

¿Qué es la osteoartritis de rodilla?

La osteoartritis de rodilla es una causa frecuente de dolor de rodilla y discapacidad entre los adultos.

La osteoartritis de rodilla es un trastorno crónico que consiste en daños en el cartilago, los huesos y los tejidos circundantes de la rodilla. Afecta a aproximadamente el 23 % de las personas mayores de 40 años en todo el mundo y a alrededor del 45 % de las personas a los 85 años.¹

¿Quién tiene más probabilidades de desarrollar osteoartritis de rodilla?

Las personas que tienen más probabilidades de desarrollar osteoartritis de rodilla incluyen mujeres y personas con obesidad, una lesión de rodilla anterior, rodillas desalineadas o músculos débiles del muslo y aquellas que se pusieron en cuclillas y arrodillaron con frecuencia para trabajar, como los trabajadores agrícolas.

¿Cuáles son los síntomas de la osteoartritis de rodilla?

Los síntomas más comunes de la osteoartritis de rodilla son dolor de rodilla con actividades y/o limitaciones funcionales, como dificultad para levantarse de una silla, subir escaleras y caminar. Otros síntomas pueden ser rigidez matutina de la rodilla de menos de 30 minutos de duración, hinchazón de la rodilla y sensación de que la rodilla se dobla o cede. Los síntomas de osteoartritis de rodilla generalmente comienzan gradualmente y pueden incluir exacerbaciones breves e intermitentes del dolor de rodilla.

¿Cómo se diagnostica la osteoartritis de rodilla?

La osteoartritis de rodilla generalmente se diagnostica en función de los antecedentes médicos y el examen físico del paciente. Entre los signos más frecuentes se incluyen un crujido o chasquido al mover la rodilla, un agrandamiento de la articulación de la rodilla y una limitación de la amplitud de movimiento de la rodilla. No se necesitan radiografías para hacer el diagnóstico en pacientes de 45 años o más que tienen dolor de rodilla relacionado con la actividad sin rigidez matutina o con rigidez matutina que dura menos de 30 minutos.

Las radiografías y los análisis de laboratorio se pueden usar para pacientes con síntomas atípicos, como rigidez articular prolongada o dolor de rodilla en reposo, un cambio en los síntomas, como hinchazón y enrojecimiento de la rodilla con dolor breve o una progresión rápida e inesperada de los síntomas, o si se sospecha de otra afección de la rodilla. Las radiografías pueden ayudar a evaluar la gravedad de la osteoartritis de rodilla, el pronóstico y la probabilidad de mejoría con la cirugía de prótesis de rodilla.

¿Qué tratamientos se usan para la osteoartritis de rodilla?

Debido a que actualmente no hay terapias que reviertan o eviten la progresión de la osteoartritis de rodilla, el tratamiento se centra en aliviar los síntomas. Los tratamientos de primera línea son terapia de ejercicios, pérdida de peso para aquellos con sobrepeso u obesidad, educación del paciente y uso de rodilleras o bastones, si está indicado. Los fármacos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) que se aplican en la piel o se toman por vía oral pueden ayudar a reducir el dolor de rodilla. Sin embargo, los AINE orales deben usarse durante un período breve con la dosis eficaz más

La osteoartritis de rodilla es un trastorno crónico que implica daño al cartilago, hueso y tejidos circundantes de la rodilla. Los factores de riesgo incluyen edad mayor de 40 años, sexo femenino, sobrepeso u obesidad, lesión previa de rodilla, rodillas desalineadas, músculos débiles del muslo y trabajo que implica ponerse en cuclillas o arrodillarse con frecuencia.



Los síntomas incluyen dolor de rodilla con actividades como



También puede presentarse rigidez matutina de la rodilla que dura menos de 30 minutos, hinchazón de la rodilla y una sensación de que la rodilla se dobla o cede.

Los **tratamientos de primera línea** incluyen terapia de ejercicios, pérdida de peso para aquellos con sobrepeso u obesidad, educación del paciente y uso de rodilleras o bastones.

Los fármacos antiinflamatorios no esteroideos (AINE) tópicos u orales pueden ayudar a reducir el dolor. Las inyecciones de corticosteroides en la articulación de la rodilla pueden proporcionar un alivio temporal.

baja. Para los pacientes con dolor persistente debido a osteoartritis de rodilla, la inyección de corticosteroides en la articulación de la rodilla puede proporcionar alivio temporal del dolor. Los medicamentos de uso frecuente, como acetaminofeno, duloxetina y tramadol, solo se recomiendan condicionalmente para la osteoartritis de rodilla. Otros tratamientos, incluidos suplementos como glucosamina y condroitina, opioides, acupuntura y artroscopia, no han demostrado ser eficaces para la osteoartritis de rodilla.

La cirugía de prótesis total de rodilla puede considerarse para pacientes con osteoartritis de rodilla avanzada en las radiografías y síntomas persistentes a pesar de tener 6 meses de tratamientos conductuales y médicos. Aunque muchos pacientes han disminuido sustancialmente el dolor en los primeros 12 meses después de la prótesis total de rodilla, entre el 10 % y el 34 % informan dolor a largo plazo entre los 3 meses y los 5 años posteriores.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

American Academy of Orthopaedic Surgeons (Academia Estadounidense de Cirujanos Ortopédicos)

Autora: Rebecca Voelker, MSJ

Publicado en línea: 14 de noviembre de 2024.
doi:10.1001/jama.2024.17482

Afiliaciones de la autora: escritora colaboradora, *JAMA*.

Divulgaciones relacionadas con conflictos de intereses: no se informó ninguna.

1. Duong V., Oo WM., Ding C., Culvenor AG., Hunter DJ. Evaluación y tratamiento del dolor de

rodilla: revisión. *JAMA*. 2023;330(16):1568-1580. doi:10.1001/jama.2023.19675

La Hoja para el Paciente de *JAMA* es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con la afección médica que usted tiene, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros

profesionales de atención médica pueden descargar o fotocopiar esta hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, envíe un correo electrónico a reprints@jamanetwork.com.