



¿Qué es la espondilitis anquilosante?

La espondilitis anquilosante es una forma de artritis que afecta las articulaciones de la columna vertebral. Su nombre viene de las palabras griegas *ankylos*, que significa rigidez de una articulación y *spondylo*, que significa vértebra. La espondilitis causa inflamación (enrojecimiento, calor, hinchazón y dolor) en la columna vertebral o en las vértebras. La espondilitis anquilosante a menudo implica la inflamación de las articulaciones sacroilíacas, donde la columna se une a la pelvis.

En algunas personas, esta enfermedad puede afectar a otras articulaciones. Puede afectar los hombros, las costillas, las caderas, las rodillas y los pies. También puede afectar a los lugares donde los tendones y los ligamentos se unen a los huesos. A veces puede afectar a otros órganos como los ojos, los intestinos y, muy rara vez, al corazón y a los pulmones.

Muchas personas que tienen espondilitis anquilosante tienen dolor de espalda leve que va y viene. Otras personas tienen dolor severo y constante y, a veces, algunas personas pierden la flexibilidad en la columna vertebral. En los casos más graves, la inflamación puede hacer que se unan dos o más huesos de la columna, lo que puede hacer que la caja torácica se endurezca y que se reduzca la capacidad pulmonar.

¿Quién padece de espondilitis anquilosante?

La espondilitis anquilosante suele aparecer en los adolescentes o en los adultos jóvenes. La mayoría de las personas que padecen la enfermedad tienen síntomas antes de los 30 años de edad. Sólo cinco por ciento presentan síntomas después de los 45 años. La enfermedad afecta a las personas por el resto de sus vidas, afectando a casi el doble de hombres que de mujeres.

Departamento de Salud y
Servicios
Humanos de los EE.UU.
Servicio de Salud Pública

Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculoesqueléticas y de la Piel
Institutos Nacionales
de la Salud
1 AMS Circle
Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484
Llame gratis: 877-22-NIAMS
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Correo electrónico:
NIAMInfo@mail.nih.gov
Sitio web: www.niams.nih.gov



Instituto Nacional de
Artritis y Enfermedades
Musculoesqueléticas y de la Piel

¿Cuáles son las causas de la espondilitis anquilosante?

No se conoce la causa de la espondilitis anquilosante. Es probable que los genes, que se pasan de padres a hijos, y el medio ambiente jueguen un papel importante. El gen principal relacionado con el riesgo de la espondilitis anquilosante se llama *HLA-B27*. Tener el gen no significa que le dará espondilitis anquilosante. La espondilitis anquilosante le da a menos de 1 de cada 20 personas con el gen *HLA-B27*. Recientemente, los científicos descubrieron que dos genes más, el *IL23R* y el *ERAP1*, también llevan un riesgo genético para la espondilitis anquilosante.

¿Cómo se diagnostica la espondilitis anquilosante?

Para diagnosticar la espondilitis anquilosante, el médico necesitará:

- Sus antecedentes médicos
- Un examen físico
- Radiografías o una imagen de resonancia magnética
- Exámenes de sangre.

¿Qué tipo de médico trata la espondilitis anquilosante?

A menudo, el reumatólogo es quien diagnostica la espondilitis anquilosante. El reumatólogo es un médico especializado en el tratamiento de la artritis y los problemas relacionados. Ya que la espondilitis anquilosante puede afectar a diferentes partes del cuerpo, es posible que usted tenga que ir a más de un médico. Entre los diferentes tipos de médicos que tratan los síntomas de la espondilitis anquilosante están:

- Los oftalmólogos, que tratan las enfermedades de los ojos.
- Los gastroenterólogos, que tratan las enfermedades intestinales.
- Los fisiatras, que se especializan en la medicina física y la rehabilitación.
- Los fisioterapeutas, que indican qué ejercicios y estiramientos se deben hacer.

¿Se puede curar la espondilitis anquilosante?

No hay una cura para la espondilitis anquilosante. Algunos tratamientos pueden aliviar los síntomas y pueden prevenir que la enfermedad empeore. En la mayoría de los casos, el tratamiento consiste en medicamentos, ejercicio y medidas de autoayuda. En ciertos casos, la cirugía puede reparar algunos de los daños a las articulaciones.

¿Qué medicamentos se usan para tratar la espondilitis anquilosante?

Se utilizan varios tipos de medicamentos para tratar la espondilitis anquilosante. Es importante que usted colabore con su médico para encontrar el medicamento más seguro y eficaz para su caso. Los medicamentos para la espondilitis anquilosante incluyen:

- Los medicamentos antiinflamatorios no esteroides (AINE). Estos medicamentos alivian el dolor y la hinchazón. La aspirina, el ibuprofeno y el naproxeno son ejemplos de los AINE.
- Los corticoesteroides. Estos son medicamentos fuertes, similares a la cortisona que el cuerpo produce de manera natural, y sirven para combatir la inflamación.
- Los medicamentos antirreumáticos modificadores de la enfermedad, también conocidos como MARME (o DMARD, por sus siglas en inglés). Estos medicamentos actúan de diferentes maneras para reducir la inflamación en la espondilitis anquilosante.
- Los agentes biológicos. Éstos son un tipo de medicamento relativamente nuevo, que bloquean las proteínas implicadas en la inflamación del cuerpo.

¿Ayudan la dieta y el ejercicio?

Seguir una dieta saludable y hacer ejercicio hace bien a todos, y le puede ser muy útil si tiene espondilitis anquilosante. No hay una dieta específica para las personas con espondilitis anquilosante, pero mantener un peso saludable es importante ya que reduce la carga sobre las articulaciones adoloridas. Es posible que los ácidos grasos Omega-3, que se encuentran en el pescado de agua fría (como el atún y el salmón), las semillas de linaza y las nueces, reduzcan la actividad de la enfermedad. Esta posibilidad aún está siendo estudiada.

Los ejercicios de fortalecimiento y de estiramiento pueden ayudar a aliviar el dolor y la rigidez en las articulaciones. Estos ejercicios se deben realizar con cuidado, aumentando el nivel y la cantidad de ejercicio poco a poco. Antes de comenzar un programa de ejercicios, es importante hablar con un médico que pueda adaptar los ejercicios a las necesidades que usted tiene. Hay dos tipos de ejercicios que pueden ayudar:

- Los ejercicios de fortalecimiento
- Los ejercicios de extensión de movimiento.

A muchas personas con espondilitis anquilosante les ayuda hacer ejercicios en el agua.

¿Cuándo se debe considerar una cirugía?

Si la espondilitis anquilosante daña una articulación y esto hace que las actividades de la vida diaria sean difíciles de realizar, el reemplazo de la articulación puede ser una opción. Las articulaciones que con más frecuencia se reemplazan son la rodilla y la cadera.

En casos muy raros, se puede recomendar la cirugía para enderezar la columna vertebral. Este tipo de cirugía sólo la puede realizar un cirujano que tenga mucha experiencia en este tipo de procedimiento.

¿Qué puedo hacer para mejorar mi situación?

A continuación hay algunas cosas importantes que usted puede hacer:

- Visite regularmente a su médico.
- Siga el plan de tratamiento que el médico le indicó.
- Manténgase activo haciendo ejercicio de manera regular.
- Mantenga una buena postura.
- No fume.

¿Qué investigaciones se están haciendo sobre la espondilitis anquilosante?

Los investigadores están tratando de comprender mejor la espondilitis anquilosante. Para lograr esto, hacen estudios de:

- El estilo de vida y otros factores que pueden mejorar o empeorar los síntomas de la enfermedad.
- Los genes asociados con la espondilitis anquilosante.
- Exámenes de sangre que puedan predecir el riesgo de la espondilitis anquilosante o que pueden ayudar para tener un diagnóstico temprano.
- Nuevas terapias de medicamentos para la espondilitis anquilosante.

Para más información acerca de la espondilitis anquilosante y otras enfermedades relacionadas, comuníquese con el:

Centro Nacional de Distribución de Información del Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel (NIAMS, por sus siglas en inglés)

Institutos Nacionales de la Salud (NIH, por sus siglas en inglés)

1 AMS Circle

Bethesda, MD 20892-3675

Teléfono: 301-495-4484

Llame gratis: 877-22-NIAMS (877-226-4267)
TTY: 301-565-2966
Fax: 301-718-6366
Correo electrónico: NIAMSinfo@mail.nih.gov
Sitio web: www.niams.nih.gov

Para su información

En esta publicación puede encontrar información sobre los medicamentos que se usan para tratar la enfermedad aquí mencionada. Hemos brindado la información más actualizada disponible al momento de su desarrollo. Es posible que desde entonces haya surgido más información sobre estos medicamentos.

Para obtener la información más actualizada o para hacer preguntas sobre cualquiera de los medicamentos que está tomando, llame gratis a la Administración de Drogas y Alimentos (FDA, por sus siglas en inglés) de los Estados Unidos al 888-INFO-FDA (888-463-6332) o visite el sitio web: www.fda.gov. Si desea información adicional sobre medicamentos específicos, visite Drugs@FDA en www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/drugsatfda. Drugs@FDA es un catálogo dónde puede hacer una búsqueda para los medicamentos aprobados por la FDA.