

¿Crees que por ser joven estás exento de enfermedades reumáticas?



Una infinidad de veces hemos escuchado a la gente quejarse de molestias reumatológicas (comúnmente conocidas como “las reumas”), e incluso cuando algún joven expresa incomodidad sobre este malestar se hace burla debido a que es **considerado un padecimiento que se presenta únicamente en gente mayor**.

Esto es solo un mito y el **Dr. Alejandro Garza Alpírez, médico especialista en reumatología del Hospital Zambrano Hellion TecSalud y profesor de la Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud**, nos reveló la realidad de estas enfermedades, la cual va en contra de la creencia popular.

Detallemos primero la función del médico reumatólogo y cuándo acudir a él. **Un reumatólogo es un especialista que la mayoría de las veces hizo primero medicina interna (hay algunos médicos que sólo hacen dos años en lugar de los cuatro de medicina interna) y que después hizo la subespecialidad en reumatología.**

Las enfermedades reumáticas se caracterizan por el **dolor de las estructuras musculares, tendones, ligamentos y articulaciones** y que muchas veces se ven acompañadas de

inflamación.

El Dr. Garza Alpírez, quien estudió la **subespecialidad en Reumatología e Inmunología Clínica**, explicó cómo se divide esta área de la medicina: “la reumatología generalmente la partimos en dos, en **enfermedades autoinmunes y enfermedades no autoinmunes**”.

reumatismo width="714" loading="lazy">

Las enfermedades reumatológicas **no autoinmunes** son las osteomusculares, las del sistema muscular esquelético que no afectan al sistema de defensas a diferencia de las autoinmunes:

“**Las autoinmunes**, como su nombre lo dice, son aquellas en donde el sistema inmune, o sea el sistema de defensa de nuestro cuerpo, **no solo te está defendiendo, sino que también te está atacando**, y como sabemos, el sistema de defensa está en todo el cuerpo, entonces **se puede afectar cualquier parte del cuerpo**”, detalló el especialista.

Uno de los principales problemas en la reumatología es que **los pacientes con enfermedades reumatológicas tardan alrededor de 4 a 7 años en ser diagnosticados** porque no consideran alarmante que, por ejemplo, les duelan los dedos de las manos, y por ello no acuden al médico con prontitud.

“**Siempre han afectado a los jóvenes**, el problema es que suelen ser dolores que te quitas con un paracetamol, diclofenaco, entonces el dolor desaparece, **pero a lo largo del tiempo ya cuando te conviertes en viejito podrías presentar deformidades**”, afirmó el doctor.

Las enfermedades reumáticas, generalmente las autoinmunes, son enfermedades que padece la población joven, a diferencia de lo que la mayoría cree:

“La creencia popular es que las reumas les dan a los abuelitos, pero las reumas en realidad son dolores de desgaste y que **el desgaste sí suele darle más a la población mayor**”, explicó el Dr. Garza Alpírez, “incluso tenemos niños desde los dos años de edad que tienen enfermedades reumáticas, que presentan artritis”.

El Dr. Alejandro compartió que estos padecimientos siempre han pertenecido más a la población joven, pero han destacado más en los últimos años debido a los avances médicos:

“**Se han notado más debido a nuevas y mejores pruebas de diagnóstico, mejores clínicas así como también mejores tratamientos**, permitiendo que todo se categorice y se detecten de mejor forma y mucho más pronto, las enfermedades reumáticas” explicó.

En México las mujeres son la población más afectada por estos padecimientos reumáticos, por mencionar un ejemplo, tres de cada cuatro personas con artritis reumatoide son mujeres y el Dr. Garza Alpírez lo afirmó:

“Las enfermedades autoinmunes son más comunes en la población joven, particularmente en las mujeres en donde generalmente se presentan de los veinte a los cincuenta años”.

La queja principal de la consulta **es dolor en las articulaciones**, pero el especialista también compartió que no es lo único por lo que el paciente acude con el médico:

“Tenemos muchos pacientes con fibromialgia y el dolor de éstos no solo es en las articulaciones, **sino también de forma generalizada**, llegan diciendo ‘me duele todo, siento que me acaba de atropellar un camión, siento como si hubiera ido al gimnasio y no tengo energía; estoy fatigado

todo el día, tengo sueño, no puedo hacer mis actividades diarias””, detalló.

En las enfermedades reumatológicas existen **factores desencadenantes y factores de riesgo**, donde el principal factor de riesgo es el genético:

“**Para que los genes se expresen debe venir un disparador** a activarles, para que esos genes expresen la enfermedad y ese detonador pueden ser muchas cosas, no hay algo identificado de forma patente, pueden ser rayos ultravioletas, tabaquismo, infecciones, entre otros”, mencionó.

Dentro de los **principales factores desencadenantes**, el Dr. Alejandro destacó **fumar y la exposición al sol**, y debido a esto recomendó usar bloqueador y evitar el tabaquismo para tener un menor riesgo de padecer enfermedades reumáticas.

“**No sugestionen a los niños con enfermedades de este tipo**, no porque los papás tengan enfermedades reumáticas, significa que los niños las vayan a presentar, por ende, no es necesario que lo lleven cada semana con el doctor”, recomendó el especialista.

reumatismo width="714" loading="lazy">

Otro de los mitos que el Dr. Garza Alpírez descartó es que, durante años, se les aconsejó a las mujeres con estos padecimientos que no quedaran embarazadas:

“Hay que mencionar que **las enfermedades reumáticas no están peleadas con el embarazo**, como se llega a creer normalmente”, sabiendo hoy en día que la mayoría de estas mujeres puede tener un embarazo satisfactorio.

Para finalizar, el Dr. Alejandro Garza compartió cuáles son los **tres datos de alarma para acudir al Reumatólogo: dolor de características inflamatorias**, es decir:

“En el cual el dolor aumenta cuando se tiene la articulación en reposo o cuando nos levantamos y nos sentimos duros o entumidos”, **la fiebre y pérdida de peso involuntaria**.

Las enfermedades reumatoides afectan a aproximadamente diez millones de personas en México, siendo la artritis reumatoide y la osteoartritis las dos más comunes.

Después de la diabetes, las neoplasias malignas, las dorsopatías y la insuficiencia renal, **las enfermedades reumáticas están dentro de las primeras diez causas de atención médica ambulatoria**.