

## Rincón Médico

### Artritis o artrosis

Dra. Luz Elena Navares Moreno

De manera habitual **se confunde la artrosis con la artritis** o se piensa que es lo mismo, cuando en realidad, son dos padecimientos distintos; por lo que explicaré las diferencias entre ellas, las distintas causas, y, por lo tanto, los diferentes manejos. Es oportuno aclarar:

**Artrosis:** es una enfermedad degenerativa, inflamatoria, crónica que afecta a las articulaciones. La artrosis provoca que se dañe el cartílago entre los huesos, y que los huesos se rocen y se vayan desgastando. Como consecuencia, el paciente siente dolor, hinchazón o deformidad de la articulación afectada.

**Artritis:** también es una enfermedad inflamatoria crónica, pero que afecta al mismo tiempo a varias articulaciones. La artritis ataca a la membrana sinovial, que es la capa que recubre toda la articulación, proporciona líquido sinovial y facilita que se produzcan los movimientos. La artritis está asociada con una considerable limitación de la actividad, discapacidad para trabajar, incrementa la prevalencia a la obesidad, reduce la calidad e incrementa los costos de la vida.

#### Factores de riesgo

Estas dos enfermedades presentan factores de riesgo en **común**: son más frecuentes en el sexo femenino, durante la menopausia, en pacientes con obesidad y tienen predisposición genética.

En la **Artrosis**: la edad: es más frecuente en la población mayor de 60 años; sobreuso de la articulación: por actividad profesional o actividad física intensa en deportistas, secundario a movimientos repetitivos y sobrecarga de las articulaciones que favorecen el desgaste del cartílago; traumatismos.

En la **Artritis**: factores inmunológicos: el sistema inmunitario (el encargado de las defensas de nuestro cuerpo) reacciona y ataca a la membrana sinovial a la que erróneamente identifica como extraña, como si representara una amenaza; postraumáticos: después de un golpe se puede producir una irritación sobre la membrana sinovial, se inflama y aumenta la producción de líquido sinovial en el interior de la articulación; por depósitos de cristales en la membrana sinovial (por ejemplo en la gota); infecciosos: gérmenes que llegan hasta la articulación; tabaquismo y estrés.

La **Artrosis** se asocia más al envejecimiento, aunque también existe gente joven que la padece. La **Artritis** se puede dar a cualquier edad, pero es más común de los 20 a los 40 años.

#### Síntomas

**Artrosis:** los síntomas principales son **pérdida de la movilidad y dolor articular**, que suele intensificarse con la sobrecarga y el movimiento, mientras que mejora con el reposo. Se acompaña de rigidez articular, que se limita a la articulación afectada, aparece después de un período de inactividad, dura menos de media hora y desaparece rápidamente con el ejercicio. No provoca síntomas generales.

**Artritis:** suele desarrollarse en forma de brotes sintomáticos, durante los cuales las articulaciones afectadas se encuentran **inflamadas, con dolor** y presentan **dificultad de movimiento**, así como cierto grado de rigidez. El dolor suele durar toda la jornada, aunque se intensifica durante la noche y con el reposo. En cuanto a la rigidez, suele ser generalizada, es más intensa al levantarse y suele durar más de media hora. Además, se acompaña de síntomas generales, como fiebre ligera, malestar, cansancio, inapetencia y pérdida de peso corporal.

### Diagnósticos y exámenes

**Artrosis:** se toman en cuenta los síntomas que explica el paciente (dolor, rigidez, deformidad y pérdida de funcionalidad), las alteraciones que observa el médico al explorar las articulaciones y, en algunos casos, las pruebas complementarias solicitadas. Entre las pruebas complementarias que ayudan a confirmar el diagnóstico de artrosis destacan las radiografías simples y el análisis del líquido de las articulaciones si presentan derrame articular. Los análisis de sangre y orina **no presentan alteraciones** en la artrosis. En general, no es necesaria la realización de otras pruebas de imagen como TAC, resonancia magnética ni gammagrafía para el diagnóstico de artrosis, salvo que existan complicaciones asociadas.

**Artritis:** Exámenes laboratoriales **alterados:** Biometría Hemática, Ac. Úrico, Proteína C Reactiva, Factor Reumatoide, Velocidad de Sedimentación Globular, Anticuerpos Anti-CCP (los anticuerpos antipeptidos cíclicos citrulinados son una clase de autoanticuerpos dirigidos contra una o más proteínas del propio individuo). Rayos X óseo (radiografía). RMN (Resonancia magnética) del sistema musculo esquelético. Tinción de Gram en el líquido sinovial.

### Tratamiento

**Artrosis:** es fundamental la higiene de las articulaciones: mantener el peso adecuado, realizar ejercicio físico, evitar situaciones que supongan una sobrecarga de las articulaciones. Aunque se puede controlar a través de fármacos analgésicos y antiinflamatorios, el tratamiento recomendado al ser ésta una enfermedad crónica son los protectores de las articulaciones. La fisioterapia es fundamental como complemento.

**Artritis:** se ha comprobado que la actividad física reduce el dolor y mejora la función física. Si existe una causa, por ejemplo, la gota, se trata el exceso de ácido úrico, o si es infecciosa se utiliza un antibiótico adecuado. Para la artritis de tipo reumático se trata con antiinflamatorios. La artritis crónica se trata con tratamientos biológicos, fármacos antirreumáticos modificadores de la enfermedad (DMARD).

## VENTANA

### ARTICULACIÓN

Las articulaciones son las uniones de dos huesos, como el codo o la rodilla. Con el paso del tiempo, una articulación hinchada puede lesionarse gravemente.

## VENTANA

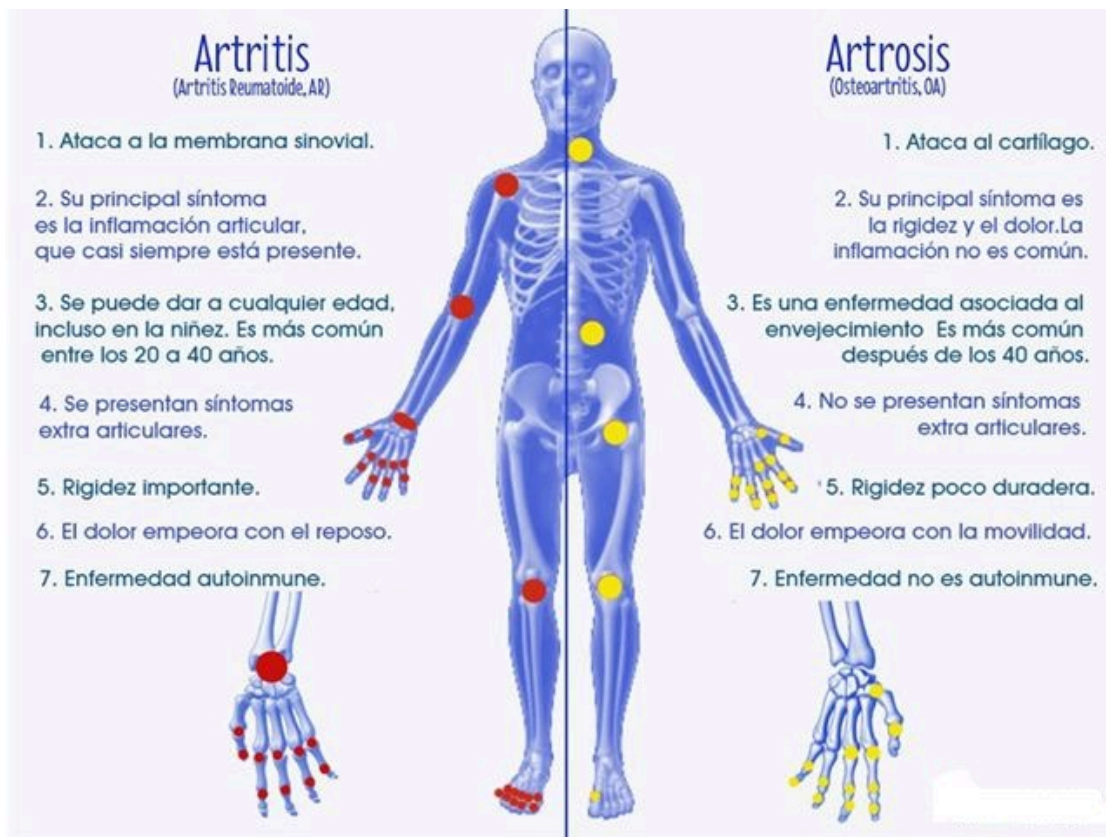
### ARTROSIS

La OMS estima que alrededor de un **28%** de la población mundial mayor de 60 años la padece y, además, para cerca del 80% supone una **limitación** de su capacidad motora. Es una enfermedad reumática frecuente y su incidencia va en aumento, advierte este organismo, que cree que se convertirá en la cuarta causa por **discapacidad** en 2020.

## VENTANA

### ARTRITIS

La artritis es una de las mayores causas de ausentismo y retiro laboral temprano, señala la OMS. La Fundación Estadounidense para la Artritis asegura que cerca de 50 millones de adultos y casi 300.000 niños en todo el mundo padecen algún tipo de artritis.



[https://inforeuma.com/wp-content/uploads/2017/04/56\\_Artrosis\\_ENFERMEDADES-A4-v04.pdf](https://inforeuma.com/wp-content/uploads/2017/04/56_Artrosis_ENFERMEDADES-A4-v04.pdf)

<https://laartrosis.com/2013/07/18/artrosis-y-artritis-no-son-lo-mismo/>

[https://inforeuma.com/wp-content/uploads/2017/02/Informacion\\_pacientes\\_AR\\_DEF.pdf](https://inforeuma.com/wp-content/uploads/2017/02/Informacion_pacientes_AR_DEF.pdf)

<https://medlineplus.gov/spanish/arthritis.html>