

# TÉCNICAS NO FARMACOLÓGICAS DE DISMINUCIÓN DEL DOLOR EN PACIENTES CON OSTEOARTRITIS DE RODILLA.



Hidalgo Latorre, M<sup>a</sup> del Carmen  
Bonilla Navarro, Lorena  
Pérez Muñoz, Laura

## INTRODUCCIÓN

La osteoartritis es una enfermedad crónica que afecta a diferentes articulaciones, siendo la más común, la rodilla.

La OA tiene diferentes síntomas, pero los principales son dolor y rigidez en la articulación afectada, crepitaciones, derrame e inflamación de la misma.

Dentro de los tipos de tratamiento se encuentran medidas farmacológicas, no farmacológicas, ortopédicas y quirúrgicas.

## METODOLOGÍA

Esta revisión bibliográfica ha sido realizada mediante una búsqueda en diferentes bases de datos como Scopus o PubMed.

Para su búsqueda se han utilizado criterios de inclusión y exclusión como la disponibilidad de texto completo y fecha anterior a 10 años.

Además, se han empleado operadores booleanos como AND y NOT para facilitar la búsqueda de los artículos empleados en la revisión bibliográfica.

## OBJETIVO

Determinar cómo las medidas no farmacológicas actúan ante el dolor en pacientes con OA de rodilla.



## RESULTADOS

Se han utilizado un total de 10 artículos para la obtención de diferentes resultados:

- 5 de ellos fueron destinados a investigar sobre la eficacia de diferentes técnicas no farmacológicas para afrontar el dolor en el tratamiento de osteoartritis de rodilla. Entre los autores, hay diferentes opiniones, algunos afirman que la hidroterapia es efectiva para reducir el dolor en pacientes con esta patología. A su vez, hay otros autores que sostienen que no hay mejora significativa a la hora de aliviar el dolor con la hidroterapia, pero sí con laserterapia.
- 5 artículos para diferenciar las terapias no farmacológicas que pueden causar beneficios en el tiempo en los pacientes con OA de rodilla. Los autores manifiestan que los ejercicios de fortalecimiento de la articulación o el pilates son muy beneficiosos para la mejora de la enfermedad y para aliviar el dolor. Por otro lado también determinan que los programas educativos en estos pacientes son eficaces ya que conciencian a los mismos de la enfermedad que padecen y cómo poder mejorar en el tiempo.

## CONCLUSIÓN

No se puede determinar que medida no farmacológica es la más efectiva para tratar la sintomatología de la OA de rodilla, debido a la heterogeneidad de las mismas.

Dentro de las diversas terapias, las más utilizadas son: hidroterapia y pilates. Éstas ayudan a disminuir el dolor agudo de rodilla.

1. Dias JM, Cisneros L, Dias R, Fritsch C, Gomes W, Pereira L, et al. Hydrotherapy improves pain and function in older women with knee osteoarthritis: a randomized controlled trial. *Braz J Phys Ther* [Internet]. 2017 [citado el 17 de julio de 2024];21(6):449-56. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28733093/>
2. Kohn MD, Sassoon AA, Fernando ND. Classifications in brief: Kellgren-Lawrence classification of osteoarthritis. *Clin Orthop Relat Res* [Internet]. 2016 [citado el 17 de julio de 2024];474(8):1886-93. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26872913/>