



La artrosis se triplica con la llegada de la menopausia

Para la mujer a partir de los 45 años, la disminución de los niveles de estrógenos es un factor de riesgo

Redacción Madrid

“Cuando se visita a pacientes llegadas a la edad de la menopausia es muy probable que, al preguntar por su estado de salud, digan que es bueno pero que tienen molestias o dolores en las articulaciones”, explica la doctora Elena Ruiz, ginecóloga y coordinadora nacional del Grupo de Dolor y Artrosis de la Asociación Española para el Estudio de la Menopausia (AEEM).

Esta percepción se confirma con datos que muestran que la prevalencia de la artrosis se triplica con la llegada de la menopausia en mujeres de más de 45 años. Concretamente ocho de cada diez mujeres menopáusicas dice sufrir dolor articular y, de ellas, el 50 por ciento lo define como insoportable o importante.

Las causas se han expuesto en las sesiones de “Salud osteoarticular y mujer” del 9º Curso Diatros de Salud de la Mujer, que se ha celebrado en Barcelona. En ella, el doctor Francesc Baró, especialista en Ginecología y Obstetricia del Hospital Vall d’Hebron de la ciu-

dad condal, ha revisado los diferentes estudios que se han realizado acerca de este tema y que han descrito que los estrógenos parecen jugar un importante papel condroprotector en la articulación ya que regulan procesos celulares beneficiosos en el tejido articular. Asimismo, también se ha demostrado con absoluta claridad la presencia de receptores de esta hormona en el cartílago, el hueso, la membrana sinovial, los ligamentos y el músculo.

Por lo tanto, explica claramente el doctor Francesc Baró, “la disminución de los niveles de estrógenos, que se produce con la llegada de la menopausia, provoca lesiones degenerativas en el cartílago y el hueso subcondral, favoreciendo así la aparición de la artrosis en la mujer”.

La artrosis es una enfermedad inflamatoria crónica que afecta a toda la articulación. A parte del dolor, otros síntomas de la artrosis son la limitación de la movilidad, inflamación, crujidos en la articulación afectada y rigidez.

“Podemos recomendar, por ejemplo, vigilar el peso, evitar los



ARTROSIS. El 80% de las mujeres menopáusicas sufre dolor articular de origen artrósico y un 50% lo define como insoportable

tacones altos, realizar ejercicio moderado y, si es necesario, ayudarse de un bastón. Pero si eso no es suficiente, también podemos recomendar el tratamiento con fármacos condroprotectores, como el condroitín sulfato y el sulfato de glucosamina, para mejorar la función articular y aliviar el dolor,

pudiendo retrasar la progresión de la enfermedad”, afirma el doctor Francesc Baró.

Por último, tanto el doctor Francesc Baró como la doctora Elena Ruiz, insisten en poner de manifiesto el importante papel que siempre juega el ginecólogo tanto para la detección como para el trata-

miento de esta enfermedad, que aún está infradiagnosticada en la mujer. “Los ginecólogos, que estamos dedicados de forma especial a la mujer, tenemos la posibilidad de detectar y abordar la artrosis en sus inicios y mejorar la calidad de vida de nuestras pacientes”, concluye la doctora Ruiz.