

---

# ¿Qué es la polimialgia reumática?

La polimialgia reumática (PMR) es una afección inflamatoria que puede causar dolor y rigidez. Suele afectar el cuello, los hombros y las caderas. El dolor y la rigidez a menudo son peores durante la mañana.

La polimialgia reumática puede aparecer de repente. En algunas personas, parece presentarse de la noche a la mañana. En otras, puede demorar días o semanas en aparecer. La polimialgia reumática afecta a adultos mayores y a menudo ocurre después de los 50 años. Esta afección se vuelve más común con el paso de los años. La polimialgia reumática suele aparecer entre los 70 y los 80 años de edad. Es más común en las mujeres que en los hombres y parece ser hereditaria.

## ¿Cuáles son las causas de la polimialgia reumática?

Los investigadores están trabajando para conocer las causas de esta enfermedad. Puede aparecer rápidamente y tiende a manifestarse en ciertos momentos del año. Por eso, algunos expertos creen que puede deberse a una infección. Puede que esté vinculada a problemas del sistema inmunitario. Es posible que tengan que ver los genes, ya que la polimialgia reumática puede ser hereditaria.

## Síntomas de la polimialgia reumática

Los principales síntomas son el dolor y la rigidez en hombros, cuello y caderas. El dolor se puede extender a los antebrazos y a los muslos. La polimialgia reumática a menudo afecta a ambos lados del cuerpo por igual. Generalmente los síntomas empeoran a la mañana o después de un período largo de inactividad. El movimiento puede empeorar el dolor.

Los síntomas de la polimialgia reumática suelen afectar más a los hombros. Es posible que le resulte difícil subir los brazos por encima de la altura de los hombros. Esto puede dificultarle vestirse. Es posible que tenga dificultades para darse vuelta en la cama, salir de la cama y levantarse desde una posición de sentado. También puede que tenga problemas para dormir debido a los síntomas.

Se pueden presentar otros síntomas, que pueden incluir lo siguiente:

- Hinchazón de las manos, las muñecas, los pies y los tobillos
- Entumecimiento, hormigueo o dolor en la mano, la muñeca o el antebrazo
- Sensación de debilidad
- Sensación general de malestar
- Cansancio
- Falta de apetito
- Pérdida de peso
- Fiebre baja

## ¿Cómo se diagnostica la polimialgia reumática?

---

Su proveedor de atención médica le preguntará sobre sus antecedentes de salud y sobre sus síntomas. También le realizará un examen físico. El examen revisará su rango de movimiento (cuánto se puede mover), su fuerza y las zonas adoloridas.

Puede ser difícil diagnosticar la polimialgia reumática. Existen muchas enfermedades diferentes que causan dolor y rigidez. Estas incluyen la artritis reumatoide y la fibromialgia. Así que su proveedor de atención médica tendrá que confirmar si realmente tiene esta afección. Para ello, tal vez necesite ciertas pruebas y análisis, tales como los siguientes:

- **Análisis de sangre.** Permiten buscar signos de inflamación, problemas de recuento sanguíneo y daño muscular.
- **Radiografías.** Sirven para observar las articulaciones.
- **Resonancia magnética.** Permite obtener imágenes detalladas de las articulaciones y de los tejidos.
- **Ecografía.** Sirven para observar bien de cerca los tejidos blandos que rodean las articulaciones.

Es posible que su proveedor de atención médica lo diagnostique recetándole un medicamento. La polimialgia reumática generalmente se alivia rápidamente con medicamentos esteroides. Entonces tomarlos puede ayudar a comprobar si tiene polimialgia reumática. También es posible que lo deriven a un reumatólogo para que determine el diagnóstico.

Algunas personas con polimialgia reumática también pueden presentar una afección que se llama arteritis de células gigantes. Esta es una enfermedad inflamatoria que puede afectar a los vasos sanguíneos. Los síntomas más comunes son dolor de cabeza, molestias en la cara o el cuero cabelludo, problemas para ver o masticar, fiebre y cansancio. Llame a su proveedor de atención médica de inmediato si tiene alguno de estos síntomas.