Artrosis

¿Cuáles son los síntomas?

La enfermedad evoluciona en varias fases. Con el tiempo, además del entumecimiento aparece el dolor como síntoma principal. Después de un tiempo de reposo (sentado o acostado), si usted padece una artrosis, puede notar que le cuesta empezar a mover la articulación enferma, por el dolor y que ésta se ha vuelto rígida. Ambos van desapareciendo con la continuidad del movimiento. Por ejemplo, la cadera afectada despierta dolor inguinal (no en la espalda), en el muslo y aún la rodilla (confunde al paciente quien piensa que el problema está en esa articulación). Con el tiempo y mayor deterioro, puede aparecer dificultad para levantarse de una silla, caminar, subir o bajar de un vehículo o escaleras, y aún dolor incluso en reposo. Dependiendo de la articulación comprometida y la etapa de la enfermedad pueden aparecer crujidos, inflamación y debilidad muscular (por ej. "muslo adelgazado") con sensación de inestabilidad y deformidad.

Después de los 35 años, 2 de cada 10 personas pueden tener radiografías con hallazgos de artrosis, sobre todo a nivel de la columna vertebral, y sin síntomas. Por tal motivo, una radiografía con "artrosis" no significa dolor originado por la enfermedad. Su médico (mejor si es un reumatólogo) deberá reconocer de donde procede la molestia.

¿Qué la causa y como se diagnostica?

Causas

Existen factores que la favorecen como ser:

-Envejecimiento: el desgaste de una articulación y la menor capacidad de recuperación de los tejidos al aumentar la edad condicionan que la Artrosis sea frecuente en personas mayores.

-Herenia o predisposición familiar.

-Sexo: Femenino: mayor posibilidad de presentar artrosis de manos y rodillas. Masculino: desarrollo más frecuente de artrosis de cadera.

-Sobrepeso corporal u obesidad: ambos posibilitan que progrese, especialmente en las articulaciones que soportan carga como la cadera y la rodilla.

-La sobrecarga, el uso repetitivo o traumatismos (ocupacionales o deportivos), fracturas o cirugía previa en la articulación, mala alineación articular de la cadera o la rodilla y la diferencia de longitud de las piernas. Debemos destacar que la artrosis no aparece por ciertos tipos de clima ni es originada por algunos componentes de la dieta.

Diagnóstico

Se diagnostica conociendo los síntomas (características del dolor, rigidez, dificultad en el movimiento, según la localización del problema, etc) y realizando el examen físico. Los análisis de sangre y orina no ayudan al diagnóstico y sólo sirven para descartar otras causas. Si bien los hallazgos radiográficos no son "tempranos o de inicio", en la mayoría de los casos, las radiografías de las articulaciones confirman el diagnóstico, informan sobre la intensidad del daño y descartan otras enfermedades, pudiendo el reumatólogo iniciar un tratamiento efectivo.

¿Cuál es el tratamiento?

Los objetivos principales del tratamiento son aliviar el dolor y mantener la mejor capacidad posible para realizar movimientos. Para ello, el personal de salud capacitado es el más indicado para informar al paciente sobre su enfermedad y "comprometerlo en el control de la misma". Un tratamiento correcto va a depender de la articulación afectada, la severidad de la artrosis, el grado de dolor, las actividades diarias del paciente y la edad. Disponemos actualmente de varias opciones:

-Control del peso corporal

-Protección de las articulaciones

-Actividad física y ejercicios terapéuticos

-Mejorar las posturas en la vida diaria, el trabajo y durante el reposo.

-El tratamiento farmacológico local, general o intraarticular con analgésicos, antiinflamatorios, relajantes musculares o bien otro tipo de medicamentos.

-Cirugía (cuando los otros tratamientos no hayan sido efectivos).

Es imprescindible buscar el consejo profesional médico para saber entre otras cosas "qué debo o no debo hacer para evitar problemas o estar mejor", "qué medicamentos son útiles y cómo no abusar de ellos; no guiarse por propagandas que prometen curas milagrosas".

ARTROSIS

La artrosis es una enfermedad muy común y es la más frecuente de las afecciones articulares

Si bien casi todas las personas que superen los 70 años de edad la presentan, no es exclusiva de la vejez, puede desarrollarse en una o varias articulaciones.

reuma ¿quién sos?

CONSULTE A SU REUMATOLOGO

Un **reumatólogo** es un médico internista que se dedica al **diagnóstico y tratamiento de las enfermedades del aparato locomotor**, constituido a su vez por el conjunto de huesos, músculos y articulaciones. Estas enfermedades se llaman también enfermedades reumáticas, y son un conjunto de alrededor de 200 procesos médicos, siendo las más frecuentes la artrosis, el dolor lumbar crónico, la osteoporosis, los diferentes tipos de artritis (reumatoide, espondilitis, gota…), las tendinitis, la fibromialgia, entre otras.

De una forma resumida, se puede consierar la visita al reumatólogo cuando:

- Dolor en reposo o a la movilidad, en las articulaciones de los miembros.
- Dolor en la columna, tanto lumbar como cervical o dorsal, con o sin dolor neurítico irradiado, especialmente cuando persisten largo tiempo.
- Artritis, es decir inflamación de una o más articulaciones.
- Prevención de la osteoporosis en el periodo postmenopáusico o tratamiento de esta enfermedad cuando produce síntomas o complicaciones.
- Alteraciones en los análisis o en las radiografías sugestivos de enfermedad reumática, aun cuando el paciente no presente síntomas

¿Qué es la Artrosis?

En la artrosis el cartílago se desgasta (degenera) en forma progresiva, y el tejido óseo de las articulaciones y reacciona formando "más hueso ("sobrecrecimiento de defensa", o vulgarmente "picos de loro") o quistes (pequeños orificios), que se observan en las radiografías. Además, se engrosa la sinovial y al formarse más líquido aparece algún grado de inflamación e hinchazón. Se trata de un trastorno crónico y que en general progresa lentamente. La artrosis no es una enfermedad autoinmune, y eso la diferencia de otras afecciones reumáticas (por ej. la "Artritis Reumatoidea" o el "Lupus"). Sólo afecta las articulaciones y los análisis de laboratorio del paciente son normales, excepto que se acompañe de otras enfermedades.Afecta tanto a hombres como mujeres, pero en ellas aparece con mayor frecuencia y sintomatología. La artrosis es una enfermedad muy común y es la más frecuente de las afecciones articulares. En mayor o menor grado, casi todas las personas que superen los 70 años de edad la presentan (en general más las mujeres), pero debe destacarse que sólo una pequeña parte de ellas tendrá síntomas (dolor, rigidez o entumecimiento o pérdida de la función articular). No es exclusiva de la vejez, puede desarrollarse en una o varias articulaciones (generalizada), comprometiendo las articulaciones de los dedos de las manos, el dedo gordo del pie ("juanete"), las rodillas, las caderas y la columna vertebral (cervical y lumbar). La artrosis de otras articulaciones como los hombros, codos, muñecas o tobillos es poco frecuente y cuando aparece, es consecuencia de un traumatismo, uso indebido u otra enfermedad.