



Colegio Mexicano de Reumatología

OSTEOARTRITIS

¿Qué es la osteoartritis?

La osteoartritis (OA), antes llamada artrosis, es una enfermedad reumática crónica de progresión lenta en la que hay una lesión del cartílago articular e inflamación local.

Es importante establecer la diferencia con artritis reumatoide (AR), ya que en la AR la inflamación causa la enfermedad y en la OA el desgaste es el principal factor y la inflamación es de menor grado.

¿En quiénes se presenta?

Afecta con mayor frecuencia a personas de mediana edad a avanzada. Generalmente a partir de los 45 años pero puede aparecer en edades más tempranas asociada a otros factores de riesgo como son: artritis reumatoide, obesidad, antecedentes familiares de osteoartritis, lesión o trauma previo de la articulación, uso excesivo de la articulación o deformidad de la articulación.

¿Por qué se produce?

No es correcto únicamente decir que hay desgaste articular, ya que actualmente se conoce que esta enfermedad produce una ruptura en el cartílago que lleva a una inflamación localizada de distintos grados, cambios en el hueso de las articulaciones y deterioro de los tendones y ligamentos.

No es hereditaria, pero sí tiene un componente de riesgo genético que puede hacer que aparezca con más facilidad en los sujetos que tienen una historia familiar.

¿Cuáles son los síntomas?

Las articulaciones comúnmente afectadas son aquellas que usamos más o que reciben mayor peso o impacto como son manos, especialmente articulaciones interfalángicas proximales y distales, caderas, rodillas y columna vertebral.

Los síntomas que pueden producirse son:

- dolor articular con el movimiento y rigidez de pocos minutos.
- hinchazón o inflamación de las articulaciones afectadas en algunos casos.
- crujido o crepitación con el movimiento de la articulación.
- disminución de la función articular.

¿Cómo se hace el diagnóstico?

El diagnóstico se realiza en base a los síntomas y la exploración física. En muchas ocasiones se solicitan estudios de imagen como radiografías para confirmar la pérdida de cartílago articular y observar el grado de avance de la enfermedad. No hay un estudio de laboratorio específico, sin embargo, se llegan a necesitar para descartar otros padecimientos como otros tipos de artritis.

¿Cuál es el tratamiento?

En la actualidad, no hay ningún tratamiento que pueda revertir el daño causado por la osteoartritis a las articulaciones. Los investigadores están tratando de encontrar maneras de retrasar o revertir este daño articular.

El objetivo del tratamiento para la osteoartritis es disminuir el dolor y mejorar las funciones. Esto se logra con la combinación de medidas físicas, medicamentos y en casos avanzados cirugía.

Las medidas físicas incluyen ejercicio para fortalecer los músculos, disminuir el dolor, la rigidez articular y la posibilidad de una discapacidad debido a esta afección.

¿Qué medidas de prevención puedo tomar?

Evitar el exceso de carga sobre las articulaciones, es decir, mantenerse en un peso saludable y realizar actividad física.

Dra. Ana Cecilia Lozada Navarro