



# ARTRITE PSORIÁTICA

livro de ilustração

## Ilustração para o Projeto Good Care para Artrite Psoriásica

O recente progresso na compreensão do curso da artrite psoriática (APS) levou a avanços nas terapias. No entanto, as necessidades de muitas pessoas que vivem com PsA ainda não foram atendidas. Por meio desse projeto, a IFPA pretende unir forças com reumatologistas e a comunidade de pacientes para aumentar a conscientização a respeito de novas diretrizes de tratamento e, em última análise, melhorar a qualidade de vida das pessoas com APS em todo o mundo.



Aviso de direitos autorais Direitos autorais © IFPA 2023 Inc. Todos os direitos reservados.

A UCB Pharma forneceu apoio financeiro por meio de uma doação irrestrita para a realização da primeira fase do projeto de conscientização sobre a artrite psoriática, também conhecido como projeto "Good Care for the Psoriatic Arthritis" (Bons Cuidados para a Artrite Psoriática). A UCB Pharma não teve nenhuma influência ou contribuição sobre o conteúdo, incluindo a seleção dos membros do projeto e o desenvolvimento de todos os ativos associados, como vídeos, podcasts e artigos. O apoio da UCB Pharma foi exclusivamente na forma de uma doação irrestrita.

**ARTRITE PSORIÁTICA E**

# **Saúde mental**

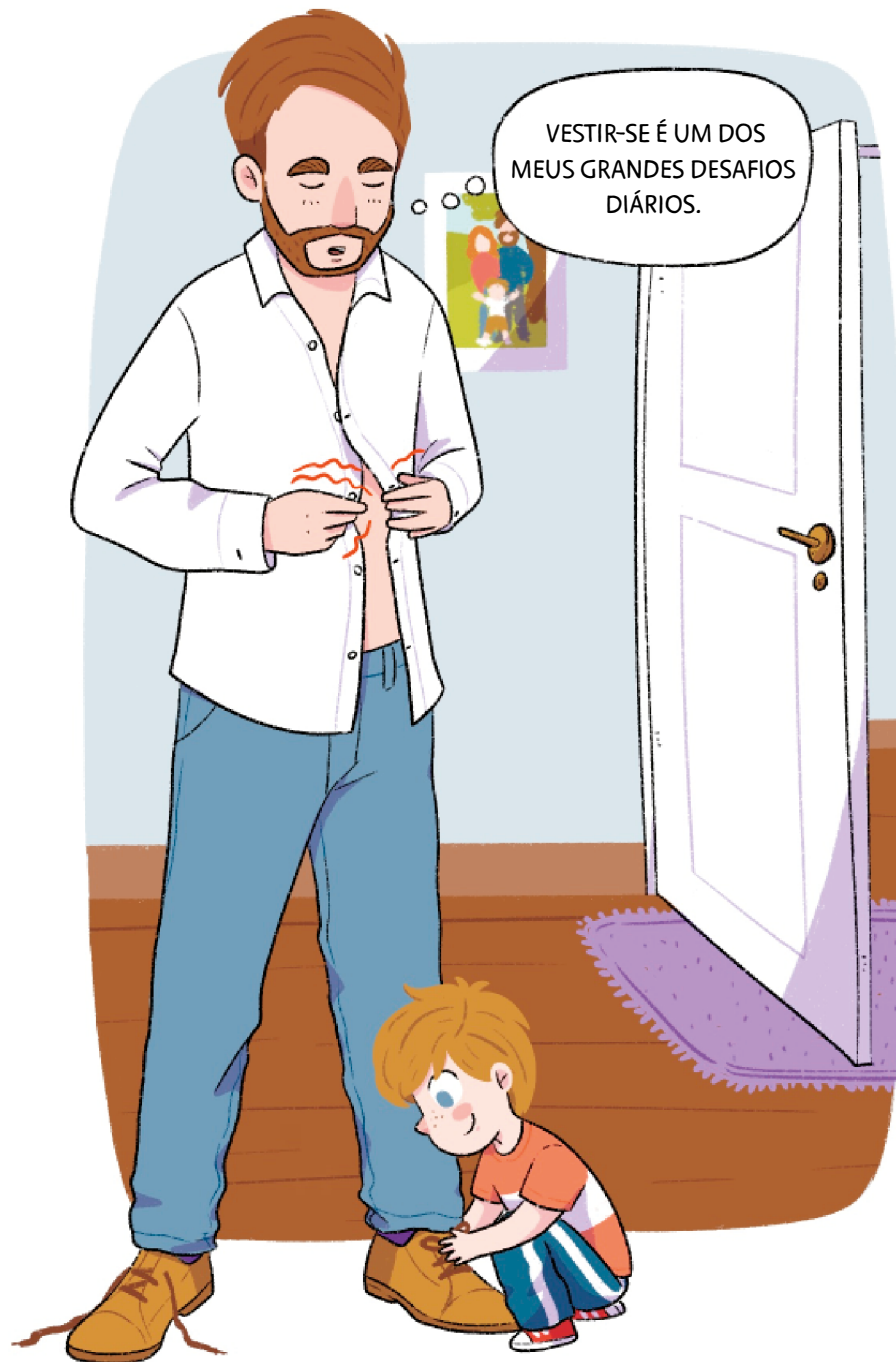


# ARTRITE PSORIÁTICA e SAÚDE MENTAL



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

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



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

DEVIDO À DOR E À RIGIDEZ NOS BRAÇOS, PULSOS OU MÃOS, HÁ MAIS DIFICULDADE PARA REALIZAR AÇÕES COMO ABOTOAR UMA CAMISA OU AMARRAR CADARÇOS DE SAPATOS.

MUITOS PAIS COM ARTRITE PSORIÁTICA NÃO QUEREM SER UM FARDO PARA A FAMÍLIA. É DIFÍCIL ENTENDER QUE, POR CAUSA DA DEFICIÊNCIA, A PESSOA DEIXA DE SER CUIDADORA E PASSA A SER CUIDADA POR SEUS FILHOS.





OS EFEITOS EMOCIONAIS DA ARTRITE PSORIÁTICA PODEM FAZER COM QUE AS PESSOAS SE ISOLEM, SE AFASTEM DOS OUTROS OU TENHAM ATAQUES DE ANSIEDADE. O ESTRESSE, A ANSIEDADE E A DEPRESSÃO TAMBÉM PODEM DESENCADear MAIS CRISES DE PSORÍASE, PIORANDO OS SINTOMAS DA DOENÇA.



PESSOAS COM ARTRITE  
PSORIÁTICA PODEM  
ALCANÇAR O BEM-ESTAR  
MENTAL POR MEIO DE  
ATIVIDADES COMO IOGA,  
ATENÇÃO PLENA OU  
MEDITAÇÃO.

É IMPORTANTE QUE OS PACIENTES MANTENHAM RELACIONAMENTOS COM AMIGOS E FAMILIARES, QUE PODEM OFERECER APOIO EMOCIONAL.

APRENDA A RESPEITO DE RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO ATÉ O ALVO, AS DIRETRIZES DE TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA PARA O GERENCIAMENTO DA DOENÇA PSORIÁTICA QUE CONSIDERE O BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DO PACIENTE:

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

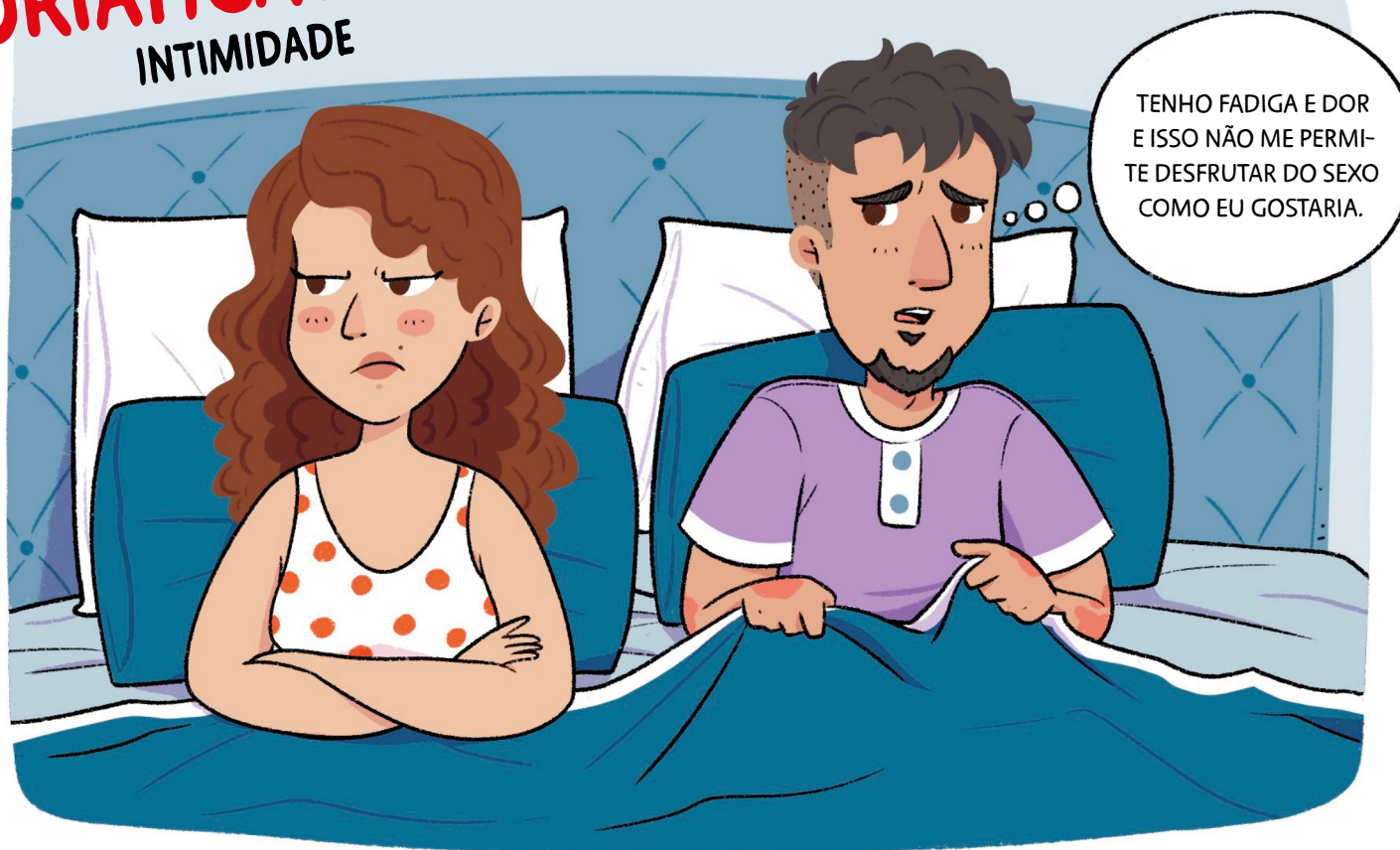




**ARTRITE PSORIÁTICA E**

**Intimidade**

# ARTRITE PSORIÁTICA e INTIMIDADE



A ARTRITE PSORIÁSICA PODE TER IMPACTO SIGNIFICATIVO NA SAÚDE SEXUAL. ESTUDOS REALIZADOS NOS ÚLTIMOS 40 ANOS MOSTRARAM QUE AS DIFICULDADES SEXUAIS SÃO COMUNS EM PACIENTES COM ARTRITE PSORIÁTICA, COM ATÉ 70% DOS PACIENTES RELATANDO TAIS DIFICULDADES.



CASO PERCEBA QUE  
TEM DISFUNÇÃO ERÉTIL,  
CAUSADA POR QUALQUER  
TRATAMENTO PARA CONTROLAR  
A ARTRITE PSORIÁTICA,  
HÁ MEDICAMENTOS QUE  
PODEM SER USADOS PARA  
RESOLVER ISSO E DEVEM SER  
RECOMENDADOS PELO SEU  
MÉDICO.

SE VOCÊ ACHA QUE A ARTRITE PSORIÁSICA OU OS TRATAMENTOS MÉDICOS PARA CONTROLÁ-LA ESTÃO AFETANDO SUA SAÚDE SEXUAL, RECOMENDAMOS QUE CONVERSE COM SEU MÉDICO PARA QUE POSSAM TRABALHAR JUNTOS PARA ENCONTRAR UMA SOLUÇÃO.





ESTOU PROCURAN-  
DO AJUDA PARA QUE  
A ARTRITE PSORIÁTICA  
NÃO AFETE NOSSA VIDA  
COMO CASAL.

OBRIGADO  
POR CONFIAR  
EM MIM. JUNTOS,  
BUSCAREMOS  
SOLUÇÕES.

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 SUA PARCEIRA PERMITIRÁ QUE VOCÊ DESCUBRA QUAIS POSIÇÕES E TÉCNICAS OFERECEM A AMBOS O MAIOR NÍVEL DE PRAZER COM O MÍNIMO DE DESCONFORTO.



PARA MELHORAR A  
QUALIDADE DA RELAÇÃO  
SEXUAL, É IMPORTANTE FAZER  
EXPERIMENTOS E ENCONTRAR  
ELEMENTOS QUE AJUDEM A  
SITUAÇÃO.

LEVANDO EM CONTA AS  
ARTICULAÇÕES AFETADAS,  
VOCÊ PODE TENTAR POSIÇÕES  
DIFERENTES QUE LHE PERMITAM  
DESEFRUTAR DA RELAÇÃO  
SEXUAL.

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

APRENDA A RESPEITO DE RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO ATÉ O ALVO, AS DIRETRIZES DE TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA PARA O GERENCIAMENTO DA DOENÇA PSORIÁTICA QUE CONSIDERE 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 QUE MULHERES COM ARTRITE PSORIÁSICA DESISTAM DE TER FILHOS POR CAUSA DA DOENÇA.

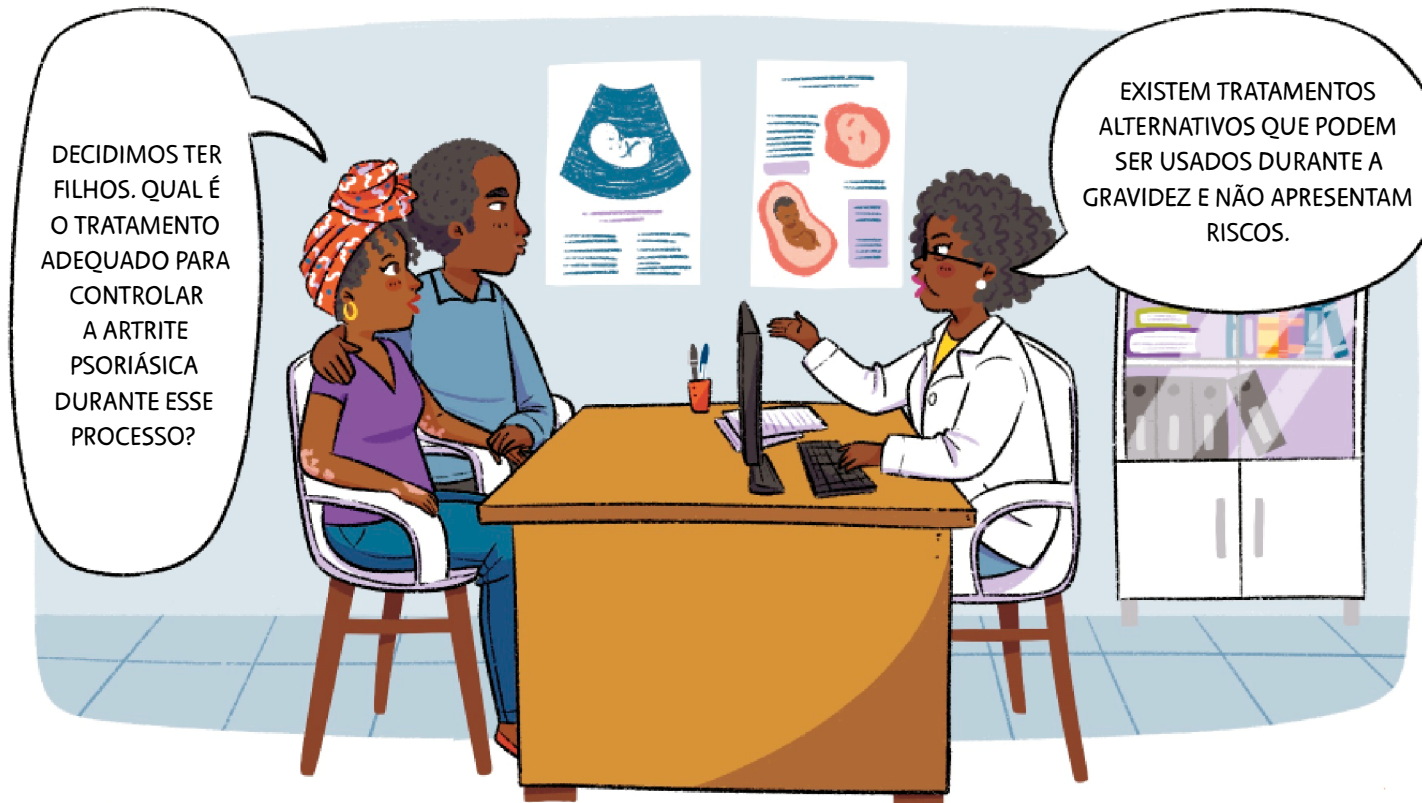
É IMPORTANTE QUE ELAS RECEBAM APOIO PARA QUE POSSAM EQUILIBRAR O GERENCIAMENTO DA PATOLOGIA COM O PLANEJAMENTO FAMILIAR, PARA QUE A DOENÇA NÃO DECIDA POR ELAS.



OS PACIENTES DEVEM  
BUSCAR FONTES CONFIÁVEIS  
DE INFORMAÇÃO PARA  
ESCLARECER SUAS DÚVIDAS  
E SE SENTIREM PREPARADOS  
PARA TOMAR DECISÕES  
SOBRE O TRATAMENTO  
MÉDICO E A MATERNIDADE.

É IMPORTANTE QUE O PACIENTE SE SINTA CONFIANTE O SUFICIENTE PARA DISCUTIR O ASSUNTO COM O PROFISSIONAL DE SAÚDE E EXPLICAR SEU PROJETO FAMILIAR, DESSA FORMA, SERÁ BUSCADO O MELHOR PLANEJAMENTO PARA CADA CASO.

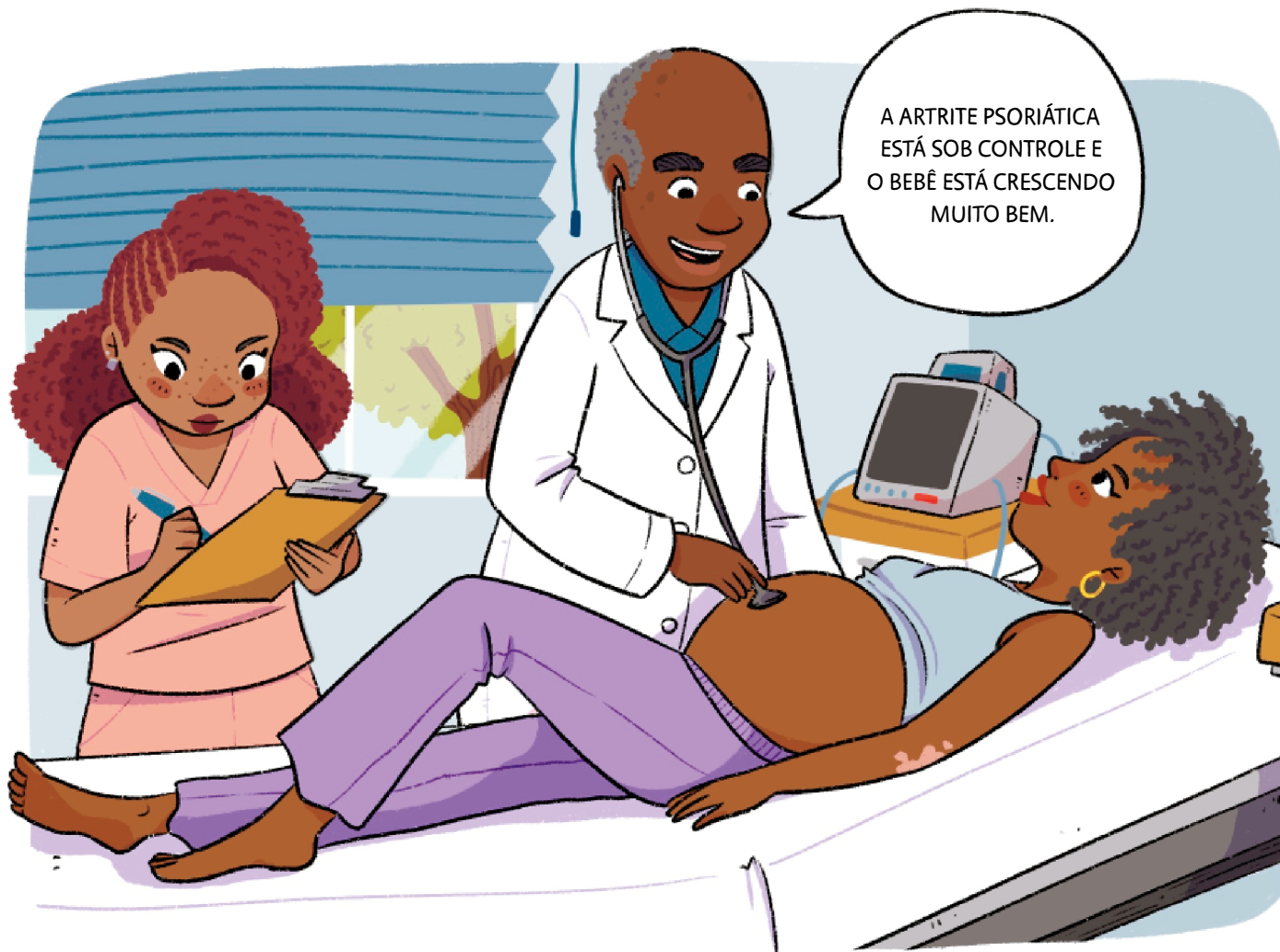
ALGUMAS DAS TERAPIAS PODEM SER USADAS DURANTE A GRAVIDEZ, MAS OUTRAS PODEM PREJUDICAR O BEBÊ EM DESENVOLVIMENTO. E HÁ ALGUNS TRATAMENTOS QUE PODEM ACABAR NO LEITE MATERNO E AFETAR O BEBÊ SE ELE FOR AMAMENTADO.



RECOMENDA-SE A PRÁTICA DE EXERCÍCIOS MODERADOS, ADAPTADOS ÀS POSSIBILIDADES DA PACIENTE, EM CADA ESTÁGIO DA GRAVIDEZ.

QUALQUER COISA QUE CONTRIBUA PARA SE SENTIR MELHOR, REDUZIR O ESTRESSE E PERMANECER ATIVO PODE REDUZIR O DESCONFORTO DESSA FASE.





É IMPORTANTE TER A DOENÇA SOB CONTROLE E PLANEJAR AS MELHORES CONDIÇÕES PARA QUE A GRAVIDEZ TENHA O MENOR RISCO POSSÍVEL PARA A MÃE E A CRIANÇA.

DEVIDO À DOR OU ÀS LIMITAÇÕES DA DOENÇA, ALGUMAS ATIVIDADES, COMO TROCAR FRALDAS, ALIMENTAR OU SEGURAR O BEBÊ, PODEM SER DIFÍCEIS. NÃO HESITE EM PEDIR AJUDA PARA CUIDAR DE SEU FILHO E TAMBÉM PARA CUIDAR DE SI MESMO, SE PRECISAR.

APRENDA A RESPEITO DE RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO ATÉ O ALVO, AS DIRETRIZES DE TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA PARA O GERENCIAMENTO DA DOENÇA PSORIÁTICA QUE CONSIDERE O BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DO PACIENTE:

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



**ARTRITE PSORIÁTICA E**

**CRIANÇAS**



# ARTRITE PSORIÁTICA e CRIANÇAS



EM CRIANÇAS, A ARTRITE PSORIÁTICA GERALMENTE ENVOLVE INCHAÇO E DOR NAS ARTICULAÇÕES, O QUE DIFICULTA A MOVIMENTAÇÃO E A PARTICIPAÇÃO EM ATIVIDADES DIÁRIAS.

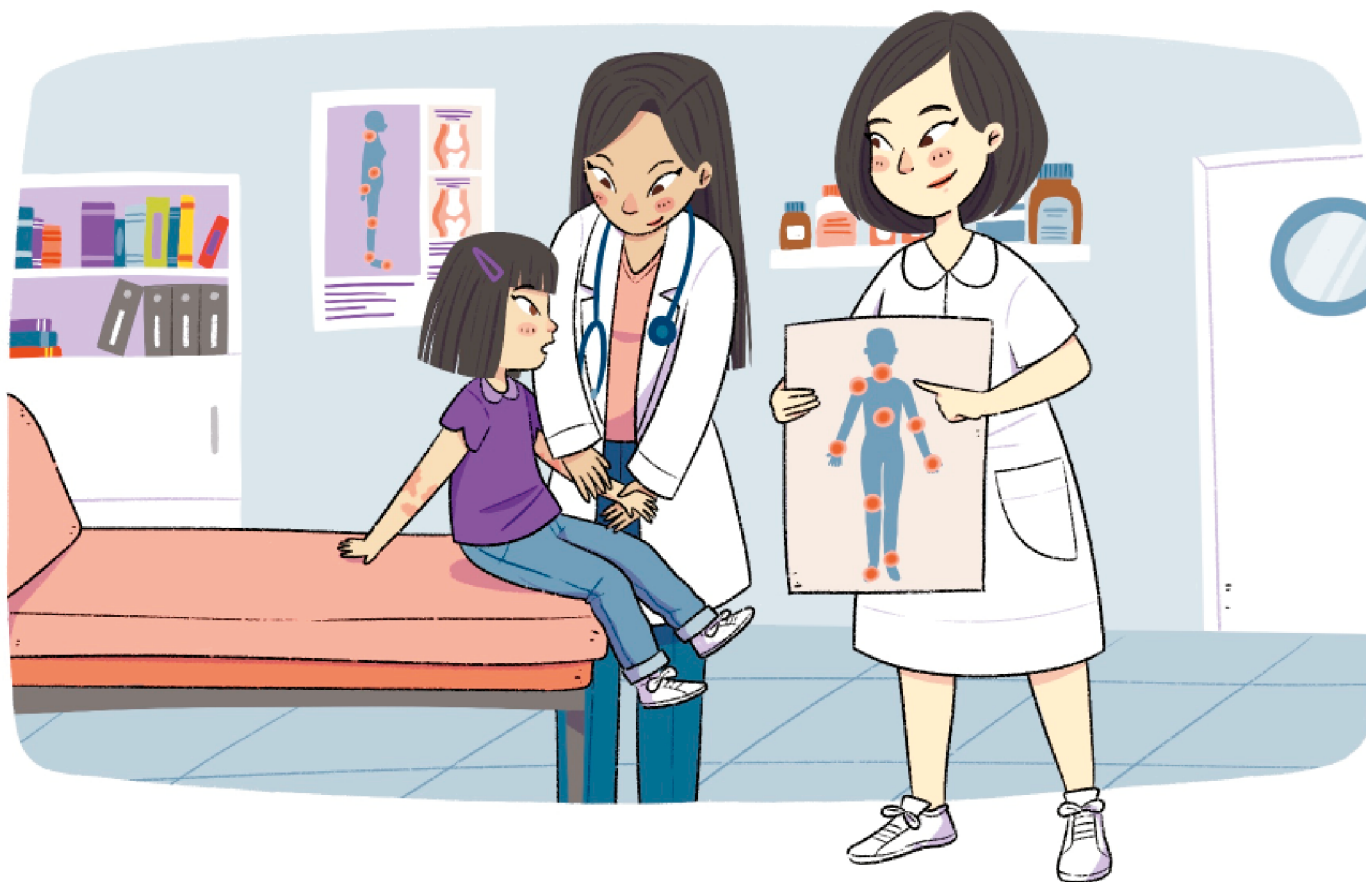
É IMPORTANTE INCENTIVAR A CRIANÇA AFETADA A EXPRESSAR COMO SE SENTE E QUAIS SÃO SUAS PREOCUPAÇÕES, POIS É COMUM QUE ELA TENHA SENTIMENTOS DE MEDO OU FRUSTRAÇÃO.





OS SINTOMAS DA ARTRITE  
PSORIÁTICA GERALMENTE  
PIORAM APÓS UM LONGO  
PERÍODO DE REPOUSO,  
DEIXANDO UMA SENSÇÃO DE  
RIGIDEZ NAS ARTICULAÇÕES.

OS PACIENTES PODEM  
APRESENTAR FADIGA E MAU  
HUMOR.



O DIAGNÓSTICO PRECOCE E O TRATAMENTO ADEQUADO PODEM RETARDAR A DOENÇA E ATÉ MESMO OBTER A REMISSÃO COMPLETA DOS SINTOMAS.

OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE PODEM PRECISAR REALIZAR VÁRIOS TESTES, INCLUSIVE EXAMES FÍSICOS, EXAMES DE SANGUE E EXAMES DE IMAGEM, PARA FAZER UM DIAGNÓSTICO PRECISO.

O PACIENTE DEVE ENCONTRAR UM BOM EQUILÍBRIO ENTRE ATIVIDADE FÍSICA E REPOUSO. É IMPORTANTE QUE UMA CRIANÇA QUE VIVE COM ARTRITE PSORIÁTICA PERMANEÇA ATIVA MESMO QUANDO NÃO ESTIVER APRESENTANDO SINTOMAS.





A FAMÍLIA É UM GRANDE APOIO PARA AJUDAR NAS MUDANÇAS DE HÁBITOS DO PACIENTE E PARA ENTENDER QUANDO É NECESSÁRIO MUDAR OS PLANOS POR CAUSA DA DOENÇA.

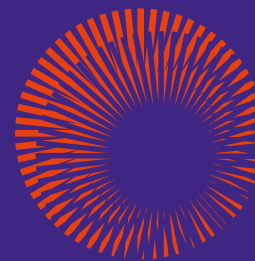
APRENDA A RESPEITO DE RECOMENDAÇÕES DE TRATAMENTO ATÉ O ALVO, AS DIRETRIZES DE TRATAMENTO E A IMPORTÂNCIA DE UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA PARA O GERENCIAMENTO DA DOENÇA PSORIÁTICA QUE CONSIDERE O BEM-ESTAR FÍSICO E EMOCIONAL DO PACIENTE:

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





good  
care  
for Psoriatic Arthritis



[ifpa-pso.com](http://ifpa-pso.com)

Aviso de direitos autorais Direitos autorais © IFPA 2023 Inc. Todos os direitos reservados.