

SANTA MARTHA MEDICAL CLINIC

EDGARD ALFONSO ARCIA-BRAVO

677 Richmond St. Suite # 1
London, Ontario N6A5M1
519-850-3335

Reseña de artritis

¿Qué es la artritis?

La artritis es una condición que causa dolor y entumecimiento en las articulaciones. A veces también causa enrojecimiento, inflamación y calor. En casos graves las articulaciones se pueden deformar.

Existen distintos tipos de artritis. Dos de las formas más comunes son la osteoartritis y la artritis reumatoide. Ambas formas de artritis son 2 ó 3 veces más comunes en las mujeres que en los hombres.

Otras formas de artritis son la gota, espondilolitis anquilosante, y las artritis que se producen como consecuencia de una lesión o de ciertas infecciones como la gonorrea.

¿Cómo ocurre?

La osteoartritis es una enfermedad que hace que los cartílagos de las articulaciones se vayan descomponiendo. También causa el crecimiento de quistes óseos que se hacen irregulares. La osteoartritis se produce por lo común en articulaciones que soportan carga, como la columna, las rodillas y las caderas. Muchas veces también afecta las articulaciones de los dedos. Los síntomas de osteoartritis comienzan a aparecer en la mediana edad. La mayoría de las personas mayores de 60 años tienen algo de osteoartritis, si bien no siempre desarrollan síntomas.

La artritis reumatoide afecta el revestimiento de las articulaciones. Se considera una enfermedad auto inmune. Esto quiere decir que las defensas del cuerpo contra la infección terminan atacando su propio tejido. Produce inflamación (enrojecimiento e hinchazón), entumecimiento y deformidad, sobre todo en las articulaciones de las manos, los brazos y los pies. La artritis reumatoide en general comienza en las primeras etapas de la edad adulta, o en la mediana edad.

¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas posibles de artritis pueden ser:

- dolor moderado o intenso de las articulaciones
- articulaciones enrojecidas e inflamadas
- entumecimiento y limitación de movimientos, sobre todo a la mañana
- articulaciones deformadas.

En algunos tipos de artritis uno de los síntomas es la fatiga.

¿Cómo se diagnostica?

Su profesional médico le hará preguntas sobre su historia clínica y lo examinará. Es posible que le haga hacer un análisis de sangre y radiografías para confirmar el diagnóstico y medir la gravedad de la enfermedad.

¿Cómo se trata?

La meta del tratamiento es que las articulaciones puedan seguir funcionando:

- tratando el dolor y el entumecimiento
- reduciendo la inflamación.

Su profesional médico podrá sugerir que use calor o frío, dependiendo del tipo de artritis que se esté tratando. A veces se usa una tablilla o un soporte para dejar descansar la articulación y protegerla de lesiones.

La estimulación eléctrica transcutánea de los nervios (TENS) dirige pulsaciones eléctricas leves a los nervios que están debajo de la piel en la parte dolorida. La TENS puede aliviar algunos tipos de dolor artrítico.

Los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (NSAID), como ibuprofeno (ibuprofen) y naproxeno (naproxen) pueden ayudar a aliviar el dolor y la inflamación. Los inhibidores COX-2 tales como celecoxib (Celebrex) son prescripción NSAIDs. Si bien pueden ayudar a aliviar los síntomas de la artritis, los inhibidores COX-2 se han vinculado con un mayor riesgo de sufrir ataques al corazón y derrames cerebrales. Consulte con su profesional médico sobre este tema.

Cuando los NSAID no funcionan se pueden usar otros tipos de medicamentos, como:

- Medicamentos antirreumáticos modificadores de enfermedad (DMARD, por sus siglas en inglés) para personas que sufren de artritis reumatoide.
- Modificadores de respuesta biológica para ayudar a reducir la inflamación de las articulaciones.
- Corticosteroides, que se pueden tomar por boca o inyectarse en una articulación.

Su profesional médico tiene que controlar muy de cerca el tratamiento con los medicamentos para evitar efectos secundarios.

Se puede inyectar ácido hialurónico (hyalunoric acid) en la articulación de la rodilla para que haga de lubricante. También le ayudará a mover la rodilla sin dolor. La artritis reumatoide muy severa se puede tratar filtrando los anticuerpos dañinos de la sangre.

Hay varios tipos de ejercicios que pueden ayudar a mejorar los síntomas de artritis:

- Los ejercicios consisten de movimientos para mantener las articulaciones funcionando normalmente.
- Los ejercicios de fortalecimiento mantienen la resistencia muscular, lo cual es importante para soportar y proteger las articulaciones.
- Las actividades aeróbicas (de resistencia), como caminar y andar en bicicleta, ayudan a controlar el peso y mantener el estado cardiovascular. Los ejercicios aeróbicos pueden reducir la inflamación de algunas articulaciones.

Es importante mantener una dieta equilibrada para controlar el peso de su cuerpo y conservar su salud. El control de su peso es importante porque cualquier peso excesivo puede ejercer presión adicional sobre algunas articulaciones y empeorar ciertos tipos de artritis.

Si las articulaciones están dañadas seriamente, es posible que se tenga que operar. Se pueden hacer las siguientes operaciones:

- sinovectomía para extraer el tejido inflamado de la articulación
- osteotomía para realinear la articulación
- recambio de articulación, para cambiar una articulación dañada por una articulación artificial.

¿Cuánto duran los efectos?

Si usted tiene artritis, es probable que la tenga por el resto de su vida. La frecuencia de sus síntomas dependerá, en parte, del tipo de artritis que tenga. Es posible que se acuerde que tiene artritis cada vez que use las articulaciones afectadas. También puede haber periodos en que tiene síntomas y otros en que no. Estos periodos se llaman remisiones.

¿Cómo puedo cuidarme?

- Tome el medicamento recomendado por su profesional médico para controlar la artritis.
- Si tiene sobrepeso, siga los consejos de su profesional médico para controlarlo.
- Haga los ejercicios recomendados por su profesional médico o fisioterapeuta.
- Mantenga su salud siguiendo una dieta saludable, variada y con bajo contenido de grasas.

¿Qué puedo hacer para prevenir la artritis?

Nadie sabe cómo prevenir la artritis. No obstante, es una condición que en general se puede controlar tomando

medicamentos, protegiendo las articulaciones afectadas y manteniéndolas móviles.

Published by McKesson Provider Technologies.

Este material se revisa periódicamente y está sujeto a cambios en la medida que aparezca nueva información médica. Se proporciona sólo para fines informativos y educativos, y no pretende reemplazar la evaluación, consejo, diagnóstico o tratamiento médico proporcionados por su profesional de atención de la salud.

Desarrollado por la Dra. Ann Carter para McKesson Provider Technologies.

Copyright © 2005 McKesson Corporation and/or one of its subsidiaries. All Rights Reserved.

Special Instructions:

Copyright © Clinical Reference Systems 2006
Adult Health Advisor

Copyright © 2007 Elsevier Inc. All rights reserved.

www.mdconsult.com