

# Recomendaciones:

- ❑ Si tiene dolor y/o discapacidad musculoesquelética busque ayuda en un médico reumatólogo.
- ❑ Toda persona con enfermedad reumática debe conocer/entender su enfermedad.
- ❑ Toda persona con enfermedad reumática debe hacer ejercicio físico y debe tener un peso adecuado.
- ❑ Toda persona con enfermedad reumática debe saber como utilizar correctamente los analgésicos y los anti-inflamatorios.