OSTEOFITOSIS (Pico de loro)

El conocido pico de loro consiste en la formación de protuberancias óseas en las vértebras o articulaciones. En la osteofitosis se produce a un mismo tiempo un desgaste del cartílago y una deformación de la articulación que puede tener forma de punta similar a un pico de loro.

El lugar donde normalmente se presenta la osteofitosis es en la columna vertebral, aunque podemos encontrarla en otros huesos y articulaciones. Está muy asociada con la osteoartritis.

Causas

Tras una lesión o debido al desgaste producido por la edad, nuestros huesos y ligamentos pueden degenerarse. Como mecanismo de defensa nuestro cuerpo crea osteofitos, bultos redondos de hueso extra que se crean alrededor de la lesión para intentar mejorar el daño causado. Esta acción de nuestro cuerpo no cumple su efecto y en ocasiones genera más problemas que soluciones.

Síntomas

Los osteofitos por si solos no generan ningún tipo de dolor, pero cuando al crecer presionan algún nervio pueden causar molestias, dependiendo del lugar donde estén ubicados el dolor puede ser mayor o menor.

Si se encuentran ubicados cerca del área cervical pueden desencadenar dolores de cabeza, mareos y debilidad al presionar los nervios. A lo largo de la columna vertebral pueden hacer que nuestras extremidades se entumezcan y en casos más graves incluso podría llevar a una parálisis.

Por otra parte hay pacientes con osteofitosis que pueden llevar una vida normal sin presentar ningún síntoma.

Tratamiento

La osteofitosis no tiene cura ya que el cartílago desgastado no volverá a formarse, por lo tanto los tratamientos van orientados a detener el progreso de la enfermedad, aliviar el dolor y mejorar la calidad de vida del paciente.

El tratamiento para esta osteofitosis consiste básicamente en analgésicos para el dolor, antiinflamatorios, reposo y terapia física. Solo en casos más graves se recurre a la cirugía. Esta condición debe ser diagnosticada por un médico, quien evaluará los síntomas, y según la edad y actividad del paciente, un estudio de rayos X, resonancias magnéticas o tomografías realizará el diagnóstico.

INFORMACIÓN RESERVADA PARA PROFESIONALES DE LA SALUD
El profesional de la salud que está tratando al paciente será el que determine la estrategia terapéutica a seguir.

Tratamiento natural

Complementos alimenticios

Artro Optim® (Nutrinat Evolution), que contiene, entre otros:

- **Membrana de cáscara de huevo MKARE:** Contiene de forma nativa una riqueza elevada en colágeno, elastina, ácido hialurónico, condroitín sulfato y más de 400 proteínas con alta funcionalidad que hacen que ofrezca un efecto antiinflamatorio, antioxidante y regenerador, demostrado tanto *in vitro* como *in vivo*.
- **Mejillón de labio verde:** Reduce el dolor, mejorando el estado general de salud.
- **Vitamina C:** Es un excelente antioxidante que ayuda a proteger a las células de los radicales libres y es necesaria para la formación de colágeno.
- Cúrcuma: Puede tener un efecto sobre la reducción de determinadas proteínas inflamatorias, reduciendo la inflamación y aliviando el dolor.
- **Manganeso:** Efectivo para el alivio del dolor.

Atrotone® / Osteoflex® / Osteoflex® PLUS / Osteoflex® + Omega-3 (HealthAid) / Glucosamina, Boswelia y MSM Complex (Terranova) que contienen, entre otros:

- **Sulfato de glucosamina**: Es un glicosaminoglicano que estimula la síntesis de glicosaminoglicanos y proteoglicanos a través de los condrocitos y de ácido hialurónico mediante sinoviocitos. Puede inhibir la síntesis de los radicales superóxido, y la actividad de los enzimas lisosomales, así como la de las enzimas destructoras. Asimismo, posee una actividad antiinflamatoria, con una excelente tolerancia gastrointestinal.
- **Condroitín sulfato:** Es también un glicosaminoglicano. Asimismo, ejerce una potente actividad antiinflamatoria.
- **Mejillón de labio verde:** Reduce el dolor, mejorando el estado general de salud.
- **Ácido hialurónico:** Atrapa y retiene agua en el tejido de los discos intervertebrales.
- **Colágeno tipo II hidrolizado:** Es el componente fundamental del sistema de sostén del organismo: los huesos, cartílagos, tendones, membranas basales, piel, cornea y algunos órganos del cuerpo.
- **Vitamina C:** Es un excelente antioxidante que ayuda a proteger a las células de los radicales libres y es necesaria para la formación de colágeno.
- **MSM:** El MSM es un componente orgánico sulfurado que puede ayudar a reducir la inflamación de las articulaciones y puede favorecer la reparación del daño tisular.
- **Manganeso:** Efectivo para el alivio del dolor.
- **Cúrcuma:** Posee un potente efecto sobre la sensibilidad del dolor y sobre la respuesta inflamatoria.
- **Boswelia:** Posee una clara acción antiinflamatoria ya que inhibe de forma específica la 5-lipooxigenasa, bloqueando así la síntesis de sustancias pro-

inflamatorias como el ácido 5-hidroxieicosatetraenoico (5-HETE) y leucotrieno B4 (LTB4). También se ha demostrado en animales que la boswelia posee un marcado efecto analgésico.

- **Omega 3:** Los ácidos grasos EPA, pueden ayudar a reducir las proteínas que participan en la inflamación.

Inflam Care® (Nutrinat Evolution): Contiene plantas y otros nutrientes con acción antiinflamatoria y enzimas proteolíticas para favorecer la eliminación de áreas lesionadas e incrementando el drenaje de fluidos, lo cual favorece la reparación tisular y reduce el dolor.

Cartílago de tiburón (MGD): Es una fuente importante de condroitín sulfato, colágeno, fosfatos y calcio por lo que puede ayudar a frenar la degeneración del cartílago. Mejora el proceso inflamatorio y el dolor.

Mag3 (Nutrinat Evolution): El magnesio actúa en la mayoría de las reacciones bioquímicas del organismo. Desde nivel muscular a nervioso. Igualmente ayuda a fortalecer huesos y mejora la inflamación y el dolor articular. Resulta imprescindible para evitar la acumulación del calcio.

Plantas medicinales como **Jengibre (*Zingiber officinalis*) (HealthAid) y Bromelina 500 mg (HealthAid),** son antiinflamatorias, ayudan a reducir el dolor, la hinchazón y ayudan a mejorar la circulación sanguínea.

PEA Optim® (Nutrinat Evolution: Efectivo para el tratamiento de los trastornos de dolor crónico.