Decisiones compartidas en Artrosis de rodilla

¿Qué es la artrosis de rodilla?

Es una **enfermedad crónica** producida por el desgaste progresivo del cartílago articular.

El **cartílago** es el tejido que recubre los huesos y permite su movimiento.

Produce **dolor, inflamación, rigidez y dificultades** para realizar actividades de la vida diaria

¿Cuáles son las opciones de tratamiento para la artrosis de rodilla?

Se empieza con tratamientos conservadores y se añaden otras opciones si hace falta. Los tratamientos se mantienen de forma transversal.

	Tratamiento no farmacológico	Tratamiento farmacológico	Tratamiento quirúrgico
¿Qué tipos de tratamiento hay y en qué consisten?	**Cambios de estilo de vida** Los hábitos saludables, como la actividad física regular y el control del peso, contribuyen a mejorar los síntomas y progresión de la artrosis, además de reducir el riesgo de complicaciones futuras. **Medidas de protección articular** Los dispositivos de ayuda, como el bastón, son un complemento que facilitan la vida cotidiana. **Medidas de terapia física** La fisioterapia puede ayudar con problemas biomecánicos, la aplicaciób de frío o calor a reducir la inflamación y el dolor, y el yoga y la meditación a gestionar la percepción del dolor y reducir el estrés.	No hay medicamentos que curen la artrosis, pero hay fármacos que, juntamente con los cambios de estilo de vida, son eficaces para disminuir el dolor. Los tratamientos farmacológicos pueden incluir: • Analgésicos (paracetamol). • Antiinflamatorios (ibuprofèn, naproxèn o diclofenac). • Infiltraciones. **Infiltraciones** Son la inyección de diferentes sustancias dentro de la articulacióm. • Corticoides: alivian el dolor y la inflamación. • Ácido hialurónico: no hay suficiente evidencia para indicar el uso generalizado.	**Osteotomía** Corrige la deformidad de los huesos cortándolos y volviendo a colocarlos en una posición mejor. Se realiza en casos concretos y se considera un tratamiento de prevención. **Prótesis de rodilla** Se trata de un procedimiento quirúrgico mayor que implica quitar las partes del fémur, la tibia y la rótula que forman la articulación de la rodilla, para colocar una articulación artificial. Pueden ser: • **Parcial**: cuando una parte de la rodila está muy afectada y el resto de articulación se conserva correctamente. • **Total**: quan el dany afecta tota l'articulació del genoll
¿Para qué sirve?	Para evitar la progresión de la enfermedad, controlar los síntomas y minimizar sus consecuencias.	Para disminuir el dolor y la inflamación.	Para evitar dolor severo y limitaciones funcionales de manera prolongada, es decir, mejorar la movilidad.
¿Cuándo está indicado?	A cualquier edad e independentmente de la fase de la enfermedad.	A cualquier edad e independentmente de la fase de la enfermedad.	En fases avanzadas de la enfermedad, cuando el resto de tratamientos son ineficaces y la calidad de vida es deficiente.
¿Qué ventajas tiene?	No tiene riesgos y ayuda a prevenir la aparición de otras enfermedades.	Alivia el dolor rápidamente.	Tiene buenos resultados a largo plazo, pocas contraindicaciones y una recuperación rápida.
¿Qué inconvenientes tiene?	Puede no ser suficiente para tratar la enfermedad.	Puede no ser suficiente para tratar la enfermedad. Puede comportar efectos secundarios derivados de los fármacos.	Hace falta ingreso hospitalario (entre 2 y 7 días) y rehabilitación (unos meses). Comporta riesgos derivados de la operación.
¿Qué riesgos hay?	No hay riesgos.	Puede haber efectos secundarios de los medicamentos y/o interacciones con otros fármacos.	Los riesgos de la intervención son: trombosis venosa profunda, embolia pulmonar, infección, fractura y dolor residual.

Más información en: decisionscompartides.gencat.cat

Generalitat de Catalunya

DecisionsCompartides