

SACROILEITIS

La **sacroileitis** es la inflamación de la articulación sacroilíaca, que está localizada entre el ilio (pelvis) y el sacro (columna vertebral) siendo el nexo de unión entre la columna vertebral y la cadera. La articulación sacroilíaca se trata de la articulación más grande del cuerpo. En ella se unen el hueso sacro con el hueso ilíaco de la pelvis. Su función no es el movimiento, sino el soporte a la carga mecánica de la parte superior del cuerpo en la pelvis. Es por eso que las posiciones mantenidas como estar parado de pie o sentado durante un largo periodo de tiempo, suelen ser las que originan más dolor.

Esta inflamación suele producir dolor en la zona lumbar, que en ocasiones se irradia a la cadera, lateral de la pierna e incluso a la zona inguinal. puede ser unilateral o bilateral. Se estima que más de un 20% de todas las lumbalgias diagnosticadas tienen origen en esta articulación y no en la columna lumbar. Muchos pacientes lo describen como un dolor continuo que se exagera sobre todo en los cambios posturales, al caminar y en algunos casos hasta estando el paciente sentado.



Causas

Las causas de los problemas de articulaciones sacroilíacas incluyen los siguientes:

- **Lesiones.** Un impacto repentino, como un accidente tráfico o una caída de culo, puede dañar las articulaciones sacroilíacas.
- **Artritis.** La artritis por desgaste, también llamada osteoartritis, puede ocurrir en las articulaciones sacroilíacas. También es el caso de un tipo de artritis que afecta la columna vertebral, conocido como espondilitis anquilosante.

- **Embarazo.** Las articulaciones sacroilíacas se aflojan y se estiran para el parto. El peso adicional y el cambio en la forma de caminar durante el embarazo pueden sobrecargar estas articulaciones.
- La **dismetría** , tener una pierna mas larga que la otra, o la **escoliosis** se asocia al desarrollo de esta enfermedad.
- Posiciones mantenidas por un largo tiempo (normalmente en el trabajo), de pie o sentado.
- Excesivas cargas de peso repetidas, sin poseer una buena musculatura abdominal y lumbopélvica.
- Postcirugía de fusión lumbar.
- **Infección.** En raras ocasiones, una articulación sacroilíaca puede infectarse.



QUE ES SACROILEITIS



Síntomas

El dolor relacionado con la sacroilitis ocurre con mayor frecuencia en los glúteos y la parte baja de la espalda. También puede afectar las piernas, la ingle e incluso los pies. **Sus síntomas principales son similares a los que produce una lumbalgia** cuyo origen se sitúa en la columna. También puede venir acompañada de una falsa ciática.

El dolor puede mejorar con el movimiento.

Los signos más habituales son:

- Lumbalgia baja unilateral, es decir, en un lado del cuerpo.
- Dolor que se irradia hacia cadera y/o ingle.
- El dolor puede extenderse por toda la cara lateral de la pierna hasta el tobillo o el pie.

Es habitual también que se presenten todos o alguno de los siguientes síntomas:

- Dolor nocturno: el paciente no puede dormir sobre el lado afectado.
- Dolor al sentarse.
- Dolor al estar de pie: el paciente carga el peso del cuerpo en la pierna que no duele.
- Dolor al subir escaleras.

Las siguientes actividades pueden empeorar el dolor causado por la sacroilitis:

- Dormir o estar sentado mucho tiempo
- Estar de pie mucho tiempo
- Tener más peso en una pierna que en la otra
- Subir escaleras
- Correr
- Dar pasos largos cuando avanzas

Diagnóstico

En el diagnóstico de la sacroilitis o sacroileitis es esencialmente clínico con la exploración, y la radiografía simple puede ser suficiente en casos avanzados, pero en la mayoría de los casos es necesario pruebas como la Resonancia Magnética Nuclear (RMN) o una Tomografía Axial Computarizada (TAC).

Tratamiento conservador

El tratamiento conservador de la **sacroileitis** suele incluir reposo y analgesia. El componente más importante y que suele dar mejores resultados a corto y medio plazo es la infiltración intra-articular de la **articulación sacroilíaca** mediante una combinación de corticoides y analgésico local. En la mayoría de los casos tras la infiltración los paciente permanecerán varios meses sin dolor o con molestias mínimas. Si el dolor vuelve es necesario tratamiento. El tratamiento varía desde terapia física, uso de ortesis específica, rizólisis con radiofrecuencia, rizotomía endoscópica o incluso la cirugía para fijar la articulación sacroiliaca cuando todo lo anterior falla.

PREVENCIÓN

Para prevenir la aparición de esta patología se recomienda evitar los períodos prolongados de tiempo en una misma posición, mantener un estilo de vida activo y una dieta saludable para evitar la carga excesiva de peso sobre la articulación.

En el caso de que el tratamiento conservador no logre los resultados deseados, la alternativa será la cirugía de fusión sacroilíaca.

La fusión de la articulación sacroilíaca se trata de una cirugía que estabiliza, fija, y con el paso de tiempo fusiona el hueso ilíaco y el hueso sacro con implantes de titanio. Ya que la articulación sacroilíaca es una articulación de soporte, su fusión no supone una pérdida de las funcionalidades o de movilidad del paciente.

