

# **MANEJO DE LA ESPONDILITIS ANQUILOSANTE**

## **¿Qué Es la Espondilitis Anquilosante?**

La espondilitis anquilosante es una condición dolorosa y artrítica que ocurre más a menudo en los hombres menores de 40 años, aunque las mujeres y los niños pueden padecerla. Anquilosante significa unión, y espondilitis se refiere a la inflamación (hinchazón) de las articulaciones de la columna. Las articulaciones de la parte inferior de la espalda pueden fusionarse, dando como resultado una postura encorvada.

La hinchazón hace que los ligamentos que se insertan en los huesos se desgasten y traten de sanar. El tejido elástico llamado ligamentos (los ligamentos unen los huesos entre sí) es remplazado por hueso nuevo, y se produce rigidez.

Las áreas afectadas más a menudo son la parte inferior de la espalda, el pecho, y el cuello. Otras articulaciones afectadas pueden ser la cadera, los hombros, las rodillas, y los tobillos. La enfermedad puede también afectar otros órganos, como los ojos, el corazón, y los pulmones.

## **¿Cuál Es la Causa de la Espondilitis Anquilosante?**

La causa es desconocida, pero es una enfermedad autoinmune. Esto significa que el sistema inmune se ataca a partes del cuerpo, dando como resultado una inflamación y daño. Las personas que tienen un gen llamado HLA-B27 son más propensas a padecer esta enfermedad que las personas sin este gen.

## **¿Cuáles Son los Síntomas de la Espondilitis Anquilosante?**

El síntoma más común es dolor de espalda que puede comenzar gradualmente. La rigidez de la mañana y el dolor desaparecen durante el día con el ejercicio. La persona pierde peso. La persona se siente débil, cansada, y febril y tiene punzadas o dolores molestos en la pierna o en las

posaderas. Además, la persona puede presentar sudoración nocturna, limitación en la amplitud del movimiento, una postura encorvada, y problemas para respirar.

### **¿Cómo Se Diagnostica la Espondilitis Anquilosante?**

El médico toma la historia médica, hace un examen físico, y ordena rayos-x de la columna inferior (lumbar). Los rayos-x muestran la inflamación y la fusión de la articulación (articulación sacroilíaca) que une la columna lumbar a la cadera. Es posible que el médico ordene además un MRI cuando la historia del paciente sugiere la espondilitis anquilosante, pero los rayos X son equívocos.

El médico puede recomendar el consultar un especialista llamado reumatólogo.

### **¿Cuál Es el Tratamiento para la Espondilitis Anquilosante?**

El tratamiento se hace principalmente para el dolor y la rigidez. Ejercicios especiales de estiramiento y fortalecimiento pueden prevenir la fusión de las articulaciones en malas posiciones.

### **¿Cuál Es el Tratamiento para la Espondilitis Anquilosante?**

Un terapeuta físico puede ayudar a diseñar un programa de ejercicios.

Las medicinas antiinflamatorias, como el ibuprofeno y el naproxeno, pueden ayudar a controlar el dolor y la inflamación. Estas medicinas pueden tener efectos secundarios, como náusea, vómito, y trastornos estomacales. Un medicamento llamado sulfasalazina también se puede usar en algunos casos. Otras medicinas como el metotrexate y el infliximab pueden retrasar el progreso de la enfermedad.

Si la enfermedad produjo una deformidad grave y daño a la columna lumbar o a la cadera, un cirujano ortopédico (un especialista en enfermedades del hueso) puede realizar una cirugía. Es

posible que se necesiten otros especialistas (como el oftalmólogo, el cardiólogo, o el neumólogo (para enfermedades de los ojos, el corazón, y los pulmones).

### **Qué DEBE y NO DEBE Hacer para Manejar la Espondilitis Anquilosante**

- ✓ **DEBE** tomar las medicinas que el médico recetó.
- ✓ **DEBE** comenzar una rutina diaria de estiramiento, fortalecimiento, y movimiento, incluyendo ejercicios respiratorios.
- ✓ **DEBE** tener una buena postura, una cama firme, y una silla postural en el trabajo para ayudarle a mantener una columna derecha.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si se cae y nota un cambio súbito en el alineamiento del cuello o de la espalda.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene efectos secundarios a la medicina.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si necesita ser remitido a un especialista.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene dolor en los ojos, pérdida de visión, u ojos rojos.
- ✓ **DEBE** llamar al médico si tiene sangre en las heces.
- ⊗ **NO DEBE** fumar.
- ⊗ **NO DEBE** tomar alcohol si el médico dice que lo suspenda. La medicina puede reaccionar con el alcohol.

DEL ESCRITORIO DE

## NOTAS

### PARA MAYOR INFORMACIÓN

Visite las siguientes paginas web:

- North American Spine Society: Tel: (630) 230-3600; Website: <http://www.spine.org/>
- Spondylitis Association of America: Tel: (800) 777-8189; Website:  
<http://www.spondylitis.org/>
- Arthritis Foundation: Tel: (800) 568-4045; Website: <http://www.arthritis.org/>
- American College of Rheumatology: Tel: (404) 633-3777; Website:  
<http://www.rheumatology.org/>

Copyright © 2021 by Elsevier, Inc.