

La Artritis



DR. CARLOS VALLEJO FLORES

Reumatólogo

Quito: Av. República del Salvador # 890 y Suecia

Edf. Delta, 2do. Piso - Telf.: 02 2465022 - Cel.: 098386379

e-mail: cvallejo56@hotmail.com



La artritis es el dolor y la tumefacción (hinchazón) de las articulaciones. Existen un sin número de formas clínicas de artritis y enfermedades relacionadas. Son más de 100, entre las que afectan el sistema óseo, las articulaciones, los músculos y los tejidos que las sostienen. Las señales de alerta pueden ser dolor, hinchazón, rigidez o dificultad para mover la articulación.

De entre las múltiples enfermedades reumáticas la más devastadora para las articulaciones y para la salud integral de una persona es la **Artritis Reumatoidea (AR)**.

No se conocen las causas que producen esta enfermedad, razón por la que no es prevenible, es una enfermedad crónica, sistémica o sea que afecta a todo el organismo. Hay que destacar también que la AR no tiene cura, por lo que se busca que quien la padece entre en un período de remisión, es decir que este sin síntomas y signos por períodos prolongados. Los pacientes con AR tienen una respuesta anormal del sistema inmunológico, por lo que se considera una enfermedad autoinmune.

El diagnóstico de esta enfermedad se lo hace con la historia clínica. Las caracte-

terísticas del dolor que el paciente experimenta y que da a conocer al médico tratante y la exploración física minuciosa buscando los signos propios de la inflamación, permite establecer el diagnóstico, los datos de la laboratorio ayudarán a establecer el tipo de Artritis que sufre el paciente. Los distintos métodos de imagen como la radiología, resonancia magnética, ecosonografía, permiten definir el estado de las articulaciones y la extensión de las lesiones, lo que facilitará decidir el tipo de tratamiento a seguir.

Por eso, cada paciente con AR debe ser tratado en forma individual. Los objetivos del tratamiento son: disminuir la inflamación, mantener al paciente, en lo posible sin dolor, disminuir o detener el daño de las articulaciones, mejorar la capacidad funcional y mantener una calidad de vida óptima.

“Un paciente con un buen tratamiento puede hacer una vida totalmente normal”, pues se pretende que este desempeñe su actividad de diversa índole sin problema alguno. Las mujeres que padecen de AR pueden tener hijos en forma normal, deberán estar, de ser posible, en períodos de remisión y sin medicamentos que puedan afectar al niño. El Reumatólogo debe conocer

cuando se planea tener hijos para hacer un control adecuado del embarazo. Las personas afectadas por esta enfermedad pueden hacer ejercicios tales como la caminata, bicicleta, natación, taichi, yoga y otros. Se deberá evitar ejercicios de alto impacto o con peso ya que esto resultaría contraproducente.

En cuanto a la alimentación no se restringe nada, aunque algunos pacientes pueden tener aumento de dolor con consumo de carnes rojas, pero son casos excepcionales. “El cigarrillo y el alcohol no se deben consumir bajo ningún punto de vista pues son causantes del deterioro inminente de la salud de los pacientes, con graves consecuencias a futuro”.

Tenga en cuenta que la AR afecta a pacientes que están entre los 30 y 50 años de edad pero que también se presenta en gente muy joven (**Artritis Reumatoidea Juvenil**). Por eso, si una persona siente dolor articular, hinchazón de más de 3 articulaciones, rigidez de sus articulaciones al momento de despertarse, no puede doblar las manos, se fatiga o está decaída. Debe someterse a consulta médica con un Reumatólogo.

La salud es importante, no permita que esta se deteriore, si siente algún síntoma inherente a la Artritis no lo deje pasar por alto, acuda inmediatamente al Reumatólogo, es mejor prevenir que lamentar, y si ya tiene esta enfermedad no se deje vencer por la misma. Con un buen tratamiento, el cuidado de su médico Reumatólogo y la ayuda de su familia puede llevar una vida plena con alegría y sin complicaciones.