

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Dec 14, 2023

Osteoartritis: ¿qué es?

La osteoartritis es una afección que causa rigidez y dolor en las articulaciones. Esto puede dificultar la realización de las actividades cotidianas para algunas personas

No existe cura para la osteoartritis, pero existen tratamientos que pueden ayudar a aliviar los síntomas.

Qué ocurre en la artrosis?

La osteoartritis es una afección que afecta a las articulaciones. Es más común en las articulaciones de las rodillas, las caderas, las manos, los pies y la columna vertebral.

La osteoartritis ocurre cuando el cartílago en los extremos de los huesos se daña o se desgasta. El **cartílago** es un material duro y resbaladizo que recubre el extremo de un hueso y lo protege.

Cuando el cartílago se descompone, el hueso intenta repararlo. Esto puede provocar crecimientos óseos que hacen que la articulación sea dolorosa e inestable.

Aunque la artrosis no se produce simplemente por el envejecimiento o por el desgaste del cartílago, es más frecuente en las personas mayores. Se desconoce la causa exacta de la afección. Pero otras cosas que lo hacen más propenso a contraer osteoartritis incluyen:

- Tener sobrepeso
- Ser mujer
- Lesión en una articulación
- Tener osteoartritis en su familia.

Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la osteoartritis suelen desarrollarse lentamente, a veces durante muchos años. Los síntomas más frecuentes son:

- Dolor. Por lo general, esto empeora con la actividad porque está usando la articulación. Puede ser ardiente, doloroso o punzante

Osteoartritis: ¿qué es?

- Rigidez. Esto suele empeorar a primera hora de la mañana
- Problemas para moverse: por ejemplo, puede resultarle difícil subir escaleras o alcanzar un estante alto
- articulaciones inflamadas
- Sensación de crujido o sonido en las articulaciones al moverlas
- Uniones nudosas
- Debilidad muscular alrededor de la articulación afectada.

Su médico le preguntará acerca de sus síntomas y examinará sus articulaciones. También pueden ordenar algunas pruebas, como una **radiografía** y un **análisis de sangre**, para verificar que sus síntomas no sean causados por otra afección.

Qué me va a pasar?

La osteoartritis es una afección que por lo general, pero no siempre, progresa muy lentamente, a menudo durante muchos años.

No hay cura para ello, pero el dolor y la rigidez pueden mejorar con el tiempo, especialmente con el tratamiento. Es difícil predecir lo que te sucederá como individuo.

Las investigaciones sugieren que es posible que pueda evitar desarrollar síntomas graves si mantiene su peso en un nivel saludable y se mantiene en movimiento.

Para obtener más información sobre los tratamientos para la artrosis, consulte nuestro folleto *Artrosis: ¿qué tratamientos funcionan?*

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

