



X-Plain La osteoartritis Sumario

Introducción

La osteoartritis es una enfermedad común que afecta a casi 20 millones de estadounidenses y es la causa principal de incapacidad física en Estados Unidos.

La osteoartritis, también se conoce como *artritis degenerativa*, y su causa principal es el desgaste de las articulaciones.

Este sumario le informará sobre la osteoartritis y cómo afecta las articulaciones. También se discutirá el diagnóstico y las opciones de tratamiento disponibles.

Anatomía

Nuestros huesos nos ayudan a pararnos derechos y nuestros músculos ayudan a nuestros huesos a moverse.

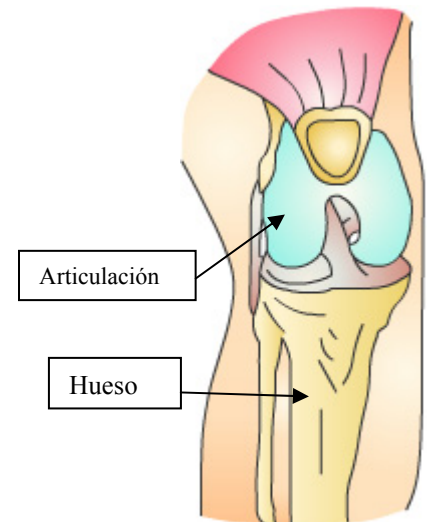
Los huesos están conectados por las articulaciones. Las articulaciones más visibles son las de hombros, codos, muñecas, rodillas y tobillos.

Los seres humanos tenemos otras articulaciones entre los huesos de los dedos de las manos y de los pies. También hay articulaciones que permiten el movimiento de las vértebras.

Un material llamado cartílago, que evita que los huesos se rocen unos contra otros durante el movimiento, cubre las puntas de los dos huesos de una articulación.

Hay una pequeña bolsa llamada *sinovia*, que mantiene el fluido sinovial entre los dos pedazos de cartílago.

La combinación de cartílago y fluido sinovial permite el movimiento suave e indoloro de las articulaciones.



Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Artritis

La palabra *artritis* proviene del griego y significa *inflamación de la articulación*. La inflamación es una reacción corporal normal a enfermedades o heridas.

La inflamación suele ser temporal, pero en el caso de la inflamación de la articulación, puede tener efectos permanentes.

La artritis ocurre cuando una enfermedad o una herida causa que la articulación se inflame. Existen más de 100 tipos de artritis.

La osteoartritis es uno de los tipos de artritis más comunes. Puede afectar a cualquier articulación del cuerpo y se presenta por causa del desgaste de la articulación.

Otro tipo de artritis se llama *artritis reumatoide*.

La artritis causa dolor y limita el movimiento de la articulación.

Síntomas y causas

Con el pasar del tiempo y el movimiento que realiza la articulación, el cartílago se deteriora y su superficie se vuelve áspera.

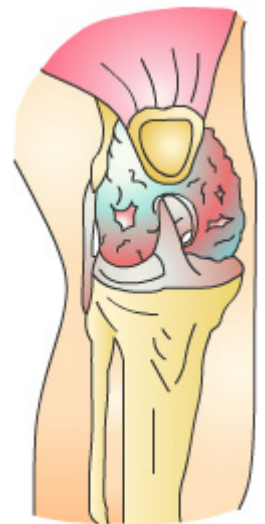
En cuanto el cartílago se degenera, los huesos comienzan a rozarse el uno contra el otro, dañándose y provocando dolor.

A veces un hueso nuevo crece al lado de huesos existentes, creando espuelas óseas que causan dolor.

Cuando la artritis es muy grave, los dos huesos de la articulación pueden comenzar a crecer juntos, provocando que se fusionen.

Las articulaciones más frecuentemente afectadas por osteoartritis son:

- las articulaciones entre los dedos
- las articulaciones entre las vértebras
- caderas
- rodillas
- muñecas



Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

El dolor provocado por la osteoartritis puede ser leve o muy agudo. El dolor, la deformación de los huesos, y en algunos casos ambos síntomas, pueden llegar a producir incapacidad.

La osteoartritis puede provocar una curvatura anormal de la médula espinal, conocida como escoliosis. Los nervios de la médula espinal pueden hincharse también por causa de la osteoartritis.

La osteoartritis no sólo causa dolor, sino que además puede provocar inflamación y rigidez en la articulación. Los bultos óseos (protuberancias) también son comunes, la mayoría se ven en las articulaciones de los dedos.

El dolor, la inflamación, la rigidez y los bultos óseos pueden disminuir la flexibilidad de las articulaciones afectadas.

El dolor provocado por la osteoartritis puede presentarse durante o después del uso de la articulación y puede empeorar con los cambios de clima.

La osteoartritis puede desaparecer en el período de un año desde su comienzo. Sin embargo, puede volver si se usa la articulación en exceso.

Factores de riesgo

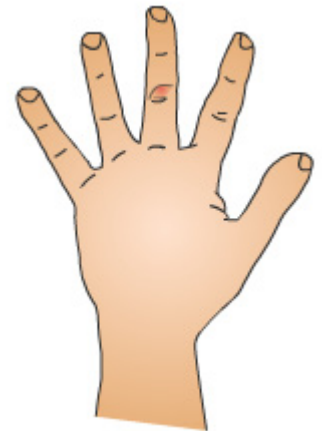
Los siguientes grupos de personas tienen un riesgo más alto de desarrollar osteoartritis:

- Las personas mayores de 45 años de edad
- Las mujeres y las personas obesas
- Las personas con una historia familiar de osteoartritis
- Las personas con otros tipos de artritis, tales como gota y artritis reumatoide

Diagnóstico

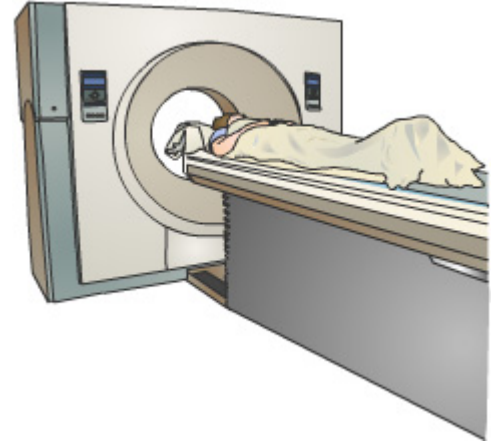
Si siente rigidez o dolor que dura por más de 2 semanas en una de sus articulaciones, usted deberá informarle a su médico.

Para diagnosticar la osteoartritis, el médico hace un examen físico y una serie de diagnósticos, como por ejemplo, análisis de sangre.



Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Los rayos X y varios tipos de tomografías son útiles para diagnosticar la condición de las articulaciones. Su médico puede pedirle que se haga rayos X, tomografías de los huesos, una tomografía axial computarizada, una imagen por resonancia magnética o una artrografía.



Estas imágenes radiológicas ayudan al médico a localizar las espuelas óseas y el cartílago gastado.

A veces el médico puede pedirle que se extraiga fluido de la articulación con el fin de analizarlo para confirmar el diagnóstico.

Tratamiento

Desafortunadamente no existe una cura para la osteoartritis. El perder peso y mantenerse en buena forma física, ayudan a disminuir algunos de los síntomas y también tienden a disminuir el progreso de la artritis en algunas articulaciones.

Igualmente, existen varios medicamentos que disminuyen la inflamación en el cuerpo y logran retrasar y controlar el progreso de la enfermedad. Algunos medicamentos para la osteoartritis son comunes y se venden sin receta médica, por ejemplo, antiinflamatorios como el ibuprofeno o la aspirina.

También existen medicamentos más fuertes, como los esteroides, que requieren receta médica pero que conllevan potenciales efectos secundarios.

Algunos de estos medicamentos pueden inyectarse directamente en las articulaciones afectadas.

Los esteroides deben tomarse como el médico los ha prescrito, y no deben ser discontinuados sin consultarlo primero con su médico.

Para tratar de mantener en forma las articulaciones afectadas por la osteoartritis, los especialistas recomiendan fisioterapia.

Para evitar, demorar o compensar las deformaciones de las articulaciones provocadas por la enfermedad, los médicos también recomiendan el uso de férulas ortopédicas.

Si todos los tratamientos fallan, es posible que se necesite realizar cirugía para fusionar, reemplazar o detener la deformación de las articulaciones.

Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.

Por ejemplo, una muñeca debilitada podría ser inútil, pero si fuese fusionada quirúrgicamente, la persona podría utilizar su mano de nuevo.

Las operaciones quirúrgicas para reemplazar la cadera y rodilla, son rutinarias y pueden ayudar a aliviar el dolor y a aumentar la movilidad del paciente.

Para disminuir la presión en la médula espinal o en los nervios de la médula espinal, también se utiliza cirugía.

Resumen

La osteoartritis es una enfermedad bastante común.

Los recientes avances médicos y tecnológicos han ayudado mucho a retardar el progreso de esta enfermedad y evitar el avance de la incapacidad física.

Existen muchos tratamientos para la osteoartritis, por lo tanto, una actitud positiva y mucha actividad física también le ayudarán a mejorar su condición.



Este documento es para uso informativo y no se debe usar como sustituto de consejo de un médico o proveedor de salud profesional o como recomendación para cualquier plan de tratamiento particular. Como cualquier material impreso, puede volverse inexacto con el tiempo. Es importante que usted dependa del consejo de un médico o proveedor de salud profesional para el tratamiento de su condición particular.