

□ **ARTRITIS REUMATOIDE**

La artritis reumatoide es un trastorno inflamatorio crónico que puede afectar más que solo las articulaciones. En algunas personas, el trastorno puede dañar distintos sistemas corporales, incluida la piel, los ojos, los pulmones, el corazón y los vasos sanguíneos.

La artritis reumatoide es un trastorno autoinmunitario que ocurre cuando el sistema inmunitario ataca por error los tejidos del cuerpo.

A diferencia del daño por desgaste de la osteoartritis, la artritis reumatoide afecta el revestimiento de las articulaciones y causa una hinchazón dolorosa que puede finalmente causar la erosión ósea y la deformidad de las articulaciones.

Síntomas

Los signos y los síntomas de la artritis reumatoide pueden incluir:

- Articulaciones sensibles a la palpación, calientes e hinchadas.
- Rigidez articular que generalmente empeora por las mañanas y después de la inactividad.
- Cansancio, fiebre y pérdida del apetito.

La artritis reumatoide precoz tiende a afectar primero las articulaciones más pequeñas, especialmente las que unen los dedos de las manos con las manos y los dedos de los pies con los pies.

A medida que avanza la enfermedad, los síntomas suelen extenderse a las muñecas, las rodillas, los tobillos, los codos, la cadera y los hombros. En la mayoría de los casos, los síntomas se producen en las mismas articulaciones en ambos lados de tu cuerpo.

Alrededor del 40 % de las personas que padecen artritis reumatoide también experimentan signos y síntomas que no involucran a las articulaciones. La artritis reumatoide puede afectar muchas estructuras no articulares, incluido lo siguiente:

- Piel
- Ojos
- Los pulmones
- Corazón
- Riñones
- Glándulas salivales
- Tejido nervioso
- Médula ósea
- Vasos sanguíneos

Los signos y los síntomas de la artritis reumatoide pueden variar en gravedad e incluso pueden aparecer y desaparecer. Los períodos de mayor actividad de la enfermedad, denominados brotes, se alternan entre períodos de remisión relativa, cuando la hinchazón y el dolor se disipan o desaparecen. Con el paso del tiempo, la artritis reumatoide puede provocar que las articulaciones se deformen y salgan de lugar.

Causas

Artritis reumatoidea en comparación con osteoartritis

La artritis reumatoide se produce cuando el sistema inmunitario ataca el sinovial, el revestimiento de las membranas que rodean las articulaciones.

La inflamación resultante engrosa el sinovial, que finalmente puede destruir el cartílago y el hueso dentro de la articulación.

Los tendones y ligamentos que mantienen unida la articulación se debilitan y se estiran. Gradualmente, la articulación pierde su forma y su alineación.

Los médicos no saben lo que inicia este proceso, aunque parece probable que sea un componente genético. Si bien los genes no causan artritis reumatoide, pueden

hacerte más vulnerable a los factores ambientales, como infección con determinados virus y bacterias, que pueden desencadenar la enfermedad.

Factores de riesgo

Los factores que pueden aumentar el riesgo de padecer artritis reumatoide son:

- **Sexo.** Las mujeres son más propensas que los hombres a desarrollar artritis reumatoidea.
- **La edad.** La artritis reumatoide se puede producir a cualquier edad, pero más frecuentemente comienza a mediana edad.
- **Antecedentes familiares.** Si un familiar padece artritis reumatoide, el riesgo de que padezcas la enfermedad puede ser mayor.
- **Tabaquismo.** Fumar cigarrillos aumenta el riesgo de desarrollar artritis reumatoide, especialmente si tienes una predisposición genética a desarrollar la enfermedad. Fumar también aparece asociado a una gravedad mayor de la enfermedad.
- **Exposición ambiental.** Aunque se entiende mal, algunas exposiciones, como a asbestos o sílice, pueden aumentar el riesgo de desarrollar artritis reumatoide. Los trabajadores de emergencia expuestos al polvo del derrumbe del World Trade Center están en mayor riesgo de padecer enfermedades autoinmunitarias como artritis reumatoide.
- **Obesidad.** Las personas, especialmente las mujeres de hasta 55 años, que tienen sobrepeso o son obesas pareciera que presentan un mayor riesgo de desarrollo de artritis reumatoide.

Complicaciones

La artritis reumatoide aumenta el riesgo de desarrollar:

- **Osteoporosis.** La artritis reumatoide en sí, junto con algunos medicamentos utilizados para tratar la artritis reumatoide, pueden aumentar tu riesgo de osteoporosis, una afección que debilita los huesos y los hace más propensos a las fracturas.

- **Nódulos reumatoides.** Estos bultos firmes de tejido se forman con mayor frecuencia alrededor de los puntos de presión, como los codos. Sin embargo, estos nódulos pueden formarse en cualquier parte del cuerpo, incluidos los pulmones.
- **Sequedad en los ojos y la boca.** Las personas que tienen artritis reumatoide son mucho más propensas a manifestar el síndrome de Sjogren, un trastorno que disminuye la cantidad de humedad en los ojos y la boca.
- **Infecciones.** La enfermedad en sí y muchos de los medicamentos utilizados para combatir la artritis reumatoide pueden dañar el sistema inmunitario y provocar un aumento de las infecciones.
- **Composición anormal del cuerpo.** La proporción de grasa en relación con la masa magra a menudo es mayor en las personas que tienen artritis reumatoide, incluso en personas que tienen un índice de masa corporal normal (IMC).
- **Síndrome del túnel carpiano.** Si la artritis reumatoide te afecta las muñecas, la inflamación puede comprimir el nervio que irriga la mayor parte de la mano y los dedos.
- **Problemas de corazón.** La artritis reumatoide puede aumentar el riesgo de endurecimiento y obstrucción de las arterias, así como la inflamación del saco que rodea el corazón.
- **Enfermedad pulmonar.** Las personas con artritis reumatoide tienen un mayor riesgo de inflamación y cicatrización de los tejidos pulmonares, lo que puede provocar una dificultad respiratoria progresiva.
- **Linfoma.** La artritis reumatoide aumenta el riesgo de linfoma, un grupo de cánceres de la sangre que se desarrollan en el sistema linfático.

□ **ARTROSIS.**

La artrosis es una patología reumática que lesiona el cartílago articular.

Las articulaciones son los componentes del esqueleto que nos permiten el movimiento y, por tanto, nuestra autonomía funcional y están formadas por la unión de dos huesos a través de la cápsula articular. En el interior de las mismas existe, generalmente, un fluido llamado líquido sinovial que es producido por la membrana sinovial. Los extremos óseos que se unen para formar la articulación están recubiertos por el cartílago articular.

Cuando este cartílago articular se lesiona, **se produce dolor, rigidez e incapacidad funcional**. Normalmente la artrosis se localiza en la columna cervical y lumbar, algunas articulaciones del hombro y de los dedos de las manos, la cadera, la rodilla y la articulación del comienzo del dedo gordo del pie.

Síntomas

Es importante diferenciarla de la artritis, ya que en ésta es la inflamación la causante de la enfermedad y en la artrosis es el “desgaste”. Son dos enfermedades que cursan con dolor, en ocasiones hinchazón y rigidez, pero en la artrosis el **dolor** es de **tipo mecánico** (es decir, se desencadena con los movimientos y mejora con el reposo).

Origen

Esta enfermedad reumática **no es hereditaria, pero sí tiene un componente de riesgo genético** que, junto con otros factores, puede hacer que aparezca con más facilidad en los sujetos que tienen una historia familiar. Es importante conocer esto y conocer también que factores de riesgo como la obesidad, la falta de ejercicio físico o las alteraciones en la postura influyen en el desarrollo de la enfermedad y modificarlos está al alcance del propio paciente tanto para prevenir o retrasar los síntomas como para favorecer al tratamiento.

Diferencia entre artrosis y artritis

Prevalencia

En España, la artrosis afecta al 10% de la población general, representando casi la cuarta parte del total de pacientes atendidos en las consultas de los reumatólogos. Según el estudio EPISER 2016 de la Sociedad Española de Reumatología, la artrosis sintomática de rodilla tiene una prevalencia puntual del 13,83% y la artrosis de mano del 7,73%. Asimismo, otros estudios han revelado que alrededor de **la mitad de la población adulta de más de 50 años muestra signos radiológicos de artrosis** de rodilla aunque es más frecuente en mujeres sobre todo a partir de 55 años.

Síntomas

Los síntomas de la artrosis con frecuencia se desarrollan con lentitud y empeoran con el tiempo. Los signos y síntomas de la artrosis incluyen los siguientes:

- **Dolor.** Las articulaciones afectadas pueden doler durante o después del movimiento.
- **Rigidez.** La rigidez en las articulaciones puede ser más notoria al despertar o después de estar inactivo.
- **Sensibilidad.** Es posible que su articulación esté sensible cuando aplicas un poco de presión sobre ella o cerca de ella.
- **Pérdida de flexibilidad.** Es posible que no puedas mover la articulación en todo su rango de movimiento.
- **Sensación chirriante.** Es posible que sientas una sensación chirriante al usar la articulación y que oiga chasquidos.
- **Osteofitos.** Estos pedazos adicionales de hueso se sienten como bultos duros y pueden formarse alrededor de la articulación afectada.
- **Hinchazón.** Esto puede producirse por la inflamación de los tejidos blandos alrededor de la articulación.

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/rheumatoid-arthritis/symptoms-causes/syc-20353648>

<https://inforeuma.com/enfermedades-reumaticas/artrosis/#:~:text=La%20artrosis%20es%20una%20patolog%C3%ADa,tra%C3%A9s%20de%20la%20c%C3%A1psula%20articular>

