

SANIDAD | COVID-19

PANDEMIA

EL CONFINAMIENTO AGRAVÓ LA ARTROSIS

JOSÉ LUIS ROYO / ALBACETE

Que el Covid-19 ha producido estragos en nuestra salud no es algo novedoso desgraciadamente y conforme se va conociendo la enfermedad, más secuelas encontramos en los pacientes que la han padecido. Pero, además de los problemas generados por este coronavirus, las medidas tomadas para frenar su contagio también han contribuido a potenciar otras patologías como la artrosis.

En este sentido, según un estudio realizado por el traumatólogo albacetense Eduardo Rodríguez-Vellando Rubio, que durante los últimos meses ha visto empeorar los síntomas de esta enfermedad de forma importante y la conclusión a la que ha llegado es que el responsable es el confinamiento. «Para evitar el contagio hemos tenido mantener la distancia social y permanecer en casa. Quedarnos en casa supone un incremento de la vida sedentaria, lo que, para los enfermos de artrosis, puede resultar muy perjudicial», señala este doctor.

«La artrosis es una enfermedad degenerativa crónica que, debido a su alta prevalencia, está considerada como uno de los principales problemas de salud a nivel mundial, constituyendo la causa más común de incapacidad permanente en mayores de 65 años», explica Vellando.

Esta patología afecta a las articulaciones, sobre todo en manos, caderas y rodillas.

RODILLA. Los casos que más ve el doctor Rodríguez-Vellando son los que afectan a la rodilla, donde los síntomas son claros. «Los pacientes tienen rigidez articular y fuertes dolores, que en un primer momento experimentan con el movimiento de la articulación, ya sea al caminar, subir escaleras o sentarse, pero que después también perciben en reposo», señala y añade en este punto que todo esto se agrava con el paso del tiempo porque la articulación «se deforma produciendo una reducción de la movilidad hasta la pérdida total de la misma».

Para el doctor, la edad es un factor importante en el desarrollo de esta enfermedad, aunque «también puede deberse a una determinada ocupación laboral, el exceso de ejercicio físico o ser consecuencia de una lesión previa, especialmente la menisectomía y la rotura del ligamento cruzado anterior», destaca Rodríguez-Vellando.

En cualquier caso, el paciente tipo que padece artrosis es mayor

Un estudio elaborado en la capital destaca la influencia del sedentarismo en esta enfermedad degenerativa



Las vías verdes, cerradas durante el confinamiento. / R. SERRALLÉ

de 50 años, presenta un dolor crónico al mover las articulaciones, fundamentalmente al inicio de los movimientos, puede presentar rigidez y deformidad articular, crepitación y derrame.

Numerosos estudios demuestran que la artrosis afecta más a

las mujeres que a los hombres, sobre todo a partir de los 60 años, donde el 20% de las féminas de esta edad la padecen. Así, según el doctor Vellando «las imágenes obtenidas a través de resonancia magnética muestran que el volumen de cartilago articular es me-

nos importante en la mujer que en el hombre».

A esto hay que sumar otros factores de riesgo como el exceso de peso, «que afecta en especial a caderas y rodillas», explica Eduardo Rodríguez-Vellando, que añade que «las mujeres tienen mayor tendencia a sufrir artrosis de rodilla y, especialmente, tras la menopausia».

TRATAMIENTO PALIATIVO. Desafortunadamente la artrosis no tiene un tratamiento curativo, sino más bien paliativo, y habitualmente se centra en evitar el dolor. De esta manera, el doctor Vellando explica en su estudio que «hay dos tipos de tratamiento, los conservadores y los quirúrgicos» y especifica que en los conservadores están los analgésicos, entre los que destacan «los corticoides intrarticulares, es decir que se infiltran directamente en la articulación» o el ácido hialurónico, que actúa como un lubricante natural, «que tarda más en actuar, aunque su efecto perdura más en el tiempo».

También, dentro de los tratamientos conservadores se emplea el plasma rico en plaquetas extraído del propio paciente e inyectado tras un proceso de centrifugación y que contiene factor de crecimiento.

«Los últimos ensayos clínicos avalan el uso de factores de crecimiento plaquetario para tratar la artrosis de rodilla de forma eficaz, ya que consiguen retrasar su desarrollo logrando así mejorar la calidad de vida de los pacientes», señala Rodríguez Vellando sobre los tratamientos de los pacientes con esta patología.

EJERCICIO. En cualquier caso, todos estos tratamientos deben acompañarse por «un estilo de vida saludable, es decir, la práctica habitual de actividad física aeróbica de bajo impacto y seguir una dieta equilibrada que nos ayude a mantener un peso adecuado», advierte a este respecto Eduardo Rodríguez-Vellando.

Por ello, el confinamiento ha influido de manera notable en los pacientes con artrosis, según este traumatólogo, que añade que «no solo el confinamiento, el cierre de gimnasios y centros deportivos ha supuesto esa falta de movilidad y ejercicio físico tan necesario para los enfermos de artrosis, sino que también el temor al contagio que se ha generado entre la población, ha provocado que muchos pacientes hayan dilatado visitas necesarias y urgentes al traumatólogo, soportando dolores que pueden ser síntoma de una causa grave».

La provincia registró dos víctimas más por Covid en las últimas 24 horas

T.R. / REDACCIÓN / ALBACETE

Tras varios días con datos positivos por ausencia de muertes víctimas del coronavirus tanto en la región como en la provincia, ayer de nuevo los datos oficiales facilitados por el Gobierno de Castilla-La Mancha, a través de la Dirección General de Salud Pública, confirmaban tres nuevas defunciones por Covid en el conjunto regional, dos de ellas en Albacete.

Asimismo, ayer se confirmaron 27 nuevos casos por infección de coronavirus detectados a través de PCR, tres de ellos en la provincia de Albacete, que ya suma desde el inicio de la pandemia contando solo los casos diagnosticados por PCR y no los de test rápidos 3.926 infectados, de 17.803 que se contabilizan a nivel regional.

Con los dos nuevos fallecidos que ayer se cobró la pandemia en la provincia, más otra víctima más en Guadalajara, el número acumulado de fallecidos por Covid desde el inicio de la pandemia es de 3.014, de los que Albacete alcanza los 540, dos más que 24 horas antes.

MEJORÍA. La tendencia en cuanto a la evolución de los pacientes hospitalizados por sufrir este virus tiende a mejorar día tras días, con pequeños picos y oscilaciones. Así, el número de hospitalizados en cama convencional desciende a 52, de los que los hospitales albacetenses solo cuentan con siete enfermos de Covid-19, dos menos que 24 horas antes. Por hospitales, el Complejo Hospitalario de Albacete tiene seis de estos casos, los mismos que el día anterior; el Hospital de Almansa y el de Hellín, ninguno; y uno tiene el Hospital de Villarrobledo, dos menos que el día anterior.

El número de personas ingresadas en Unidades de Críticos y que necesitan respirador es de 21 en la comunidad, tres de ellos en la provincia de Albacete, uno menos que el día anterior.

El número de altas epidemiológicas desde el inicio de la pandemia asciende a 6.947, de las que Albacete tiene 1.465, una más que el día anterior.

Aunque la situación ha mejorado en las residencias de mayores la cifra de positivos en 32 de ellas que se concentran en la geografía provincial se aproxima al millar y además son cerca de 220 las defunciones en estos centros de personas que han sido víctimas del coronavirus desde el inicio de la pandemia, el 40% del total de defunciones registradas por esta causa en la provincia de Albacete.

LA FRASE



Eduardo Rodríguez-Vellando Rubio. / A. PÉREZ

E. RODRÍGUEZ-VELLANDO
TRAUMATÓLOGO

«El cierre de gimnasios y centros deportivos ha supuesto esa falta de movilidad y ejercicio físico tan necesario para los enfermos de artrosis»