

La SEMAIS recomienda que los pacientes con enfermedades autoinmunes extremen las medidas preventivas durante la Navidad

- El vicepresidente segundo de la Sociedad Española Multidisciplinar de Enfermedades Autoinmunes Sistémicas (SEMAIS), Dr. Ricard Cervera, aconseja, dado el actual “boom” de los virus respiratorios, adoptar medidas preventivas propias de la pandemia como el uso de mascarilla facial o el mantenimiento de la distancia interpersonal, entre otros
- Es muy importante mantener unos hábitos saludables en época navideña, sin excesos ni cambios drásticos respecto a la vida cotidiana habitual, para no “estresar” el sistema inmunitario y correr el riesgo de presentar rebotes o empeoramientos de la enfermedad

Madrid, 21 de diciembre de 2022.- La Sociedad Española Multidisciplinar de Enfermedades Autoinmunes Sistémicas (SEMAIS) aconseja a los pacientes con enfermedades autoinmunes extremar las medidas preventivas ampliamente difundidas durante la pandemia de Covid-19, como el uso de mascarilla o la higiene de manos, durante las fiestas navideñas.

En palabras del vicepresidente segundo de la SEMAIS y jefe del Servicio de Enfermedades Autoinmunes del Hospital Clínic de Barcelona, Dr. Ricard Cervera, dado que en estas fechas está previsto que continuemos en pleno “boom” de los virus respiratorios, es recomendable tomar este tipo de medidas adicionales, especialmente en aquellos pacientes que estén bajo un tratamiento inmunodepresor.

Más allá de cuidar la ventilación de las estancias o de mantener una distancia con otras personas, el Dr. Cervera recuerda la necesidad de evitar excesos acordes a estas fechas, como los atracones o una mala gestión del sueño y el descanso, que pueden repercutir negativamente en el sistema inmune de estos pacientes. Según explica, el sistema inmunitario es muy sensible a las situaciones estresantes, como los excesos de cualquier tipo. “Ello es debido a que las células nerviosas producen unas moléculas llamadas neurotransmisores que pueden activar los mecanismos de la autoinmunidad y desencadenar brotes o empeoramientos de las enfermedades autoinmunes”, indica el Dr. Cervera.

El experto precisa que, si bien todas las enfermedades autoinmunes pueden alterarse, aquellas que cursan con brotes inflamatorios, como el lupus eritematoso sistémico o las vasculitis sistémicas, son especialmente sensibles a las situaciones estresantes. De esta forma, el Dr. Cervera destaca la importancia de mantener unos hábitos saludables, sin

excesos ni cambios drásticos respecto a la vida cotidiana habitual para no “estresar” el sistema inmunitario y correr el riesgo de que los pacientes presenten rebrotes o empeoramientos de su enfermedad.

Balance de 2022

En este último año, se han dado nuevos pasos en el abordaje de las enfermedades autoinmunes sistémicas, como la remisión del lupus eritematoso sistémico en cinco pacientes mediante terapia CAR-T. Particularmente, la SEMAIS destaca en su balance de 2022, que se han empezado a implementar las redes de centros de referencia oficiales en enfermedades autoinmunes sistémicas, los denominados CSUR (Centros, Servicios y Unidades de Referencia) del Sistema Nacional de Salud. Tal y como asegura el Dr. Cervera, “es de esperar que su desarrollo completo en los próximos meses ayude a un mejor control y tratamiento de los pacientes afectos de estas enfermedades en nuestro país”.

Sobre SEMAIS

La Sociedad Española Multidisciplinar de Enfermedades Autoinmunes Sistémicas (SEMAIS) se constituye en 2021 con el objetivo de promover la investigación, el conocimiento, la educación y la conciencia pública sobre estas patologías. La sociedad tiene entre sus objetivos integrar a todas las especialidades médicas que participan en el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de estas enfermedades, para mejorar así la salud y la calidad de vida de los pacientes. Desde esta perspectiva multidisciplinar, SEMAIS se compromete a impulsar proyectos de investigación y formación focalizados en la prevención, el diagnóstico, la terapia, la rehabilitación y la educación en beneficio de los especialistas, pacientes y público en general.

Contacto para medios

María Gallardo / Joaquín Soto (BERBÉS)

mariagallardo@berbes.com / joaquinsoto@berbes.com

678 54 61 79 / 637 55 64 52