



**¿PADECE DOLOR
DE RODILLA POR
OSTEOARTRITIS?**
DESCUBRA COMO LA
VISCOSUPLEMENTACIÓN
LE PUEDE AYUDAR

CONOZCA SU OSTEOARTRITIS

Si usted padece dolor por osteoartritis (OA) de rodilla o se la han diagnosticado recientemente, debe saber que no está solo.

Millones de personas experimentan estos síntomas a diario y necesitan alivio. La OA es el tipo de artrosis más habitual, así como la enfermedad articular más común en todo el mundo

¿Qué sucede en su rodilla?

En una rodilla sana, el cartílago y el líquido que lubrica su articulación protegen y actúan como amortiguador de los huesos, de modo que es fácil moverla y doblarla.

En una rodilla con OA

- El tejido liso que cubre y protege los extremos de los huesos en las articulaciones (cartílago) se deteriora gradualmente.
- El líquido que amortigua y lubrica las articulaciones (líquido sinovial) se descompone, perdiendo su capacidad de absorber los golpes.
- Los huesos pueden comenzar a rozarse entre sí, causando dolor, rigidez y pérdida de movimiento en su rodilla.

La OA de rodilla puede llegar a afectar su calidad de vida, dificultando las actividades diarias más simples. En la actualidad no existe tratamiento curativo para la OA de rodilla.

Este folleto le proporcionará información acerca de la OA de rodilla y le guiará a través de las opciones de tratamiento.



COMPARACIÓN DE UNA RODILLA SANA CON UNA RODILLA AFECTADA DE OA

Los médicos tienen diversas formas de clasificar la OA de rodilla. Por norma general la OA se clasifica según una escala numérica que va del 1 (leve), hasta 4 (grave).

Otros médicos describen la OA como leve, moderada o grave.

Una rodilla sana

La superficie del cartílago de la articulación de la rodilla es lisa y está protegida por el líquido articular, lo que permite la libertad de movimientos sin dolor.

OA leve

La superficie del cartílago de la articulación de la rodilla comienza a desgastarse. Puede sentir síntomas que, generalmente, son leves, incluyendo dolor ocasional a causa del ejercicio y rigidez matutina de breve duración.

OA moderada

El cartílago articular sigue desgastándose y el líquido articular puede perder su capacidad de lubricar y amortiguar la rodilla. También pueden formarse prominencias óseas o espolones en los bordes de los huesos de la rodilla. El movimiento puede resultar doloroso.

OA grave

El cartílago se ha desgastado por completo, provocando que los huesos rocen entre sí. Puede sentir que el dolor es más constante y severo y que su capacidad de realizar sus actividades diarias va disminuyendo.



CONOZCA SU OSTEOARTRITIS

¿Cuáles son los signos y síntomas de la OA de rodilla?

La osteoartritis de rodilla suele desarrollarse de forma lenta y empeora gradualmente con el tiempo, de modo que se pueden notar cambios progresivos en el grado de los síntomas. La osteoartritis puede desarrollarse en una rodilla o en ambas. Los signos y síntomas varían de leves a severos y pueden incluir:

- Dolor o sensación de roce durante el movimiento, e incluso dolor en reposo.
- Rigidez después de períodos de descanso.
- Pérdida de la función o amplitud de movimiento.

¿Cuál es la causa de la OA de rodilla?

No hay una sola causa, sino más bien múltiples factores que pueden aumentar la probabilidad de desarrollar la enfermedad.



Edad

El riesgo aumenta con la edad; la mayoría de pacientes desarrolla la enfermedad después de los 45 años de edad.

Obesidad

El exceso de peso supone una mayor sobrecarga en las rodillas.

Género

La osteoartritis es más común en la mujer.

Herencia

Los rasgos hereditarios pueden afectar a la forma y la estabilidad de las articulaciones.

Lesión

Las lesiones previas de rodilla, las actividades y ocupaciones que implican una gran cantidad de flexiones incrementan el riesgo de sufrir esta enfermedad

CONOZCA SUS OPCIONES DE TRATAMIENTO PARA LA OA

Si le han diagnosticado osteoartritis de rodilla deberá visitar regularmente a su médico para tratar de la forma más adecuada su enfermedad.

Comente con su médico las opciones para reducir el dolor y aumentar su capacidad para realizar sus actividades cotidianas.

Cambios en el estilo de vida

- El **ejercicio moderado y/o la terapia física** pueden ayudar a fortalecer los músculos y aumentar su movilidad.
- Se recomienda la **pérdida de peso** para reducir la sobrecarga de la articulación de la rodilla si tiene exceso de peso.

Tratamientos por vía oral

- Los **analgésicos orales**, pueden proporcionar un alivio del dolor. Estos fármacos no deberían tomarse durante un período de tiempo prolongado, ya que pueden causar molestias estomacales y otros efectos secundarios gastrointestinales graves.



Viscosuplementos

- Los viscosuplementos son inyecciones intraarticulares (inyecciones dentro del espacio articular) que reemplazan el líquido de la articulación dañada y pueden proporcionar alivio durante un período de 3 meses a 1 año.
- Con los viscosuplementos hay menos posibilidades de efectos secundarios sistémicos (p. ej. sangrado GI), puesto que se inyectan directamente en la rodilla. Los efectos secundarios locales, normalmente son leves y transitorios, y pueden consistir en dolor en el lugar de la inyección e inflamación transitoria.

Inyecciones de esteroides e inflamación temporal

- Generalmente, **las inyecciones intraarticulares de esteroides**, proporcionan alivio a corto plazo. Su uso repetido puede causar daños en el cartílago.

Cirugía

- El **reemplazo total o parcial de la rodilla** (artroplastia total de rodilla) es el último recurso para los pacientes cuyo dolor de rodilla es severo y no puede aliviarse con otras opciones de tratamiento.
- Al igual que cualquier cirugía mayor, puede suponer un riesgo para la salud e implicar un largo período de recuperación y un prolongado tiempo de baja laboral, etc.



¿QUÉ PUEDO ESPERAR DEL TRATAMIENTO CON UN VISCOSUPLEMENTO?

Durante el procedimiento

Para preparar su rodilla para la inyección, el médico puede:

- Limpiar la rodilla con alcohol y/o yodo.
- Aplicar un anestésico local en la rodilla.
- Insertar una aguja en la articulación.
- Retirar cualquier exceso de líquido de su articulación.
- Finalmente inyectará en su rodilla el viscosuplemento.

El procedimiento completo dura unos pocos minutos, y podrá volver a casa inmediatamente tras el tratamiento.

Posibles efectos secundarios del tratamiento con viscosuplementos

Antes de recibir un tratamiento con viscosuplementación, debe informar a su médico si sufre alergia a los preparados de ácido hialurónico (hialuronato de sodio) o a las proteínas aviares (pollo). Normalmente, los efectos secundarios son leves y transitorios.

Pueden incluir:

- Dolor
- Inflamación
- Rigidez
- Acumulación de líquido

Si los síntomas persisten o empeoran, póngase en contacto inmediatamente con su médico.

Cuando llegue a casa

- Si tiene dolor leve o hinchazón en el punto de la inyección, es aconsejable que descanse y se aplique una bolsa de hielo sobre la rodilla durante 15 a 20 minutos, o siga las recomendaciones de su médico.
- Evite sobrecargar la rodilla -correr, levantar peso o permanecer de pie por un período de tiempo prolongado- durante las 48 horas siguientes a la inyección, siga las recomendaciones de su médico.

CONTROLE EL DOLOR DE SU OA DE RODILLA

¿Y si me vuelve a doler?

En los pacientes con OA de rodilla se ha demostrado clínicamente que el alivio del dolor puede durar hasta 12 meses con tres inyecciones de algunos viscosuplementos. El éxito del tratamiento varía de un paciente a otro. Si los síntomas se repiten, su médico puede aconsejarle otro ciclo de tratamiento con un viscosuplemento. Se ha demostrado que la repetición de tratamiento con viscosuplementos es segura y eficaz en pacientes con OA de rodilla.

Controle el dolor de su OA de rodilla

- **Consulte a su médico regularmente:** Puesto que no hay tratamiento curativo conocido para la OA de rodilla y es una patología crónica que no desaparece, es importante que continúe viendo de forma regular a su médico.
- **Realice un seguimiento de sus síntomas:** Si nota que vuelven el dolor o la rigidez, hable con su médico para programar su próxima cita.
- **La OA es una enfermedad crónica, y el contacto regular con su médico, puede ayudarlo a prevenir que el dolor, interrumpa su actividad diaria.**
- **Consulte con su médico acerca de las opciones de tratamiento más adecuadas para usted. Establezca un plan para controlar el dolor a largo plazo.**





Sanofi España

Oficina central
Edificio Torre Diagonal Mar
C/ Josep Pla, 2
08019 BARCELONA

Synvisc es una marca registrada de Sanofi.
© 2011 Sanofi
Todos los derechos reservados