

## Osteoartritis de rodilla

**Condición:** La osteoartritis de rodilla (OA) es una enfermedad dolorosa de la articulación que resulta del "desgaste" de los huesos y cartílagos.

**Antecedentes:** uno de cada cuatro estadounidenses mayores de 45 años sufre de OA. En todo el mundo, la OA es una causa común de discapacidad.

**Factores de riesgo:** la edad avanzada se asocia más comúnmente con el desarrollo de OA. Otros factores de riesgo importantes incluyen obesidad, sexo femenino, etnia, predisposición genética y traumatismos o lesiones previos.

**Historia y síntomas:** los pacientes con artrosis de rodilla experimentan con frecuencia dolor de aparición gradual y rigidez matutina que dura menos de 30 minutos. Otros síntomas asociados pueden incluir chasquidos en la rodilla, una capacidad reducida para doblar la articulación y cambios en la apariencia de la rodilla. Los síntomas pueden empeorar con el tiempo.

**Examen físico:** su médico especialista en medicina física y rehabilitación (fisiatra) realizará una evaluación de su rodilla que puede incluir lo siguiente:

- 1) Inspección de anomalías como decoloración, hinchazón, tamaño y alineación de la piel.
- 2) Presionando diferentes regiones para evaluar la sensibilidad.
- 3) Doblado y enderezamiento de la articulación.
- 4) Prueba de fuerza de los músculos de la zona.
- 5) Exámenes físicos especiales para determinar mejor el origen del dolor.

**Proceso de diagnóstico:** las radiografías se utilizan comúnmente para evaluar la gravedad de la artrosis de rodilla. Otros métodos de diagnóstico por imágenes que ayudan a proporcionar un diagnóstico claro incluyen el ultrasonido o la resonancia magnética (MRI). Su médico fisiatra puede tener una formación avanzada en la realización de ecografías en el consultorio. Algunos pacientes pueden requerir drenaje de líquido articular o análisis de sangre.

**Manejo de rehabilitación:** los médicos fisiatras utilizan un enfoque integral y colaborativo para el manejo de la artrosis de rodilla. Su rehabilitación puede incluir 1) un programa de fisioterapia que proporcione educación sobre el ejercicio y la modificación de la actividad, 2) un programa nutricional saludable para fomentar la pérdida de peso, 3) medicamentos orales y 4) inyecciones en las articulaciones. A menudo, varios profesionales de la salud (su médico especialista en medicina física y rehabilitación y el personal de fisioterapia) están involucrados en su atención.

**Otros recursos para pacientes y familias:** Los programas de ejercicio y pérdida de peso pueden ser útiles para los pacientes y sus familias.

## Preguntas Frecuentes

### ¿Qué es la especialidad en Medicina Física y Rehabilitación?

La Medicina Física y Rehabilitación (MF&R), también conocida como Fisiatría, es una especialidad médica primaria que tiene como objetivo mejorar y restaurar la capacidad funcional, y mejorar la calidad de vida de las personas con lesiones, impedimentos físicos o discapacidades que afectan el cerebro, la médula espinal, los nervios, los huesos, articulaciones, ligamentos, músculos y tendones. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras), evalúan y tratan todo el cuerpo, maximizan la independencia de los pacientes en su vida diaria y son expertos en el diseño de planes de tratamiento integrales y centrados en el paciente para capacitar a los pacientes logren sus metas. Al tener en cuenta todo el cuerpo, pueden identificar con precisión los problemas, disminuir el dolor, ayudar en la recuperación de lesiones devastadoras y maximizar los resultados y el rendimiento generales con opciones no quirúrgicas y peri-quirúrgicas. Para obtener más información, visite [www.aapmr.org/aboutpmr](http://www.aapmr.org/aboutpmr).

### ¿Que hace a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación (Fisiatras) únicos?

La formación de los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación se centra no solo en el tratamiento de afecciones médicas, sino también en mejorar el rendimiento y la calidad de vida del paciente en el contexto de esas afecciones médicas. Se enfocan no solo en una parte del cuerpo, sino en el desarrollo de un programa integral para volver a unir las piezas de la vida de una persona, médica, social, emocional y vocacionalmente, después de una lesión o enfermedad. Los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación realizan y tratan diagnósticos médicos, diseñan un plan de tratamiento y prescriben las terapias que realizan los fisioterapeutas u otros terapeutas aliados o que realizan los propios pacientes. Al proporcionar un plan de tratamiento adecuado, los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación ayudan a los pacientes a mantenerse lo más activos posible a cualquier edad. Su amplia experiencia médica les permite tratar afecciones incapacitantes a lo largo de la vida de una persona.

### ¿Como localizo un médico especialista en Medicina Física y Rehabilitación cerca de mí?

Visite [www.aapmr.org/findapmrphysician](http://www.aapmr.org/findapmrphysician) o comuníquese con su médico de cuidado primario para obtener una referido.