

# Cómo Tener Conversaciones más Productivas:

## Colabore con sus Médicos en el Cuidado de la Artritis Reumatoide

Vivir con artritis reumatoide (AR) implica tomar continuamente decisiones de tratamiento que pueden tener efectos significativos en la calidad de vida. Los mejores resultados se logran cuando los pacientes y los profesionales toman decisiones en conjunto. Sin embargo, iniciar y mantener estas conversaciones no siempre es fácil. La comunicación clara faculta a los pacientes a tener un papel activo en su cuidado y a esforzarse para conseguir la remisión.



### Hable Sin Reservas

Cuando los pacientes se expresan abiertamente, los médicos pueden comprender mejor su enfermedad y sus prioridades. Crear un diálogo desde la primera cita sienta las bases para generar confianza. Comience con una inquietud general, luego siga con una pregunta específica.

**Pregunte:** "¿Me puede explicar las diferentes opciones y cómo decidiremos qué es lo mejor para mí?"

**Pregunte:** "Me preocupa cómo la AR afectará mi trabajo. ¿Podré seguir trabajando?"

### Conozca las Opciones de Tratamiento

El conocimiento es esencial para tomar decisiones con fundamento. Los medicamentos para la AR pueden administrarse por vía oral, inyección o infusión. Los pacientes que entienden las opciones de tratamiento están mejor preparados para colaborar en su cuidado.

### Mantenga el Diálogo

Los médicos están en mejores condiciones de ayudar si están al tanto de los cambios en la evolución de la enfermedad. Traiga a un familiar o amigo de confianza para que le brinde apoyo si es necesario. Si el tratamiento no está teniendo los resultados esperados, los pacientes deben informárselo a su médico.

**Diga:** "Quiero tener intimidad con mi pareja, pero el dolor hace que sea difícil".

**Diga:** "La rigidez que siento al despertarme no ha mejorado, y algunos días siento más dolor".

### Hable con Franqueza Sobre Todos los Síntomas

Los médicos escuchan este tipo de inquietudes de muchos pacientes. La información personal y específica orienta el cuidado. Ningún síntoma es demasiado pequeño para no mencionarlo, desde el dolor hasta los temas íntimos.

### Confirme lo que Escuchó

Los pacientes deben tomarse el tiempo para aclarar la información con su médico. Resumir lo que dijo el médico ayuda a garantizar que no haya malentendidos.

**Diga:** "Entonces, lo que dice es que..."

Cada detalle ayuda a los equipos médicos a tomar las mejores decisiones para cada paciente. Un diálogo abierto y honesto hace que sea posible tomar decisiones con fundamento, y es esencial para lograr la remisión y llevar una vida plena con artritis reumatoide.



Global  
Remission  
Coalition

[www.globalremission.org](http://www.globalremission.org)