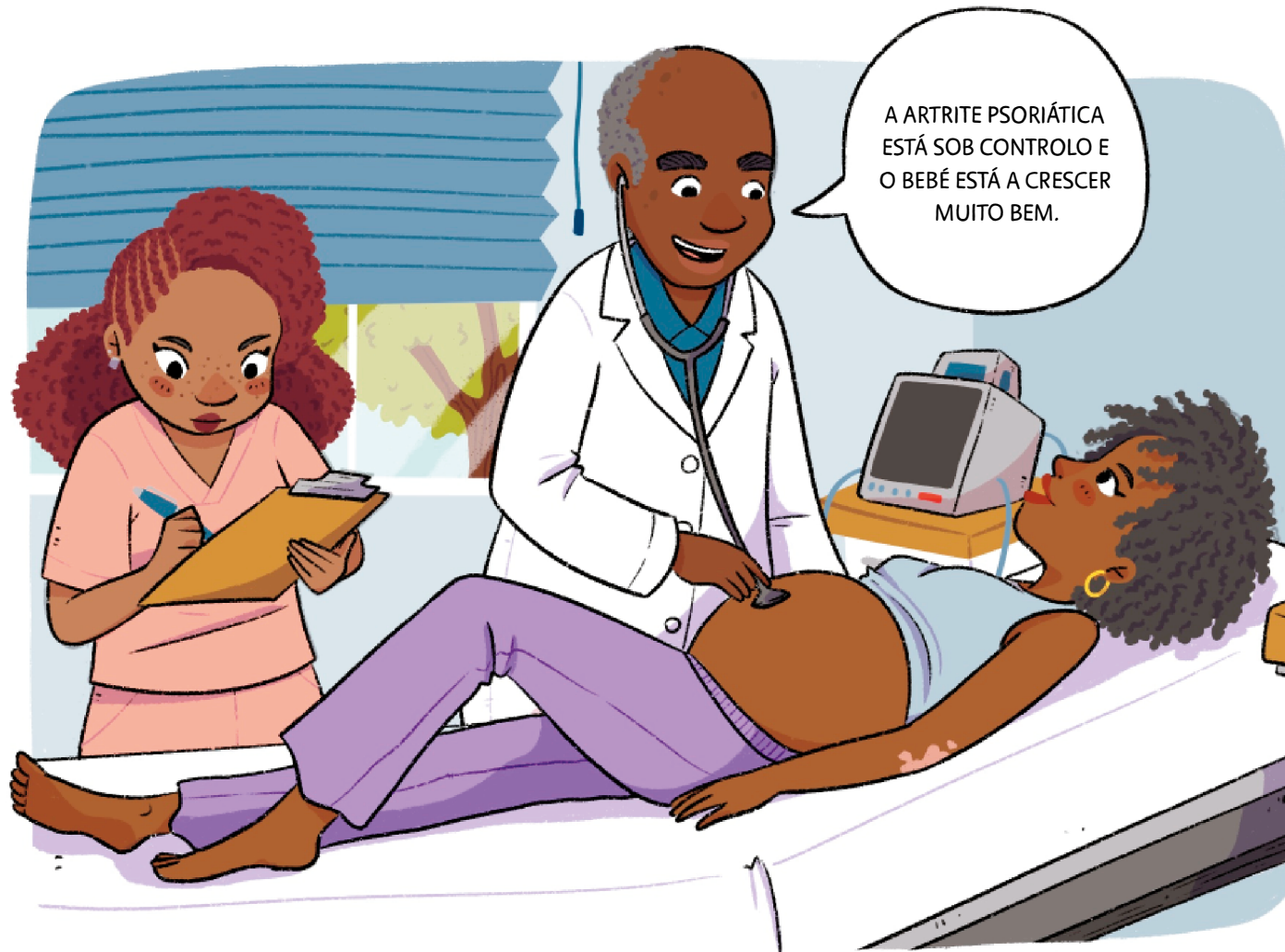
ALGUMAS DAS TERAPIAS INDICADAS NAS DIRETRIZES PODEM SER UTILIZADAS QUANDO SE ESTÁ GRÁVIDA, MAS OUTRAS PODEM PREJUDICAR O BEBÉ EM CRESCIMENTO. E EXISTEM ALGUNS TRATAMENTOS QUE PODEM ATINGIR O LEITE MATERNO E AFETAR O BEBÉ SE ESTE FOR AMAMENTADO.



EM CADA FASE DA GRAVIDEZ, É RECOMENDADO UM EXERCÍCIO MODERADO, ADAPTADO ÀS POSSIBILIDADES DA PACIENTE.

TUDO O QUE CONTRIBUA PARA SE SENTIR MELHOR, REDUZIR O STRESS E MANTER-SE ATIVA PODE REDUZIR O DESCONFORTO DESTA FASE.



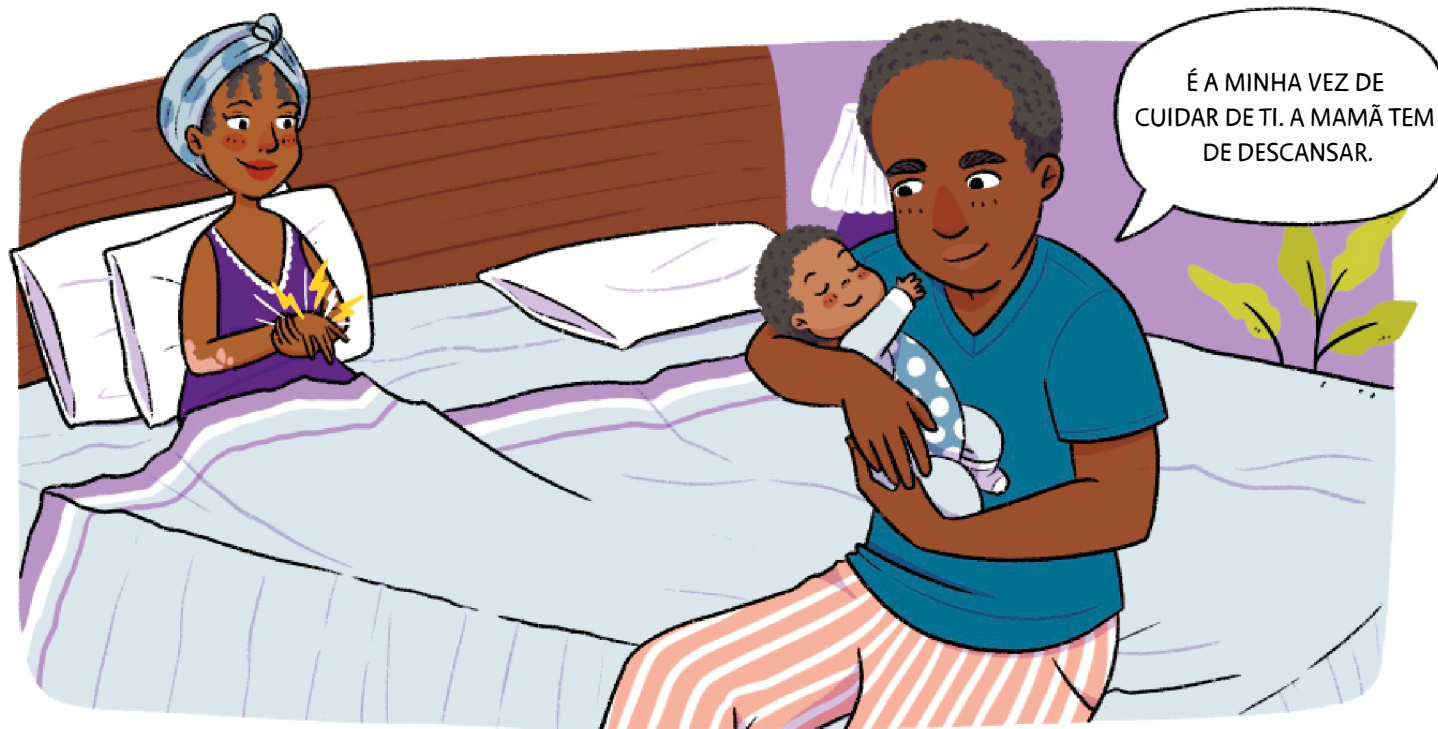


É IMPORTANTE CONTROLAR A DOENÇA E PLANEAR AS MELHORES CONDIÇÕES PARA QUE A GRAVIDEZ TENHA O MENOR RISCO POSSÍVEL PARA A MÃE E PARA A CRIANÇA.

DEVIDO À DOR OU ÀS LIMITAÇÕES DA DOENÇA, ALGUMAS ATIVIDADES COMO MUDAR A FRALDA, ALIMENTAR OU PEGAR NO BEBÊ PODEM SER DIFÍCEIS. NÃO HESITE EM PEDIR AJUDA PARA CUIDAR DO SEU FILHO E TAMBÉM PARA CUIDAR DE SI, SE PRECISAR.

SAIBA MAIS SOBRE AS RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO, AS DIRETRIZES DE TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA DA GESTÃO DA DOENÇA PSORIÁTICA QUE TENHA EM CONTA O BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DO PACIENTE:

<https://ifpa-pso.com/projects/psoriatic-arthritis-awareness>



ARTRITE PSORIÁTICA E

Crianças



ARTRITE PSORIÁTICA E CRIANÇAS



NAS CRIANÇAS, A ARTRITE PSORIÁTICA ENVOLVE FREQUENTEMENTE INCHAÇO E DOR NAS ARTICULAÇÕES, DIFICULTANDO A SUA MOVIMENTAÇÃO E PARTICIPAÇÃO NAS ATIVIDADES DIÁRIAS.

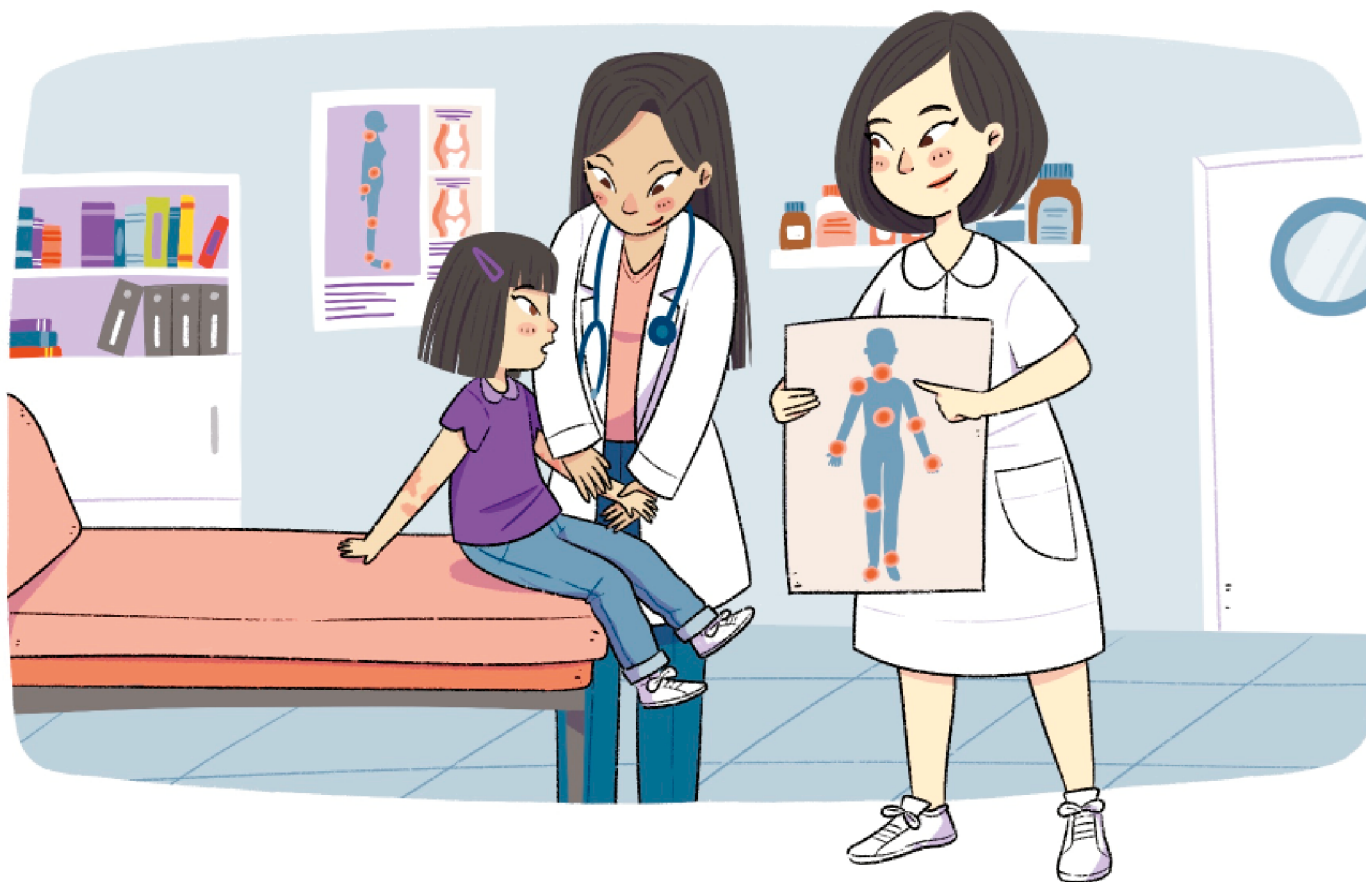
É IMPORTANTE ENCORAJAR A CRIANÇA AFETADA A EXPRESSAR COMO SE SENTE E QUAIS SÃO AS SUAS PREOCUPAÇÕES, UMA VEZ QUE É COMUM QUE TENHA SENTIMENTOS DE MEDO OU FRUSTRAÇÃO.





OS SINTOMAS DE ARTRITE
PSORIÁTICA AGRAVAM-
SE GERALMENTE APÓS UM
LONGO PERÍODO DE REPOUSO,
DEIXANDO UMA SENSÇÃO DE
RIGIDEZ NAS ARTICULAÇÕES.

OS PACIENTES PODEM SENTIR
FADIGA E TAMBÉM MÁ
DISPOSIÇÃO.



O DIAGNÓSTICO PRECOCE E O TRATAMENTO ADEQUADO PODEM ABRANDAR O DESENVOLVIMENTO DA DOENÇA E ATÉ CONSEGUIR A REMISSÃO COMPLETA DOS SINTOMAS.

OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE PODEM TER DE REALIZAR VÁRIOS TESTES, INCLUINDO EXAMES FÍSICOS, ANÁLISES AO SANGUE E EXAMES IMAGIOLÓGICOS, PARA FAZEREM UM DIAGNÓSTICO PRECISO.

O PACIENTE DEVE ENCONTRAR UM BOM EQUILÍBRIO ENTRE A ATIVIDADE FÍSICA E O REPOUSO. É IMPORTANTE QUE UMA CRIANÇA COM ARTRITE PSORIÁTICA SE MANTENHA ATIVA MESMO QUANDO NÃO TEM SINTOMAS.





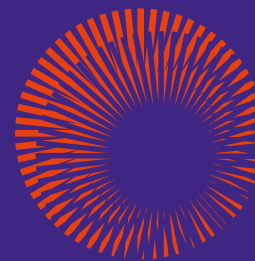
A FAMÍLIA É UM GRANDE APOIO PARA AJUDAR NAS MUDANÇAS DE HÁBITOS DO PACIENTE E PARA COMPREENDER QUANDO É NECESSÁRIO ALTERAR OS PLANOS DEVIDO À DOENÇA.

SAIBA MAIS SOBRE AS RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO, AS DIRETRIZES DE TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA DA GESTÃO DA DOENÇA PSORIÁTICA QUE TENHA EM CONTA O BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DO PACIENTE:

<https://ifpa-pso.com/projects/psoriatic-arthritis-awareness>



good
care
for Psoriatic Arthritis



ifpa-pso.com

Copyright Notice Copyright © IFPA 2023 Inc. Todos os direitos reservados.