

12

MANUAL  
EDUCATIVO  
PARA  
PACIENTES

# POLIMIALGIA REUMÁTICA



Asociación  
Colombiana de  
Reumatología®

# 12

## POLIMIALGIA REUMÁTICA

**Verónica Romero**

Médico Internista

Residente de Reumatología

La polimialgia reumática (PMR) es un padecimiento de causa desconocida que produce dolor y rigidez en el cuello, hombros y caderas, pudiendo inflamarse también las rodillas, las manos y los pies, con una duración superior a un mes.

La PMR por lo general la padecen personas mayores de 50 años, siendo más frecuente en mujeres que en hombres entre los 70 y 80 años. Aproximadamente una quinta parte de las personas afectadas puede tener, además, asociada inflamación de los vasos sanguíneos en la cabeza – generalmente a nivel de las sienas– y a

veces en el cuello, sin afectar los vasos sanguíneos del cerebro; puede causar dolores de cabeza, problemas en la visión y dolor en la mandíbula o el brazo, este último es conocido como arteritis de la temporal o de células gigantes.

La polimialgia reumática y la arteritis de células gigantes son dos padecimientos distintos, pero a veces aparecen juntos y por lo general duran entre uno y tres años.

### ¿Cuáles son los síntomas de la polimialgia reumática y la arteritis de células gigantes?

El comienzo de la enfermedad es generalmente repentino y muchos pacientes pueden recordar el día de inicio de ésta. Los síntomas más comunes de la polimialgia reumática son:

- Dolor y rigidez en los hombros, las caderas, el cuello o la parte superior del cuerpo que generalmente empeora en la mañana. Estos síntomas aparecen en ambos lados del cuerpo y duran 30 minutos o más después de levantarse.
- Inflamación y rigidez en las rodillas,





las manos, las muñecas, los tobillos o los pies.

- Sensación de cansancio.
- Pérdida de peso.
- Fiebre.

Los síntomas más comunes de la arteritis de células gigantes son:

- Dolores de cabeza. A menudo el dolor es por encima de las sienes (los costados de la frente) pero también puede aparecer en la frente o la nuca. Algunas personas también sufren dolor al tocarse el cuero cabelludo.
- Dolor en la mandíbula, especialmente después de masticar o hablar.
- Dolor o debilidad en el brazo, especialmente al moverlo.
- Problemas para ver con claridad o para ver con uno de los ojos.
- Tos (nueva) o dolor de garganta.

## ¿Existe alguna prueba para detectar la polimialgia reumática?

Los exámenes de sangre son inespecíficos y en ocasiones pueden ser normales. Sin embargo, si su médico sospecha que usted tiene polimialgia reumática le hará un examen físico y pruebas de sangre para detectar inflamación. También es posible que solicite una radiografía, una resonancia magnética nuclear u otro estudio de imagen. Para detectar la arteritis de células gigantes, su médico podría solicitar una prueba llamada biopsia. En la biopsia, el médico saca un pedacito de un vaso sanguíneo de debajo de la piel al costado de la cabeza, y luego observa el tejido a través de un microscopio para ver la inflamación característica del vaso sanguíneo.



**Figura 1.** En la PMR es muy frecuente la inflamación de las caderas y la espalda baja que pueden limitar al paciente en las actividades diarias.



**Figura 1.** Arteritis temporal en una paciente con PMR.



## ¿Cómo se trata la polimialgia reumática?

Tanto la polimialgia reumática como la arteritis de células gigantes se tratan con medicinas llamadas esteroides; sirven para reducir la inflamación y calmar el dolor. Muchas personas se sienten mejor después de tomar la primera dosis, pero la mayoría de las personas necesitan tomar esteroides durante uno a dos años.

Los esteroides suelen producir otros efectos secundarios; como aumento de peso, azúcar alta en la sangre, aumento de la presión arterial, etc., y también problemas serios de salud si se suspenden de manera repentina después de haberlos tomado por más de 10 días; por lo tanto, no se automedique, consulte a su médico quien se asegurará de darle la dosis más baja posible durante el menor tiempo posible y de suspenderlos cuando sea conveniente. Es posible, especialmente si se encuentra asociada a arteritis de células gigantes, que los médicos receten otras clases de medicinas, por ejemplo, una dosis baja de aspirina todos los días para prevenir la pérdida de visión o un accidente cerebrovascular (trombosis). Se han planteado la

utilización de otros medicamentos como la azatioprina y las estatinas para ayudar a reducir de manera más rápida la dosis de esteroides pero esa decisión debe ser evaluada por su médico tratante.

## ¿Qué más puede hacer?

Es importante seguir todas las instrucciones de su médico con respecto al tratamiento y el seguimiento. Dado que muchos de los síntomas de la PMR pueden ser frecuentes en otras enfermedades, es posible que su médico requiera exámenes adicionales para descartarlas. También es importante que informe a su médico si tiene efectos secundarios por el tratamiento o si desarrolla síntomas nuevos. Y finalmente, no suspenda de manera repentina su tratamiento y espere la autorización de su médico para hacerlo. Recuerde mantener una alimentación saludable y realizar ejercicios que impliquen estiramientos musculares de manera regular.

*Basado en la Guía de PMR para pacientes Up to date. Fundamentos de Reumatología de la Corporación para Investigaciones biológicas CIB.*