

ARTROSIS - OSTEOARTRITIS

La Artrosis u Osteoartritis (OA) es la forma más común de Artritis, es un trastorno crónico caracterizado por la alteración del cartilago articular (membrana que recubre al hueso) lo que conlleva a un trastorno de la articulación lo que produce dolor, rigidez, hinchazón y dificultad para mover la articulación.

Es la más común de todas las enfermedades articulares, es una enfermedad universal que se presenta en ambos sexos, por lo general comienza después de los 40 años y se cree que hasta el 50% de individuos mayores de 60 años estarán afectados. Se pueden afectar todas las articulaciones del cuerpo pero es más frecuente en las manos, a diferencia de otros tipos de artritis como la Artritis Reumatoidea esta enfermedad no afecta otros órganos, es decir que no es una enfermedad sistémica.

Factores de riesgo para la Osteoartritis.

Actualmente no se conoce la causa de la OA, pero se han descrito algunos factores de riesgo como:

- Historia familiar
- Exceso de peso (Obesidad)
- Traumatismos de las articulaciones
- Debilidad muscular
- La presencia de otros tipos de artritis
- Factores hereditarios

En algunas familias la OA puede ser transmitida por herencia de una generación a otra, es por esto que la presentación de lesiones de artrosis en manos suele ser frecuente en algunos grupos familiares.

Los estudios indican que la obesidad aumenta el riesgo de desarrollar artrosis de rodillas, esto es más frecuente en mujeres que en varones, por este motivo se debe evitar el sobrepeso.

Los traumatismos articulares o el uso excesivo de una articulación podría predisponer al desarrollo de artrosis, algunos deportistas suelen desarrollar síntomas de OA por el uso repetido de la articulación.

La presencia de otras enfermedades también puede predisponer el desarrollo de OA, así los pacientes con artritis reumatoidea tienden a aumentar los cambios de OA en las articulaciones afectadas.

Manifestaciones de la Enfermedad

La enfermedad suele iniciarse habitualmente después de la cuarta a quinta década de la vida, se puede afectar cualquier articulación sin embargo es mucho más común en las manos, la queja habitual es el dolor, que se localiza en la articulación afectada o puede ser referido como es el de cadera que se irradia hacia rodillas o nalgas. Habitualmente las articulaciones afectadas por OA duelen más después de usarlas en exceso o después de periodos de inactividad, los pacientes refieren dificultad para mover las articulaciones afectadas al levantarse por la mañana, los crujidos articulares también son comunes, el movimiento de las articulaciones puede producir dolor.

Dr. Carlos Rios Acosta
Reumatólogo
CERER, Centro de Reumatología
y Rehabilitación
Hospital Clínica Kennedy,
Torre Norte 5 piso. Ofc 509-511



La OA de los dedos de las manos es una de las más frecuentes, los pacientes pueden presentar dolor, hinchazón y algunas veces deformidad de las articulaciones, algunos pacientes pueden presentar nódulos, los que se localizan en las articulaciones distales de la mano se llaman nódulos de Heberden y los que se presentan en la parte media nódulos de Bouchard. (Foto 1)



(Foto 1) Osteoartritis, deformidades en las articulaciones distales de ambas manos.

Diagnóstico

Al igual que la mayoría de las enfermedades reumáticas, la OA se diagnostica por las manifestaciones clínicas que presenta el paciente, el especialista en reumatología valora la historia del paciente y los hallazgos del examen físico para confirmar el diagnóstico.

Los estudios de Laboratorio clínico se utilizan para valorar el estado del paciente, no hay una prueba de laboratorio para establecer el diagnóstico de OA, las radiografías son importantes en la evaluación del paciente ya que nos ayudan a confirmar el diagnóstico y evaluar el daño de las articulaciones.

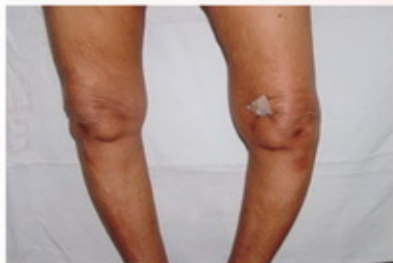
Cuando los pacientes presentan inflamación de grandes articulaciones como la rodilla (Foto 2), en algunas ocasiones es necesario realizar un aspirado del líquido articular, un procedimiento a través de la cual se extrae y se examina el líquido de las articulaciones afectadas, esto podría utilizarse también con el fin de descartar otras enfermedades.

TRATAMIENTO

La OA es una enfermedad crónica que no tiene cura definitiva los objetivos del tratamiento son:

- Disminuir el dolor y la rigidez de la articulaciones.
- Mejorar la movilidad y preservar la función de las mismas.

ARTROSIS OSTEOARTRITIS



(Foto 2) Osteoartritis de rodillas, trastornos de alineación.

Al igual que en otras enfermedades reumáticas la educación es primordial en el tratamiento de todas las enfermedades reumatológicas.

Como la enfermedad puede afectar cualquier articulación, el plan de tratamiento es individualizado, las medidas generales incluyen: control adecuado del peso, un plan de ejercicios y fisioterapia que se ajuste a la necesidad del paciente.

El dolor es la principal manifestación de la **OA**, por lo tanto los pacientes deberán recibir terapia específica para el mismo, teniendo precaución que algunos pacientes suelen tener enfermedades asociadas como: hipertensión arterial, insuficiencia cardíaca, insuficiencia renal, diabetes, entre otras.

Los analgésicos son medicamentos que alivian el dolor, el paracetamol es el más común de ellos, tiene pocos efectos secundarios y puede ser utilizado por periodos de tiempo prolongado, cuando el dolor no cede a los analgésicos se deben utilizar antiinflamatorios.

Los antiinflamatorios (AINES), ayudan a reducir el dolor y la inflamación de las articulaciones, existen muchas clases de ellos, algunos son de venta libre y otros bajo prescripción médica, se sabe que los antiinflamatorios podrían provocar algunos eventos adversos como: problemas gástricos, cardiovasculares, renales, por este motivo deben ser indicados por un médico

Se debe dejar claro que la automedicación o la indicación de medicación por personal no médico puede producir complicaciones.

El sulfato de glucosamina puede ser útil en el tratamiento de la **OA**, la glucosamina ha demostrado que puede disminuir el dolor y en algunos casos mejorar la función articular.

La rehabilitación es un pilar fundamental del tratamiento de la **OA**, la evaluación del médico Fisiatra es necesaria para iniciar un plan que le permita al paciente:

- Mejorar la fuerza y el rango de movimiento.
- Proporcionar dispositivos de asistencia tales como: bastones, muletas, plantillas y otros.
- Enseñarle como utilizar las terapias de calor, frío, uso adecuado de las articulaciones y la conservación de energía.