

# ARTROSIS OSTEOARTROSIS

La Artrosis u Osteoartrosis (OA) es la forma más común de Artritis. Es un deterioro crónico caracterizado por la alteración del cartilago articular (membrana que recubre el hueso) que produce un trastorno de la articulación con dolor, rigidez, hinchazón y dificultad de movimiento.

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

## FACTORES DE RIESGO

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

- > Historial familiar.
- > Exceso de peso (obesidad).
- > Traumatismo de las articulaciones.
- > Debilidad muscular.
- > La presencia de otro tipo 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 traumatismos articulares o el uso excesivo de una articulación podría predisponer al desarrollo de la OA. Algunos deportistas suelen desarrollar síntomas de OA por el uso repetido de la articulación.

## MANIFESTACIONES

La enfermedad suele iniciarse habitualmente después de la cuarta a quinta década de vida, 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 que puede ser referido como es el de la cadera que se irradia hacia las 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.

La OA de los dedos de las manos es una de las más frecuentes, los pacientes pueden presentar dolor, hinchazón y a 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 Herberden y los que se presentan en la parte media nódulos de Bouchard.

## DIAGNÓSTICO

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

Los estudios del laboratorio clínico se utilizan para valorar el estado del paciente puesto que no hay una prueba de laboratorio para establecer el diagnóstico de OA. Las radiografías son importantes en la evaluación del paciente ya que nos ayuda a confirmar el diagnóstico y determinar el daño articular.

Cuando presentan inflamación de grandes articulaciones como la rodilla, en ocasiones es necesario realizar un aspirado, un procedimiento a través del cual se extrae y se examina el líquido de las articulaciones afectadas. Esto se utiliza 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 las articulaciones.
- Mejorar la movilidad y preservar la función de las mismas.

Al igual que en otras enfermedades reumáticas la educación es primordial. Como la enfermedad puede afectar cual-

quier 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 deberán recibir terapia específica para el mismo, teniendo precaución, ya que algunos suelen tener alguna enfermedad adicional: 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 los antiinflamatorios.

Los antiinflamatorios (AINE's), 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, y deben ser indicados por un médico.

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 de rehabilitación 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 y frio, uso adecuado de las articulaciones y la conservación de energía.

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