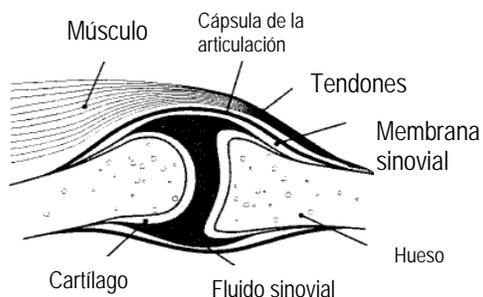


OSTEOARTRITIS

¿QUÉ ES OSTEOARTRITIS?

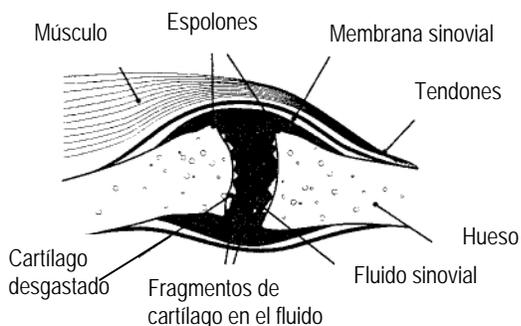
La osteoartritis (OA) es el tipo más común de artritis. Generalmente los ancianos la padecen. Esta enfermedad algunas veces es llamada mal degenerativo de las articulaciones. Esta enfermedad afecta principalmente el cartílago. El cartílago es un material suave que cubre la terminación de cada articulación para acolchonar el hueso y permitir que la articulación se mueva fácilmente. Con OA, la capa superficial del cartílago se degenera y se desgasta. Esto hace que los huesos se rocen uno contra otro. Esto permite que los huesos se rocen entre sí, causando dolor, inflamación y pérdida de movimiento de la articulación.

Una articulación saludable



En una articulación saludable los extremos de los huesos están forrados en un cartílago suave. Los dos están protegidos por una cápsula de articulación forrada con una membrana sinovial que produce líquido sinovial. La cápsula y el líquido protegen el cartílago, los músculos y los tejidos conectores.

Una articulación con Osteoartritis



Con osteoartritis, el cartílago se desgasta. Espolones crecen a partir de las terminaciones de los huesos, y el líquido sinovial incrementa. Todo esto hace que la articulación se sienta rígida y adolorida.



CAUSA

La causa exacta de la osteoartritis se desconoce. Una combinación de factores en su cuerpo, su estilo de vida y el medio ambiente que lo rodea pueden incrementar su desarrollo. Muchos factores incrementan el riesgo de desarrollar osteoartritis, entre los cuales se incluyen:

- Edad
- Ser mujer
- Historia familiar
- Obesidad
- Movimientos repetitivos
- Lesiones
- Un defecto de nacimiento

SÍNTOMAS DE ALERTA

La osteoartritis tiene muchos síntomas de alerta, incluido dolor. Sin embargo, no todo el mundo experimenta dolor. Solamente una tercera parte de las personas con la enfermedad reportan dolor y otras señales de alerta. La señales de alerta pueden incluir:

- Dolor constante o esporádico
- Rigidez durante las mañanas
- Inflamación o sensibilidad en una o más articulaciones
- Sentir crujir los huesos o oír como si los huesos se estuvieran rozando

Si usted tiene articulaciones calientes, rojizas o sensibles, probablemente usted no tiene osteoartritis. Hable con su doctor sobre otras posibles causas para estos síntomas.

DIAGNÓSTICO

No existe ningún examen específico para diagnosticar osteoartritis. La mayoría de los doctores emplean una combinación de los siguientes métodos para detectar si usted tiene la enfermedad y para eliminar otras condiciones:

- Historia médica
- Examen físico
- Rayos x
- Otros exámenes (exámenes de sangre, exámenes del fluido de la articulación)

TRATAMIENTO

Descanso para la articulación afectada, perder peso (en caso de obesidad) y terapia física, incluyendo la aplicación de hielo y calor, y ejercitación generalmente son beneficiosas. El dolor moderado sin inflamación puede ser controlado con acetaminofén. Si esto no funciona, o si hay evidencia de inflamación, se pueden usar medicamentos sin esteroides o anti-inflamatorios que se pueden conseguir sin o con prescripción médica.

Su doctor puede recomendarle una combinación de tratamientos que incluyen:

- descanso y cuidado de la articulación
- técnicas para controlar el dolor
- medicamentos
- ejercicio
- control de peso
- terapias alternativas
- cirugía

**Para mayor información contacte al:
Programa de Artritis & Osteoporosis de Missouri
1-800-316-0935 o a la Arthritis Foundation:
1-800-283-7800**

Esta publicación puede ser proporcionada en otros formatos como Braille, impresión con letras grandes, o audio casetes llamando al 1-800-316-0935. Los usuarios del servicio TDD pueden tener acceso al número telefónico anterior llamando al 1-800-735-2966.

**UN EMPLEADOR DE IGUALDAD DE ACCION
AFIRMATIVA DE OPORTUNIDADES**
Servicios proporcionados en bases no discriminatorias