

# Osteoartritis o Artrosis de Rodilla

Información para el paciente

Dr. Edwin Martínez Bermúdez

## ¿Introducción?

Es muy común que en la consulta médica le mencionen que presenta artrosis, causando un temor al relacionarse de forma errónea con la temida Artritis Reumatoide por las múltiples deformidades y discapacidad severa que puede presentar.

Hoy en día sabemos que la artrosis o la osteoartritis como también se le conoce no se cura, además que esta puede causar dolor y dificultad de la movilidad.

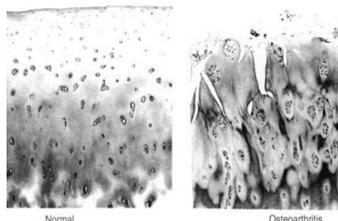
Los medicamentos analgésicos y antiinflamatorios que se utilizan, los tratamientos locales como infiltraciones de ácido Hialurónico y la correcta indicación de la rehabilitación han

conseguido que los enfermos alcancen o se aproximen a la calidad de vida que desean.

### Pero en realidad ¿Qué es la Artrosis?

La artrosis es una de las enfermedades musculoesqueléticas más comunes. Se produce por el desgaste del cartílago de las articulaciones y alteraciones del hueso adyacente de la articulación.

El cartílago que se menciona, es una estructura que reviste los extremos de los huesos que se juntan en las coyunturas (articulaciones), el cual sirve como “almohadillas o empaques” el cual amortiguan las



fuerzas que se ejercen entre un hueso y el otro, facilitando movimiento fácil y sin roce al momento de movilizar una articulación.

**La artritis significa inflamación de los huesos de la articulación**

## ¿Qué significa desgaste del cartílago?

El desgaste o degeneración significa que el cartílago pierde su grosor, integridad, consistencia y elasticidad, lo que puede causar un mal funcionamiento de la articulación, junto con los cambios de los huesos que lo forman.

El cartílago al cambiar su es-

tructura por el desgaste protege menos el roce de los huesos de las articulaciones, causando dolor, debido a la inflamación que se da. Esa inflamación es la que los médicos le llamamos “artritis” lo que significa que el hueso de la articulación presenta un estado de inflama-

ción. Hay que tomar en cuenta que el término de artritis solo significa inflamación articular, y no es sinónimo de Artritis Reumatoide, que es una enfermedad que causa artrosis pero no es que todo dolor articular sea artritis reumatoide.

### Contenido:

Introducción	1
¿Qué significa desgaste del cartílago?	1
¿Por qué se desgasta el cartílago articular?	2
Clasificación	2
Diagnóstico	3
Tratamiento	3
Recomendaciones	3

### Puntos de interés especial:

- Es lo mismo osteoartritis que artritis reumatoide?
- ¿Cuál es la causa del desgaste del cartílago de las articulaciones?
- ¿Cuál es el tratamiento para la osteoartritis?

# ¿Por qué se desgasta el cartílago articular?

Las causas por que se desgasta el cartílago articular son muchas y pueden coexistir más de una en una misma persona.

- \* El propio envejecimiento causa desgaste del cartílago. Por eso es frecuente en personas mayores.
- \* La obesidad en especial la rodillas y las caderas.
- \* Hay personas con predisposición familiar.

- \* El sobreuso o sobrecarga deportiva, generalmente de alta competición, por ejemplo en rodilla en los futbolistas.
- \* Personas con articulaciones previamente dañadas por fracturas, malformaciones, u otras enfermedades articulares también pueden favorecer el desgaste del cartílago articular.

**El sobre uso y sobre carga de una articulación es una de las causas del desgaste del cartílago de las articulaciones.**



## La artrosis de rodilla

La artrosis de rodilla puede deberse a muchas causas, tales como deformaciones del nacimiento, traumas, cambios degenerativos por el envejecimiento y artritis reumatoides. El 80% de las personas lo presentan en el compartimiento medial (parte interna de la rodilla) y conforme el hueso se va desgastando aparece una deformidad conocida como genu-varo o "rodillas en arco". Del 5 al 10% de las personas el desgaste lo presentan en el compartimiento

lateral (cara lateral de la rodilla) y con el tiempo pueden presentar una deformidad que se conoce como genu-valgo o "rodillas en X". Y otro porcentaje muy pequeño presenta deformidades rotatorias, el cual tiene como resultados problemas de dolor y luxación de la rótula (hueso móvil que esta frente a la rodilla).

Aunque estas deformidades pueden suceder, el mayor síntoma y por lo cual las personas consultan al medico es por el dolor,

y que es común que los pacientes le llamen "reuma" o "reumatis" que no son enfermedades que existan en los libros médicos, y que solo son palabras coloquiales para referirse a los dolores musculares y de las articulaciones que pueden ser causado por mas de 300 enfermedades.

## Clasificación

Las deformidades artrosicas de rodilla se clasifican de en dos grupos:: deformaciones en varo (genu-varo) y deformaciones en valgo (genu-valgo).

Además se pueden clasificar por su etiología:

- 1- Primarias:
  - Localizada
  - Generalizada
- 2- Secundaria
  - Traumas
  - Enfermedades del desarrollo o

congénitas

- Enfermedades endocrinas
- Otras

Por el grado de daño se pueden clasificar en:

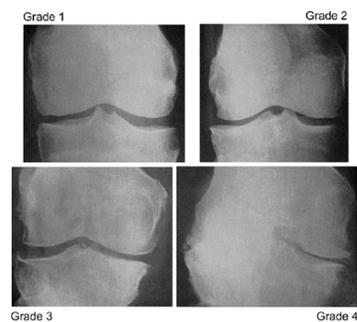
Grado I: daño mínimo. Disminución mínima del espacio articular.

Grado II: daño leve. Perdida de un tercio del espacio articular con esclerosis subcondral.

Grado III: daño moderado. Perdida de dos

tercios del espacio articular con presencia de osteofitos.

Grado IV: daño grave. Contacto hueso-hueso con presencia de quistes subcondrales.



# Diagnóstico

La clínica es muy importante para el diagnóstico al inicio. Primeramente los síntomas que presenta puede orientar el diagnóstico. Durante la historia clínica se puede obtener información importante:

1. La localización de los síntomas:

- Puntual en una zona específica de la rodilla.
- Difusa en toda la rodilla.

2. Tipo de síntomas:

- Hinchazón.
- Debilidad o inestabilidad.
- Disminución de la movilidad.
- Crepitación, bloqueo, etc.



3. Forma de inicio:

- Agudo.
- Insidioso.

4. Duración.

5. Factores que exacerban los síntomas.

6. Tratamientos anteriores.

En la exploración física el médico puede encontrar problemas en la marcha, dolor a la movilización. Algunas pruebas que se realizan pueden sospechar la artrosis de rodilla. Puede presentarse crepitación el cual el médico puede sospechar un problema articular que le oriente al diagnóstico de artrosis a nivel de la rodilla.

Para confirmar el diagnóstico se envía ra-

diografías de rodillas en donde se observan datos radiográficos que indican un grado de desgaste en la articulación. A este paso es muy importante que el médico determine el grado de artrosis que puede presentar a nivel de la rodilla, ya que el grado de lesión que presenta determinará el tratamiento a seguir en ese momento.

En algunas ocasiones cuando se sospecha otro tipo de lesión, como lesión en menisco o en ligamentos, es necesario realizar estudios más especializados como la Resonancia Magnética una artroscopia diagnóstica.

**“Es recomendable bajar de peso para disminuir el estrés en nuestras articulaciones y así evitar la progresión o aparición de la osteoartritis”**

# Tratamiento

Básicamente el tratamiento puede ser conservador o quirúrgico, y este va a depender del grado de lesión que presente.

## Tratamiento conservador.

El tratamiento de la artrosis de la rodilla cuando se encuentra en las primeras fases puede ser muy eficaz si se realiza de forma adecuada. El tratamiento conservador comprende:

- 1- Disminución de peso.
- 2- Rehabilitación
- 3- Medicación sintomática

La rehabilitación incluye electroterapia,

terapia física, ejercicios de fortalecimiento, etc.

Entre la medicación se utilizan diferentes analgésicos, condroprotectores y viscosuplementación entre otros.

El tratamiento quirúrgico se realiza cuando el grado de artrosis es tan severo que los tratamientos conservadores tienen poca respuesta. Estos incluyen:

- 1- Osteotomía para corregir deformidades
- 2- Desbridamiento y limpieza articular
- 3- Artroplastias (prótesis articulares)

# Recomendaciones

Evitar:

- Sobreuso prolongado o más allá de la aparición del dolor.
- No forzar los arcos articulares dolorosos.
- Descargar el peso de la articulación bajando de peso, o utilizando bastón.
- Plantillas (de preferencia hechas a la medida) para pie plano o valgo para aliviar el dolor.



## Unidad de Electrodiagnóstico y Rehabilitación

**Dr. Edwin Martínez Bermúdez**

Post-gradó INR -México D.F.

Fisiatría-Electrodiagnóstico-Terapia Física  
Fabricación de Equipos Médicos para Rehabilitación

Centro Médico Siglo XXI. Av. Dr. Emilio Alvarez #43. Colonia Médica

San Salvador. El Salvador

Tel: (503) 2225-3902, 2235-9202, 7853-0348

USA: (232) 2477557

email: [dr.emartinez@rehabilitacionelsalvador.com](mailto:dr.emartinez@rehabilitacionelsalvador.com)

<http://www.rehabilitacionelsalvador.com>

El éxito en la precisión de nuestros estudios radica en la utilización de equipos de última generación y realizados por médico especialista.

### Nuestros servicios.

- ⇒ Consulta médica en la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación.
- ⇒ Estudios de Electrodiagnóstico:
  - ◇ Neuroconducción
  - ◇ Electromiografía
  - ◇ Potenciales Evocados (somatosensoriales, auditivos y visuales)
  - ◇ Estimulación repetitiva
  - ◇ Neurografía del Pudendo
- ⇒ Aplicación de Toxina Botulínica en espasticidad.
- ⇒ Viscosuplementación con Acido Hialurónico.
- ⇒ Terapia Física, Ocupacional de Lenguaje y Electroterapia.
- ⇒ Diseño y fabricación de Equipos Médicos para Rehabilitación.

*En UNEREH nuestro objetivo es poner a sus ordenes los servicios de Electrodiagnóstico de calidad para que usted tenga una herramienta más para el buen diagnóstico y atención a sus pacientes. Además los servicios de Rehabilitación en Terapia física, ocupacional y electroterapia, para brindarle a nuestros colegas a mantener su atención medica con los últimos avances de la medicina basada en la evidencia.*

*Para nuestros estudios utilizamos equipos actualizados de última generación y realizados por médico especialista en la rama con practica constante no solo en el área privada sino en la publica, el cual le proporciona la confianza de que estos son realizados de forma profesional y adecuada.*

*Esperamos que nos tome en cuenta como una opción más en su práctica diaria, asegurándole la confianza en que su paciente será atendido de forma ética y profesional.*

