

Estándares de cuidado de la artrosis

Translation into:	Spanish (Castilian)
Completed by:	Loreto Carmona
Email:	lcarmona.inmusc@gmail.com
SOC 1	Las personas con síntomas de artrosis deberían tener acceso a un profesional de la salud con competencias para realizar un diagnóstico diferencial.
SOC 2	En las personas con síntomas de artrosis se debería evaluar, tanto en el momento del diagnóstico como ante cualquier empeoramiento significativo <ul style="list-style-type: none"> • el dolor • la función física • la actividad física • el IMC • la capacidad para realizar sus tareas y para trabajar
SOC 3	Las personas con artrosis deberían recibir un plan de tratamiento con un objetivo de tratamiento consensuado entre ellos mismos y un profesional de la salud.
SOC 4	Las personas con artrosis deberían tener acceso a los diferentes profesionales sanitarios como terapeutas ocupacionales o fisioterapeutas si ello fuera necesario para tratar sus síntomas y lograr un funcionamiento óptimo en su vida diaria así como su participación en sus actividades sociales.
SOC 5	Las personas con artrosis deberían lograr un control óptimo del dolor con medidas farmacológicas y no farmacológicas.
SOC	Las personas con artrosis deberían lograr un funcionamiento óptimo con medidas farmacológicas y no farmacológicas.

SOC 7	De recibir tratamiento con AINE o aspirina, las personas con artrosis deberían ser evaluadas en cuanto a su riesgo de sangrado gastrointestinal, cardiovascular y renal.
SOC 8	<p>Las personas con artrosis, en los 3 meses tras el diagnóstico, deberían recibir información adaptada a sus necesidades por parte de profesionales de la salud sobre</p> <ul style="list-style-type: none"> • su enfermedad y todos los aspectos de vivir con artrosis y su manejo, por escrito y en un formato adecuado y adaptado a la persona, de forma oportuna y adecuada a sus necesidades. • el beneficio del ejercicio y la actividad física y deberían ser instruidos en cómo hacer ejercicio de forma apropiada. • ayudas, dispositivos y otros objetos que permitan la adaptación al entorno. • los principios ergonómicos y los métodos basados en la actividad para mejorar su funcionamiento en la vida cotidiana y su participación en actividades sociales. • la importancia de un peso corporal ideal. • el papel de los analgésicos - sus beneficios y riesgos potenciales. • un hábito de vida saludable (como la suspensión del consumo de cualquier tipo de tabaco, un consumo moderado de alcohol, la actividad física, una dieta saludable o el manejo de los trastornos del sueño si fuera necesario). • la prevención de accidentes y lesiones. • los grupos de apoyo y asociaciones de pacientes. • cuando plantearse la cirugía. • opciones de tratamiento adicionales siempre y cuando a algunas personas les resulten útiles.
SOC 9	Las personas con artrosis deberían recibir información sobre cómo reducir peso si es necesario.
SOC 10	En las personas con artrosis que no responden al tratamiento farmacológico y no farmacológico se debería considerar la intervención quirúrgica. Si finalmente se derivan a cirugía, deberían ser vistos por un cirujano ortopédico en un plazo razonable.

Lo que esto significa para usted y para su artrosis ...

1	¿Me diagnosticó la artrosis un profesional de la salud?
2	¿Se me evalúan de forma periódica mis síntomas y mi funcionamiento en la vida diaria?
3	¿Tengo un objetivo de tratamiento y su correspondiente plan de tratamiento?
4	¿Tengo la oportunidad de recibir apoyo si es necesario de profesionales de la salud como reumatólogo, nutricionista, médico general, enfermera, terapeuta ocupacional, fisioterapeuta, psicólogo y trabajador social?
5	¿Sé cómo controlar el dolor relacionado con mi artrosis?
6	¿Sé cómo sacar el máximo partido de mi función física a pesar de tener artrosis?
7	¿Alguien me ha evaluado en lo referente a posibles riesgos asociados al tratamiento?
8	<p>¿Entiendo mi enfermedad y mi papel en su manejo?</p> <p>¿Me han ofrecido información en diferentes formatos y/o educación acerca de mi enfermedad?</p> <p>¿Me han informado acerca de cómo vivir con artrosis y de su manejo?</p> <p>¿Me han informado acerca de un estilo de vida saludable?</p> <p>¿Me han informado sobre ejercicios específicos para mí?</p> <p>¿Me han informado sobre medicamentos para aliviar el dolor - sus beneficios y sus riesgos potenciales?</p> <p>¿Sé en qué medida me puedo beneficiar de mi programa de ejercicios?</p> <p>¿Me han informado, asesorado y formado en ayudas, dispositivos y principios ergonómicos para mejorar la</p>

	función en la vida cotidiana y mi participación en actividades sociales?
9	Si tengo un IMC por encima de 27, ¿Se me ha informado sobre cómo reducir peso?
10	¿Me han informado sobre cuándo se debería plantear la cirugía, lo que implica, sus beneficios y riesgos?