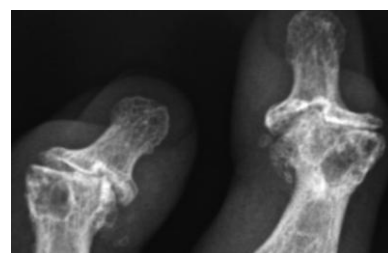


“Artritis” no es solamente una palabra que usan los médicos cuando hablan de articulaciones dolorosas o entumecidas. De hecho, existen muchas clases de artritis, cada una tiene diferentes síntomas y tratamientos. La mayoría son crónicas (duran un largo periodo de tiempo). La artritis puede atacar las articulaciones de casi cualquier parte del cuerpo. Algunos tipos o formas existen cambios que se pueden ver y sentir como inflamación, calor, y enrojecimiento en las articulaciones. Algunos tipos, a pesar de que el dolor y la inflamación duran un corto periodo de tiempo. La artritis puede llegar a ser muy dañina. Otros tipos causan síntomas menos problemáticos, pero aun así, dañan lentamente las articulaciones. La artritis es una de las enfermedades más comunes. Millones de adultos y la mitad de las personas mayores de 65 años de edad sufren de molestias causadas por esta enfermedad. Los adultos mayores son los que padecen más a menudo de osteoartritis, artritis reumatoidea o gota.

Osteoartritis. Es un tipo de artritis común entre los adultos mayores. La empieza cuando los cartílagos comienzan a rasgarse y desgastarse. El cartílago es un tejido que amortigua los huesos en las articulaciones. En los casos más graves todo el cartílago en la articulación se desgasta, dejando que los huesos se rocen entre sí. Es más probable que se tenga en las manos, el cuello, la espalda, o en las articulaciones que soportan el peso del cuerpo tales como las rodillas y las caderas. Los síntomas de la osteoartritis van desde el entumecimiento y dolor moderado que viene y se va cuando se realizan actividades como caminar, encorvarse o agacharse; hasta un severo dolor de las articulaciones que permanece aún cuando se descansa o se trata de dormir. Algunas veces, causa que las articulaciones se sientan duras cuando usted no las ha movido por un tiempo, como después de estar sentado en un carro por un largo rato, pero el endurecimiento desaparece cuando usted mueve la articulación. Con el tiempo también puede causar problemas para mover las articulaciones y algunas veces la espalda, las rodillas y las caderas se ven afectadas con incapacidad total. Cuando uno envejece, lo que más frecuentemente es contraer osteoartritis. Pero los científicos piensan que la causa depende mucho de la parte del cuerpo que esté involucrada. Por ejemplo, la osteoartritis en las manos o en la cadera puede ser hereditaria. La osteoartritis de las rodillas se vincula con el sobrepeso. Las lesiones o el uso en exceso pueden ser la causa de la osteoartritis en las articulaciones de las rodillas, caderas o manos.



Artritis Reumatoidea. Es una enfermedad inmunológica. El término significa que nuestro propio cuerpo ataca los tejidos de una articulación de la misma forma como si tratara de protegernos de una herida o una enfermedad. Por ejemplo, si a usted se le clavara una astilla en un dedo, este se *inflamaría*, se pondría rojo, se hincharía y causaría dolor. La artritis reumatoidea provoca inflamación en las articulaciones. Esta inflamación causa dolor, hinchazón y entumecimiento que puede durar por horas, días o meses. A

menudo, puede darse en varias articulaciones a la vez. Tal vez no le pueda ser posible mover la articulación. Las personas que sufren de artritis reumatoidea a menudo no se sienten bien, están cansados o les da fiebre. La artritis reumatoidea aparece en cualquier edad y es más común entre las mujeres. Ataca cualquier articulación de nuestro cuerpo incluyendo las de los dedos, la muñeca, los hombros, los codos, las caderas, las rodillas, los tobillos, los pies y el cuello, se observa en las articulaciones de ambos lados, no destruye las articulaciones solamente, también atacar órganos como el corazón, los músculos, los vasos sanguíneos, el sistema nervioso y los ojos.

La Gota es una enfermedad producto del metabolismo de las proteínas, de las artritis más dolorosas. Un ataque de gota puede comenzar cuando los cristales de ácido úrico se forman en los ligamentos y/o cavidades de la articulación. Estos depósitos producen inflamación, enrojecimiento, calor, dolor y rigidez en las articulaciones. Los ataques de gota usualmente se presentan después de consumir alimentos como mariscos, hígado, granos, semillas, anchoas (boquerones) o salsas. El consumo de alcohol, el sobrepeso y el estar tomando cierto tipo de medicamentos, también podrían empeorar la gota. En los adultos mayores algunos medicamentos para la presión alta pueden también incrementar la posibilidad de un ataque de gota. La gota es muy a menudo un problema del dedo gordo del pie, pero puede también afectar otras de sus articulaciones, incluyendo los tobillos, los codos, las rodillas, la muñeca, las manos y los otros dedos del pie. La inflamación podría causar que la piel se estire y apriete alrededor de la articulación haciendo que esta área se ponga roja o morada y a la vez muy sensible. Su médico probablemente le sugiera hacerse exámenes de sangre y rayos X. Él o ella probablemente tomen también muestras del fluido de la articulación en el momento en que se está teniendo un ataque.



Otras formas de artritis incluyen la **artritis psoriásica** (en personas con la enfermedad de la piel psoriasis), la **espondilitis anquilosante** (la cual afecta generalmente la espina dorsal), **artritis reactiva** (ocurre como reacción a otra enfermedad en el cuerpo como la salmonelosis o tifoidea) y la **artritis en la articulación temporomandibular** (donde la quijada se une al cráneo).



Las señales de alarma

Usted puede estar padeciendo una forma de artritis si presenta los siguientes síntomas:

- Dolor incesante en las articulaciones.
- Articulaciones inflamadas.
- Articulaciones endurecidas, o entumecidas.
- Sensibilidad o dolor al tocar una articulación.
- Problemas al usar o mover una articulación normalmente.
- Calor y enrojecimiento de una articulación.

Si alguno de estos síntomas persiste por más de 2 semanas, consulte con su médico de cabecera.

Si usted tiene fiebre, si se siente enfermo físicamente, si repentinamente tiene inflamación en una articulación, o tiene problemas al usar una articulación, consulte a su médico cuanto antes.