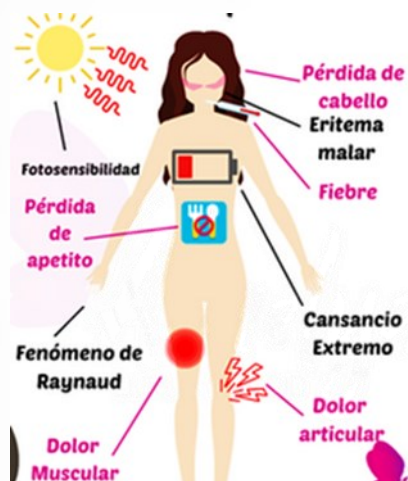


LUPUS ERITEMATOSO

Enfermedad autoinmune crónica que puede afectar (piel, articulaciones, riñones, cerebro)

- El **S.I** ataca erróneamente al propio cuerpo, causando inflamación y daño.



Estrategias de manejo para fortalecer el autocuidado

- Educación y autoconocimiento**
- Adaptación del estilo de vida:** actividad física
- Establecer límites:** reducir estrés y fatiga.
- Actividades de bienestar emocional:** técnicas de relajación y meditación

Detección temprana

- Conciencia de los síntomas:** conocer signos y síntomas para buscar atención médica
- Revisiones médicas regulares**
- Pruebas diagnósticas:** detectar la enfermedad en etapas iniciales

Adherencia al tratamiento

- Educación sobre los medicamentos
- Recordatorios y organización para la toma regular de medicamentos
- Comunicación abierta con el médico
- Apoyo social

Enfoque integral

Salud Física

Ejercicio moderado, dieta equilibrada y descansar adecuadamente

Salud Mental

Técnicas de relajación y apoyo psicológico para el manejo de estrés



Salud Emocional

Expresar las emociones y apoyo social



ENFERMEDADES AUTOINMUNES



Código: PGEC-FLL-01

Fecha de Aprobación: 22/07/2025

Versión: 01

PBX: 3168343174

gerencia@clinicalhouse.co

Avenida 1E #11 - 152 Quinta Vélez

SISTEMA INMUNITARIO

- Sistema de seguridad del cuerpo.
- Detecta ([virus](#), [bacterias](#) o toxinas)



Glóbulos blancos eliminan las infecciones y enfermedades

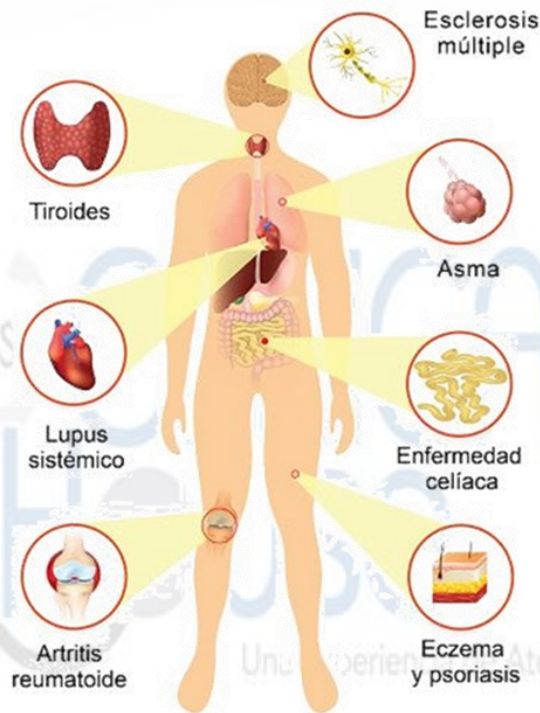
ENF. AUTOINMUNES

Se producen cuando el [sistema inmunitario](#) ataca por error al propio cuerpo, dañando tejidos y órganos sanos.

FACTORES DE RIESGO

- **Genética:** predisposición hereditaria
- **Edad**
- **Antecedentes familiares**
- **Sexo:** mujeres por factores hormonales
- **Infecciones virales o bacterianas**
- **Exposición ambiental:** químicos, toxinas y contaminantes
- **Estilos de vida:** fumar, estrés crónico y dieta poco saludable

ENFERMEDADES AUTOIMMUNES



ARTRITIS REUMATOIDE

Enfermedad inflamatoria crónica que afecta principalmente las articulaciones, causando dolor, hinchazón y rigidez.

Síntomas



Esclerosis

Endurecimiento de un órgano o tejido debido a un aumento anormal de tejido conectivo.

El **S.I** ataca la capa protectora de los nervios (mielina) e interrumpe la comunicación entre el cerebro y el cuerpo.

Síntomas



Diabetes Mellitus I

Enfermedad crónica en la cual el páncreas produce poca o ninguna insulina.

El **S.I** ataca y destruye las células beta del páncreas, encargadas de producir insulina.

Síntomas

