Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)



# El frío incrementa los dolores y problemas reumáticos

En esta temporada aumenta alrededor de 10 por ciento la atención a personas con estos males

Hay cerca de 200 enfermedades reumáticas en las que los enfermos experimentan dolores musculares o de articulaciones, los cuales aumentan durante noviembre, diciembre, enero y febrero, por el clima frío que impera en esa época, explicó la reumatóloga adscrita al Servicio de reumatología, del Hospital Civil Fray Antonio Alcalde , Ana Guilaisne Bernard Medina.

Agrega que a los pacientes con este tipo de complicaciones musculares, el frío no necesariamente los enferma, pero sí provoca que los músculos y articulaciones se contraigan, les cueste más trabajo calentarse y entrar en actividad, y es probable que estén más tullidos y tengan más dolores .

Bernard Medina explica que ésa es la razón por la que en esta época logra elevarse hasta en 10 por ciento la consulta médica en el área en que ella se encuentra, ya que el frío agudiza los dolores. Esto es obvio, porque el cuerpo está contraído. Por ejemplo, los golpes durante la época de invierno también son más dolorosos .

Explica que otra causa que agudiza sus síntomas son las infecciones en la garganta, que también en esta época suelen padecer y aumentar, por lo que los padecimientos se agravan, sobre todo los dolores en las articulaciones de quienes padecen artritis reumatoide, ya que la infección eleva la cantidad de anticuerpos en el organismo, lo que provoca que les duela más .

Añade que si en esta época a una persona le cambia el color de las manos, ya sea de color blanco o morado, es necesario que acuda con un reumatólogo, pues son síntomas claros de que el individuo puede estar propenso a este tipo de enfermedades. Otro síntoma característico es que las personas empiezan a perder inmovilidad en las extremidades, sobre todo cuando no pueden tomar las tazas o empuñar las cucharas.

A mis pacientes les recomiendo que durante esta época traten de conservar el calor de su cuerpo: que estén expuestos a sitios más calientes y que utilicen guantes, chamarras, bufandas, tobilleras, medias, diademas para las orejas y otro tipo de ropa especial de invierno, para evitar fugas de calor .

Añade que es común que en esta época los pacientes lleguen retrasados a sus compromisos, sobre todo en la mañana, ya que el frío les impide entrar en actividad , pues les cuesta más trabajo calentar sus músculos y articulaciones. Es por eso que solemos citarlos a consulta más tarde, pues si les decimos que lleguen a las ocho de la mañana, pueden llegar retrasados hasta dos horas .

**Guadalajara, Jal., diciembre de 2008**
**Texto: Juan Carrillo Armenta**
**Fotografía: Internet**
**Edición de noticias: LCC Lupita Cárdenas Cuevas**

**Etiquetas:**
Hospital Civil [1]
Opinión [2]
Salud [3]

---

**URL Fuente:** https://comsoc.udg.mx/noticia/el-frio-incrementa-los-dolores-y-problemas-reumaticos

**Links**
[1] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/hospital-civil
[2] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/opinion
[3] https://comsoc.udg.mx/etiquetas/salud