

## CAPITULO 9

### PACIENTES CON ARTROSIS

La artrosis u osteoartritis, es la principal causa que motiva la llegada de pacientes a los establecimientos termales de Carhué.

Representa la enfermedad reumática más frecuente de todas. Luego de los veinticinco años aproximadamente comienza a manifestarse no clínicamente pero sí a nivel de los cartílagos articulares, promoviendo un proceso de tipo degenerativo de curso crónico y progresivo.

Esta enfermedad puede no respetar ninguna articulación, pero tiene particular afinidad por las estructuras que soportan mayor peso y el consecuente trabajo biomecánico articular. Así, es más común en caderas (coxartrosis), en rodillas (gonartrosis), en columna vertebral (espondiloartrosis) con predilección del sector cervical (cervicoartrosis) y del lumbar (lumboartrosis).

El dolor puede ser la primera manifestación

sintomática de esta enfermedad. Es un dolor mecánico que empeora con la actividad y la movilización articular, y que mejora con el reposo.

Este dolor puede en ocasiones ser nocturno y durante el reposo en cama, como en algunas formas de artrosis de cadera avanzada.

La rigidez, generalmente de tipo matinal, es otra característica que tiende a disminuir con el ejercicio, persistiendo de minutos a media hora.

Con el examen físico de estos enfermos notamos: dolor, rigidez y limitación de movimientos con disminución de la función articular, en ocasiones anquilosis (fijación articular). Al intentar hacerlos deambular podemos sentir "crujidos" de sus caderas o rodillas que expresan el desgaste articular. A la inspección, sus articulaciones pueden verse aumentadas de tamaño y deformadas con pérdida de masas musculares periarticulares; a la palpación percibimos sus estructuras articulares sensibles y dolorosas.

La Artrosis clásica no plantea dudas diagnósticas, por lo que nos interesa el tipo de baños y de ejercicios a aplicar.

Estos pacientes generalmente conllevan contracturas o espasmos musculares vecinos a la zona osteoartítica. Así podemos ver cuellos dolorosos (cervicalgias), zonas lumbares rígidas y dolorosas (lumbalgias), espaldas dolorosas (dorsalgias) y mús-

culos de la gotera paravertebral contracturados y dolorosos con limitación de los movimientos. Es precisamente este fenómeno espástico muscular el responsable en muchos casos del dolor en pacientes artrósicos.

Con el baño termal obtenemos una potente miorelajación y analgesia muscular, que sumadas a la descarga articular y al efecto de flotación, permiten al cuerpo "soltarse" globalmente sintiendo una sensación de relajación placentera y de aflojamiento general, referido muy bien por los pacientes. La relajación muscular y la descarga mecánica son dos situaciones que favorecen en el agua la práctica de ejercicios, la movilización activa y pasiva, pudiendo realizar distintas técnicas de ejercitación, tendientes a fortalecer los músculos periarticulares, de vital importancia para restablecer la función osteoarticular.

En la temporada estival, además del baño hidrotermal, aconsejamos a nuestros enfermos la visita a los balnearios La Isla o El Cristo, para sumergirse en el Lago Epecuén y realizar ejercicios suaves de natación durante media hora, secar su cuerpo al calor del sol y dejar impregnadas las sales residuales en la piel, pudiendo repetir el baño si fuese deseado.

Las aguas clorosulfatadas de Lago Epecuén son aptas para tratar afecciones del aparato locomotor, fundamentalmente los diferentes cuadros artrósicos.

Clínicamente la mejoría se objetiva en: alivio del dolor, mejoría de los movimientos, disminución de la rigidez y buen descanso nocturno.

En la mayor parte de los casos, la ingesta de fármacos, como corticoides y desinflamatorios-analgésicos no esteroideos, se ve reducida gracias a los baños termales, en algunos casos hasta su eliminación temporaria. Este hecho es trascendente si consideramos que reducimos o reemplazamos una terapia potencialmente tóxica, como la farmacológica, por una natural y atóxica.

