

## LA ARTROSIS DE RODILLA

Son muchas las personas que padecen artrosis de rodilla. Prácticamente 1 de cada 4 españoles tienen artrosis en alguna articulación, siendo la rodilla la articulación más frecuentemente afectada por esta patología.

La artrosis es una enfermedad crónica caracterizada por la desintegración del cartílago de las articulaciones. El cartílago es la parte de la articulación que amortigua los extremos de los huesos y permite el fácil movimiento de las articulaciones. La desintegración del cartílago o condropatía hace que los huesos se rocen entre sí, provocando rigidez, dolor y pérdida del movimiento en la articulación.

Desde que la condropatía (problemas del cartílago articular) nos da un “toque de atención”, hasta que se desarrolla la artrosis, pasa más o menos tiempo dependiendo del grado de condropatía que tengamos y de otros muchos factores, pero lo que está claro y no tiene lugar a dudas es que siempre evolucionará hacia delante y nos llevará irrevocablemente a la artrosis, lo cual es muy importante conocer, dado que la artrosis además No tiene cura!!.

Son muchos los factores que por sí mismos pueden jugar un papel importante en la evolución hacia la artrosis, incluyendo la edad, la obesidad, las lesiones o la genética. Hay varias etapas de la artrosis:

-El cartílago pierde elasticidad y se daña más fácilmente por una lesión o por el uso. Condropatía. El deterioro del cartílago puede:

Afectar la forma y la composición de

la articulación por lo que no funcionará sin problemas. Esto puede significar dolor o cojera incluso solo al caminar o al subir y bajar escaleras y por supuesto con el deporte.



-El desgaste del cartílago ocasiona cambios en el hueso subyacente, quistes en el cartílago, osteofitos ...

-Algunos pedazos de hueso o cartílago pueden flotar libremente en el espacio de la articulación, irritando al resto de la articulación o incluso provocando episodios de bloqueos articulares, con dolores agudos violentos.

-El revestimiento de la articulación, la membrana sinovial, se inflama debido a la rotura del cartílago causando citoquinas (proteínas de la inflamación) y enzimas que dañan el cartílago aún más, pudiendo además provocar derrames articulares.

Todos estos cambios en el cartílago y los huesos de la articulación pueden provocar dolor, rigidez, derrames y limitaciones funcionales en el uso de la rodilla.

Ahora bien, a pesar de que la artrosis desgasta y destruye la articulación y además no tiene cura (al menos a fecha de hoy), existen recomendaciones, medicaciones y tratamientos, que hacen que la evolución de esa condropatía y la aparición de la artrosis, sea lo más tardía posible. En siguientes semanas os hablaré sobre las distintas medicaciones de uso habitual que pueden aliviar la sintomatología e incluso retrasar la condropatía, pero es fundamental que si tienes problemas en tu rodilla, dolores, inestabilidades o incluso eres consciente de alguna lesión en la misma que no has querido solucionar, ponte en manos de un especialista que te asesore y te transmita las mejores opciones para evitar o retrasar la evolución de esa condropatía que seguro tendrás en mayor o menor grado.



### Dr. Emilio L. Juan García

Médico Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología  
Director del Instituto Aragonés de la Rodilla (INAROD)

[www.larodilla.es](http://www.larodilla.es)