

¿Qué es la Polimialgia Reumática?

Es una enfermedad inflamatoria crónica, de causa desconocida, caracterizada por dolor y rigidez de los músculos del cuello, hombros y caderas. Afecta a personas de más de 50 años, sobre todo mayores de 70 y es más frecuente en las mujeres. Un 20% de los casos presentan otro problema conocido como arteritis de células gigantes o arteritis temporal, que puede causar dolores de cabeza, cambios de la visión y dolor de mandíbula o brazo.

¿Cuál es la causa de la Polimialgia Reumática?

No se conoce una causa precisa de la enfermedad, aunque se han identificado algunos factores genéticos para su presentación, pues es más frecuente en miembros de la misma familia. También en descendientes o personas originarias del norte de Europa. Parece que algunas infecciones virales pueden desencadenar la enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas de la Polimialgia Reumática?

La mayoría de los pacientes presentan dolor muscular y rigidez que dura más de 45 minutos en las mañanas, sobre todo en hombros, caderas y cuello y que disminuye en el transcurso del día. El dolor y la rigidez afectan la realización de las actividades habituales; por ejemplo, vestirse o incluso levantarse de la cama. Estar inactivo durante mucho tiempo puede empeorar la rigidez. El dolor por la noche suele ser común. Las manos y las muñecas también pueden doler. A veces se asocia con fatiga, dolor de articulaciones, pérdida de apetito, problemas de sueño, pérdida de peso y fiebre.

¿Cómo se establece el diagnóstico de Polimialgia Reumática?

El médico sospecha fuertemente de la enfermedad de acuerdo con los síntomas que el paciente le describe, ya que no existe una prueba para establecer el diagnóstico. La conjunción cuidadosa de síntomas, la exploración física realizada por el reumatólogo y algunos estudios de laboratorio que indican un estado inflamatorio, como la velocidad de sedimentación globular o los niveles de proteína C reactiva permiten reconocer el problema.

¿Cuál es el manejo para la Polimialgia Reumática?

El tratamiento consiste en corticoides (derivados de la cortisona), que generalmente logran controlar la enfermedad en un periodo breve de tiempo. El especialista decidirá cuándo disminuyen o retiran estos medicamentos. Con un adecuado tratamiento, el pronóstico es generalmente favorable. Puede haber recaídas, por lo que el paciente requiere seguimiento por el especialista a largo plazo.

¿Cómo pueden mejorar la calidad de vida las personas con Polimialgia Reumática?

Para mejorar la calidad de vida es necesario que el paciente acuda a todas sus visitas de seguimiento con su médico, tanto para evaluar la evolución y hacer los ajustes al tratamiento. El manejo incluye recomendaciones de alimentación y ejercicio.