

# Tema Central: Osteoartritis

La osteoartritis es el tipo más común de artritis que hay.

Ocurre cuando los tejidos de la articulación se descomponen con el tiempo. El cartílago que acolchona sus articulaciones se puede desgastar, causando que los huesos froten uno contra otro.

La osteoartritis también puede dañar los tendones, ligamentos, huesos y tejidos que cubren la articulación.

Con el tiempo, la articulación puede cambiar de forma. Pequeños crecimientos de hueso se pueden formar en las orillas de la articulación. Y se pueden romper pedacitos de hueso o cartílago.

Muchas personas sufren este tipo de artritis al envejecer, pero puede sucederle a cualquiera.

La osteoartritis afecta con más frecuencia las manos, rodillas, cadera, cuello y parte inferior de la espalda.

Los síntomas incluyen dolor, inflamación, y rigidez de la articulación afectada.

La osteoartritis también dificulta que se doble la articulación o que tenga su rango de movimiento completo.

Los síntomas pueden ser leves o severos.

El tratamiento para la osteoartritis incluye cambios de estilo de vida como cambiar su actividad o bajar de peso, analgésicos, inyecciones, terapia física y técnicas de autocuidado.

Tal vez necesite intentar varios tratamientos para determinar cuál funciona para usted.

Si no mejora su dolor con tratamiento, tal vez una opción sería la cirugía.

Para aprender más sobre osteoartritis, consulte a su doctor.