

# ARTROSIS: NUEVOS TRATAMIENTOS SIN CIRUGÍAS

EL DOCTOR RAFAEL MARTÍNEZ. TRAUMATÓLOGO ESPECIALIZADO EN CIRUGÍA DE RODILLA Y TRAUMATOLOGÍA DEPORTIVA. MIEMBRO DEL EQUIPO MÉDICO DE WELLNESS & AESTHETICS MEDICAL CENTER NOS EXPLICA ALGUNOS MITOS Y TRATAMIENTOS PARA ALIVIAR LOS DOLORES Y SÍNTOMAS DE LA ARTROSIS.



En la actualidad existen muchos mitos sobre la artrosis. Cada vez en el mundo se conoce más sobre las artrosis y cómo tratarlas, alimentos que pueden ayudar y tratamientos regenerativos para el cartílago.

## ARTROSIS ES DIFERENTE DE ARTRITIS

Es importante diferenciar 2 enfermedades que pueden afectar a este tejido:

- **La artritis** es una enfermedad autoinmune (donde el cuerpo reacciona o destruye sus propias células) creando afectación en distintas articulaciones y en distintos órganos. Es habitual que la artritis vaya acompañada por enrojecimiento y edema (hinchazón) de la articulación.

- **La artrosis** es una enfermedad degenerativa que significa que la articulación se va dañando con el paso del tiempo, debido al desgaste del cartílago. Debido a que el cartílago no tiene terminales nerviosos, no duele en estados iniciales de daño. El dolor y la hinchazón secundaria se produce cuando el cartílago se acaba generándose roce de hueso contra hueso.

## ARTROSIS GENERALIZADA

Muchas personas refieren tener "artrosis generalizada", el término es incorrecto ya que como es una enfermedad por desgaste de cada articulación no se afectan todas las articulaciones del cuerpo. Existen personas

que tienen mayor facilidad para padecer artrosis en varias articulaciones, pero cada articulación se afecta individualmente y no en conjunto.

La artrosis tiene un componente hereditario importante; si un familiar directo padece de artrosis uno tiene mayor predisposición a tener artrosis. Sin embargo, en los pacientes que padecen artrosis se encuentran mezclas de factores hereditarios y adquiridos tales como la obesidad, traumatismos, actividad deportiva realizada, etc.

## ARTROSIS Y HUMEDAD

Muchas personas refieren que con la humedad y el mal tiempo los dolores son más agudos. En la actualidad no hay un trabajo de investigación científico que explique estos síntomas, se sabe que la presión barométrica o atmosférica afecta los tendones, ligamentos y articulaciones llevando a que la gran mayoría de los pacientes pueda percibir más dolor en dichas situaciones.

## TRATAMIENTOS ACTUALES PARA LA ARTROSIS:

En la actualidad, los tratamientos demostrados para manejar los síntomas son la baja de peso y el entrenamiento muscular. En relación a fármacos, los antiinflamatorios son capaces de disminuir el dolor pero no generan otros efectos.

### **TÉCNICAS REGENERATIVAS: LO NUEVO PARA TRATAR LA ARTROSIS**

Debido a que el tratamiento final de la artrosis muchas veces es con cirugía, en la actualidad, existen varias técnicas en evaluación que buscan regenerar el cartílago articular conocidas como terapias regenerativas, cuyo ideal es obtener la curación de los pacientes.

Dentro de los tratamientos en evaluación destacan:

- **Plasma Rico en Plaquetas (PRP):** Es un producto autólogo (del mismo paciente), en el que se obtienen factores de crecimiento, con el potencial de estimular la regeneración de tejidos, los que se inyectan directamente dentro de la articulación. El PRP consiste en la centrifugación de la sangre del paciente para extraer las plaquetas, las cuales luego se rompen para liberar estos factores regenerativos. Los trabajos científicos actuales evalúan su utilización cada 4 a 6 semanas con 2 a 4 dosis. Los resultados obtenidos son variables, en relación a la eventual regeneración del cartílago, con un buen resultado

de manejo del dolor y mejora de la función

- **Las células madre:** Corresponden a células capaces de regenerar tejidos y que son las responsables de los procesos de curación normales de nuestro organismo. Para su utilización en estudios clínicos, se pueden obtener de diferentes fuentes siendo las más frecuentes: médula ósea (punción en cresta ilíaca), tejido adiposo (mediante mini liposucciones) y sangre venosa (requieren un estímulo previo para que migren desde la médula ósea). Estas células tienen ventajas teóricas enormes ya que podrían diferenciarse a cartílago articular normal. Sin embargo, actualmente están en etapa experimental ya que no se tiene claro cuál es la mejor fuente de obtención, cuál es la dosis ideal para utilizarlas, si se requiere más de 1 inyección, etc. Los trabajos experimentales en pacientes han demostrado una adecuada disminución del dolor y mejora de la función siendo superior a la obtenida con PRP, pero sin claridad sobre su potencial de regeneración del cartílago.✿