



El lupus y las mujeres

El lupus es una enfermedad autoinmune crónica que puede causar daño, dolor e inflamación en muchas partes del cuerpo, como las articulaciones, la piel, los riñones, el corazón, los pulmones, los vasos sanguíneos, el sistema nervioso y el cerebro. Alrededor de 9 de cada 10 adultos con lupus son mujeres de entre 15 y 44 años. Las mujeres afroamericanas tienen un riesgo tres veces mayor de sufrir lupus, y es más común en las mujeres hispanas, asiáticas y nativas americanas y de Alaska. No hay cura para el lupus, pero sí tratamientos que pueden ayudarte a sentirte mejor y mejorar tus síntomas.

P: ¿De qué manera afecta el lupus a las mujeres?

R: Algunas mujeres con lupus solo tienen síntomas leves. Pero en otras mujeres el lupus puede causar problemas graves. Las mujeres de color tienen más probabilidades de sufrir síntomas graves que aparecen cuando son más jóvenes. El lupus también eleva el riesgo de las mujeres de sufrir otros problemas de salud, como enfermedades cardíacas, osteoporosis o enfermedades renales. Las mujeres con lupus que tienen pensado quedar embarazadas deben tener especial cuidado en el manejo de sus síntomas.

P: ¿Cuáles son los síntomas del lupus?

R: Diferentes personas que padecen lupus tienen diferentes síntomas, que pueden ser leves o más graves por momentos. Los síntomas del lupus suelen ir y venir, y suelen empeorar por momentos y luego mejorar. Los síntomas comunes incluyen:

- Dolor muscular y en las articulaciones
- Fiebre
- Sarpullidos, como un sarpullido en forma de mariposa que puede aparecer en la nariz y las mejillas
- Dolor en el pecho al respirar hondo
- Pérdida del cabello
- Sensibilidad al sol o a la luz

- Problemas renales
- Llagas en la boca (por lo general sin dolor)
- Sentirse muy cansada
- Anemia (pocos glóbulos rojos)
- Problemas de memoria
- Coagulación
- Enfermedades de la vista (ojos secos, inflamación o eritemas en los párpados)

P: ¿Qué puedo hacer para controlar mis síntomas?

R: No hay cura para el lupus, pero sí tratamientos que pueden ayudarte a sentirte mejor. Saber qué situaciones desencadenan los síntomas de lupus puede ayudarte a manejarlos mejor. El tratamiento depende de tus síntomas, y puede incluir:

- Tomar medicamentos para reducir la inflamación y el dolor, calmar a tu sistema inmunitario y reducir el daño a las articulaciones u órganos
- Reducir el estrés
- Limitar la cantidad de tiempo que pasas al sol
- Elegir alimentos saludables, dormir lo suficiente y hacer actividad física

P: ¿Cómo se da cuenta mi médico de si tengo lupus?

R: El lupus puede ser difícil de diagnosticar porque tiene muchos síntomas que suelen confundirse con los síntomas de otras enfermedades. Además, no hay una prueba que permita saber si una persona tiene lupus. Pero tu médico puede averiguar si tienes lupus preguntándote acerca de tus antecedentes médicos y familiares y mediante un examen físico y análisis de sangre. Tu médico también puede hacerte una biopsia para extraer una muestra de tejido de tu piel o riñón para observarla con un microscopio.

P: Tengo lupus. ¿Es seguro que quede embarazada?

R: Sí. Es seguro para las mujeres con lupus quedar embarazadas. Pero deberás coordinar tu atención estrechamente con tu médico, porque el lupus aumenta el riesgo de problemas que pueden producirse en el embarazo.

- Tu enfermedad debe estar bajo control o en remisión durante seis meses antes de que intentes quedar embarazada. Quedar embarazada con el lupus activo puede resultar en un aborto espontáneo o en la muerte del niño al nacer.
- Las pacientes embarazadas con lupus con antecedentes de enfermedad renal tienen un riesgo más alto de

preeclampsia, una afección que puede desencadenar un parto prematuro.

- Las mujeres embarazadas con lupus corren mayor riesgo de tener hipertensión arterial, diabetes y problemas renales, especialmente si toman medicamentos llamados corticoesteroides.
- Aunque muchas mujeres con lupus tienen embarazos normales, todas las mujeres con lupus embarazadas se tratan como embarazos “de alto riesgo”. Esto significa que hay más probabilidades de que se produzca algún problema durante el embarazo. No significa que habrá problemas.

Para obtener más información...

Para obtener más información sobre el lupus, llama a la línea de ayuda de la OWH al 800-994-9662 o comunícate con las siguientes organizaciones:

Instituto Nacional de Alergias y Enfermedades Infecciosas

Teléfono: 866-284-4107 • www.niaid.nih.gov

Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel

877-226-4267 • www.niams.nih.gov

Lupus Research Alliance

800-867-1743 • www.lupusresearch.org

American Autoimmune Related Diseases Association

586-776-3900

800-598-4668 (solicitudes de bibliografía) • www.aarda.org

Lupus Foundation of America

800-558-0121 • www.lupus.org

La Oficina para la Salud de la Mujer agradece las revisiones adicionales de:

- Maria Lourdes Villalba, M.D., Medicina Interna y Reumatología, funcionaria médica, Administración de Alimentos y Medicamentos
- Personal del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel

El material de esta página no tiene restricciones de derechos de autor, y se puede copiar, reproducir o duplicar sin autorización de la Oficina para la Salud de la Mujer en el Departamento de Salud y Servicios Humanos. Se agradece citar la fuente.

Última actualización de la página: 16 de mayo de 2017.

Última revisión del contenido: 24 de enero de 2017.



www.facebook.com/HHSOWH



www.twitter.com/SaludDLaMujer



www.youtube.com/WomensHealthgov

espanol.womenshealth.gov | 1-800-994-9662

