

ESCLERODERMIA

La Esclerodermia es una enfermedad encuadrada dentro de Patologías autoinmunes sistémicas. El sistema inmunológico genera anticuerpos cuya actividad concluye con la destrucción de estructuras del propio organismo.

El propio nombre de la patología, Esclerodermia “piel endurecida”, ayuda a comprender el cuadro sintomatológico propio de esta patología, dolor, rigidez e inflamación de los dedos y articulaciones, engrosamiento de la piel, y manos y antebrazos brillantes, piel facial tensa y con aspecto de máscara, ulceraciones en las puntas de los dedos de las manos o de los pies, reflujo esofágico o acidez, dificultad para tragar y/o respirar, distensión después de las comidas, pérdida de peso y diarrea o estreñimiento. Los vasos sanguíneos debido a su rigidez no responden correctamente al estrés, el aparato digestivo ve disminuida su motilidad y el exceso de fibras en el músculo esquelético afecta al movimiento.

Algunos tipos de esclerodermia pueden causar que la piel se vuelva rígida y tensa. Otros tipos de esclerodermia afectan a los vasos sanguíneos y a los órganos principales tales como el corazón, los pulmones y los riñones.



Mantenga el sistema inmunológico bien estimulado

Es más frecuente en mujeres que en hombres y habitualmente ocurre entre los 30 y 50 años de edad. Hay dos tipos de esclerodermia: localizada y sistémica.

Esclerodermia localizada

Afecta principalmente a la piel. También puede afectar a los tejidos ubicados debajo de la piel como el tejido adiposo (la grasa), el tejido conectivo, los músculos y los huesos, pero no ataca los órganos internos. Generalmente se inicia entre los 7 y 10 años de edad y es un poco más común en niñas que en niños. Es menos común que comience en la edad adulta. Hay dos clases de esclerodermia localizada: la esclerodermia localizada morfea y la esclerodermia localizada lineal.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Esclerodermia localizada morfea

Consiste en la formación de una o más manchas ovaladas o irregulares de piel dura. Estas manchas son, usualmente, blanquecinas u oscuras y en ciertas ocasiones presentan un anillo enrojecido o amoratado alrededor de ellas. Dichas manchas se pueden formar en cualquier parte de la superficie del cuerpo. Esta clase de esclerodermia mejora sola, con el paso del tiempo.

Esclerodermia localizada lineal

La esclerodermia lineal presenta bandas o líneas de piel de mayor grosor sobre una parte del cuerpo, como en un brazo, una pierna o en la cabeza. Estas bandas pueden formarse en más de una parte del cuerpo y causar lesiones profundas y atrofia en los tejidos, afectando a los músculos y a los huesos ubicados debajo de la parte de la piel afectada. Estos cambios, musculares, óseos y cutáneos pueden limitar el movimiento normal de las articulaciones involucradas, así como también el crecimiento de los huesos y de los músculos subyacentes.

Esclerosis sistémica

La esclerosis sistémica, a la que también se la denomina esclerodermia sistémica, involucra varias partes del cuerpo, como la piel, los vasos sanguíneos, el sistema digestivo, el corazón, los pulmones, los riñones, los músculos y las articulaciones. En casos raros, la esclerosis sistémica afecta solamente a órganos internos, dejando la piel intacta. Esta variación es conocida como esclerosis sistémica sin esclerodermia.

La esclerosis sistémica se clasifica en dos grupos principales según el nivel en el que la piel esté afectada y puede ser limitada o difusa.

Esclerodermia limitada

Afecta a la piel de la cara, los dedos de las manos y las manos y no se extiende más allá de los codos o las rodillas. Los primeros síntomas en aparecer son habitualmente los del fenómeno de Raynaud y el engrosamiento de los dedos de las manos. Generalmente, estos síntomas se presentan varios años antes de que aparezcan señales o síntomas de daños a órganos internos y, por lo general, dichos daños son leves.

No obstante, en ciertas personas con escleroderma limitada, el fenómeno de Raynaud puede ser grave y los trastornos gastrointestinales podrían ser particularmente problemáticos. De igual forma, entre el 10 y el 20% de personas con escleroderma limitada también pueden presentar efectos graves en los pulmones, como hipertensión o fibrosis pulmonar.

El fenómeno de Raynaud ocurre cuando la circulación de la sangre de la piel disminuye como respuesta a bajas temperaturas o tensión emocional y como resultado, los dedos de las manos y de los pies se ponen morados. Esta condición

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

se presenta más comúnmente en los dedos de las manos, pero también puede desarrollarse en los dedos de los pies, las orejas o en la punta de la nariz. La disminución del flujo sanguíneo puede interferir en la curación de cortaduras y heridas pequeñas en las puntas de los dedos. Estas heridas pueden originar ulceraciones en la piel que pueden tardar de semanas a meses en curarse.

Síndrome de CREST

También puede presentarse en ciertas personas con escleroderma limitada. Las siglas CREST indican las características fundamentales de la enfermedad, que son: calcinosis, el fenómeno de Raynaud, dismotilidad esofágica (disfunción del esófago), esclerodactilia (esclerodermia presente solo en los dedos de las manos) y telangiectasia (la dilatación de capilares que aparecen como puntitos rojos en la piel).

Esclerodermia difusa

Generalmente se desarrolla súbitamente, con mayor engrosamiento de la piel que la escleroderma limitada. Es posible que afecte la piel de cualquier parte del cuerpo, especialmente en las manos, los brazos, los muslos, el pecho, el abdomen y la cara. Específicamente, puede causar cambios en la piel justo arriba de los codos y de las rodillas y también podría involucrar el torso. Puede causar comezón, menor flexibilidad y dolor acompañado de estiramiento de la piel. Otras partes del cuerpo, como los vasos sanguíneos, el corazón, las articulaciones, los músculos, el esófago, los intestinos y los pulmones podrían verse comprometidos. Sin embargo, la gravedad de daño en estos órganos internos varía. Este tipo de escleroderma puede originar problemas renales, resultando en presión alta, misma que si no se trata, desencadenaría insuficiencia renal. El daño causado por la esclerodermia en los pulmones se ha vuelto la causa principal de mortalidad debido a esta enfermedad.

Causas

La causa exacta de la esclerodermia es desconocida. La evidencia apoya la noción de que la esclerodermia es una enfermedad autoinmune que causa inflamación y posteriormente fibrosis en los tejidos, y que es un tipo único de enfermedad vascular de las arterias pequeñas. La sangre de la mayoría de las personas con esclerodermia contiene anticuerpos antinucleares (ANA), lo que apoya la idea de que ésta es una enfermedad autoinmune.

Los científicos afirman además, que las personas con esclerodermia producen demasiado tejido conectivo o de cicatrización, acumulándose en los tejidos y en las paredes de las arterias pequeñas.

El exceso de colágeno en los tejidos causa que la piel se engrose y puede provocar problemas al flexionar las articulaciones y reducir el rango su amplitud de movimiento. El colágeno adicional en los órganos internos, como el corazón, los pulmones o el tracto gastrointestinal, puede causar que éstos funcionen de manera irregular.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Síntomas

La esclerodermia afecta a cada persona de forma distinta. Se pueden manifestar cualquiera de los siguientes síntomas:

- Inflamación
- Cambios de varios tipos en la piel
- Esclerodactilia (endurecimiento de los dedos)
- Telangiectasia
- Calcinosis (nódulos blancos de calcio que aparecen debajo de la piel)
- Artritis y debilidad muscular
- Fatiga
- Problemas digestivos
- Resequedad de la boca, los ojos, la piel o la vagina
- Problemas pulmonares y cardíacos
- Problemas renales

Tratamiento

No existe un fármaco que cure la esclerodermia, pero los síntomas y las señales pueden recibir tratamiento. Cada tratamiento se enfoca en un órgano específico y puede mejorar la calidad de vida y la supervivencia. Dado que la implicación de los órganos y la gravedad de la enfermedad varían, consecuentemente, cada paciente necesita un tratamiento diseñado cuidadosamente para enfocarse en cada aspecto específico.

Hábitos higiénico-dietéticos

Se debe consumir una dieta rica en hidratos de carbono en forma de granos enteros, frutas y verduras, y baja en grasas animales. Asimismo, un aumento en el consumo de pescado rico en ácidos grasos omega-3 disminuirá la inflamación en el cuerpo y promover el funcionamiento inmunológico saludable. En la medida de lo posible, se deben evitar alimentos picantes, el alcohol y cualquier otro factor que pueda causar acidez estomacal.

La actividad física es una forma importante de mantenerse saludable. El ejercicio ayuda a mantener la piel y las articulaciones flexibles, mejorar el flujo sanguíneo y prevenir contracturas (acortamiento de los músculos y rigidez de las articulaciones).

Los terapeutas ocupacionales y los fisioterapeutas pueden enseñar a los pacientes maneras de aliviar el dolor y de incrementar la funcionalidad: pueden recomendar dispositivos de ayuda que pueden hacer que las actividades cotidianas sean más fáciles y maneras de proteger la piel para mantener la circulación sanguínea en la misma y prevenirla de lesiones. El conservar abrigado el cuerpo ayuda a abrir los vasos sanguíneos en los brazos, las manos, las piernas y los pies.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Otras medidas para proteger la piel son:

- Evitar bajas temperaturas.
- Vestirse en capas, conservando el torso abrigado.
- Evitar detergentes fuertes u otras sustancias que pueden reseca e irritar la piel. Utilizar jabones, cremas y aceites de baño diseñados para prevenir la sequedad.
- Reducir lesiones en áreas con acumulaciones de calcio.

Complementos alimenticios

Sistema inmune

Omega 3-6-7-9 (Nutrinat Evolution): Ejercen funciones inmunoregulatoras, siendo especialmente beneficiosos en enfermedades autoinmunes. Asimismo, ayudan a mejorar la circulación.

Vitamina D3 2.000 UI (Terranova)

Hongos medicinales: Mediante micoterapia, la finalidad del tratamiento es modular el sistema inmunológico y reducir el proceso inflamatorio derivado de la respuesta autoinmune. En este sentido, pueden ser útiles:

El extracto de **Champiñón del Sol, extracto puro (Hawlik)** es inmunoregulator.

Antiox Care® (Nutrinat Evolution), que contiene:

- Antioxidantes (vitaminas C y E, betacaroteno, bioflavonoides, zinc, selenio y Coenzima Q10): Ayudan a disminuir el estrés oxidativo y mejoran la circulación.
- Vitamina D: Útil por sus efectos inmunoregulatoros. También inhibe el crecimiento de fibroblastos y la síntesis de colágeno en esta enfermedad.

Sistema digestivo (gástrico)

Gastric Optim (Nutrinat Evolution) para combatir la pirosis gástrica derivada de la disfunción esofágica.

Digest Spectrum (Enzymedica): contiene enzimas necesarias para favorecer la digestión de fructosa y fenoles.

Sistema digestivo (intestinal)

Probióticos como ImmuProbio™ (HealthAid)/MagniProbio Complex con FOS (Terranova): Promueven la salud gastrointestinal, muchas veces afectada por esta patología.

Permeability Care (Nutrinat Evolution): Contribuye a la protección y mantenimiento de la integridad de la mucosa intestinal.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Dolor e inflamación

Inflam Care® (Nutrinat Evolution): Ayuda a aliviar el dolor y la inflamación además de favorecer la eliminación del exceso de tejido.

El extracto de **Reishi, extracto puro (Hawlik)** tiene capacidad antiinflamatoria.

FENÓMENO DE RAYNAUD

Vitamina C Plus (Nutrinat Evolution): Contribuyen a la formación normal de colágeno para una función saludable de los vasos sanguíneos, mejorando el flujo de la sangre.

L-Arginina 500 mg (HealthAid): Es capaz de revertir el daño a los tejidos que causa el fenómeno de Raynaud, mejora los síntomas y subsecuentes episodios. Además, estimula la producción de óxido nítrico que mantiene las arterias abiertas y relajadas.

Circu Optim® (Nutrinat Evolution), que contiene, entre otros:

- **Castaño de Indias:** Extracto de castaño de indias estandarizado para contener un mínimo de 20% en escina. El castaño de indias es tonificante de la circulación sanguínea, además de antiinflamatorio y antiedematoso.
- **Diosmina y hesperidina:** Flavonoides cítricos con propiedades venotónicas y vasoprotectoras. Favorecen el drenaje linfático y ejercen un efecto antiinflamatorio natural.
- **Cayena:** El fruto de la cayena contiene una oleorresina constituida por capsaicinoides que presentan acción analgésica y antiinflamatoria.
- **Rusco:** Además de su acción como protector capilar, estimula la diuresis, ayudando a remitir la retención de líquidos y los edemas, generadores ambos de pesadez en las piernas.

V-Vein® (HealthAid), que contiene:

- **Ginkgo:** Particularmente eficaz para mejorar los problemas circulatorios, permitiendo la dilatación venosa, arterial y de los capilares. Aumenta la microcirculación y la viscoelasticidad sanguíneas, previniendo la aparición de trombos.
- **Jengibre:** El jengibre mejora los problemas de circulación. También se considera un alimento "caliente", que provee al cuerpo con el calor adicional en condiciones de frío.

Vitamina E natural 200 UI (HealthAid): Es bien conocida como un agente para la salud de la piel, pero también puede proteger la integridad de otras células, especialmente de los vasos sanguíneos. Por esa razón, la vitamina E es muy importante en el tratamiento natural del síndrome de Raynaud, para asegurarse de que el oxígeno puede pasar con facilidad y eficacia a través de los vasos sanguíneos.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD

El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.