



DRA. LOLA BURSÓN
Reumatóloga

HOJA DE INFORMACIÓN AL PACIENTE

TRATAMIENTOS CON ÁCIDO HIALURÓNICO, PLASMA RICO EN PLAQUETAS Y TÉCNICAS COMBINADAS

TRATAMIENTOS CON ÁCIDO HIALURÓNICO

¿QUÉ ES EL ÁCIDO HIALURÓNICO? ¿PARA QUÉ SE USA?

El ácido hialurónico es uno de los principales componentes de los cartílagos y tendones. En medicina empleamos hidrogeles de ácido hialurónico que imitan al del propio organismo para tratar la pérdida del cartílago y amortiguar las cargas de las articulaciones y tendones. A esto le llamamos viscosuplementación.

Los ácidos hialurónicos que usamos en reumatología son muy resistentes, pero no todos son iguales, tienen distinto volumen y concentración en función de la zona a tratar y tipo de lesión. Hoy en día, además, la innovación biotecnológica ha permitido el desarrollo de nuevos ácidos hialurónicos híbridos que combinan además hialurónico de baja densidad que estimula la fabricación de colágeno propio. También se han formulado ácidos hialurónicos potenciados con condroitina u otras sustancias, que aporta una alta resistencia a los impactos en las articulaciones más deterioradas.

El ácido hialurónico se emplea todo tipo para tratar lesiones deportivas, traumáticas y todo tipo de artrosis y tendinosis (lesiones de desgaste de las articulaciones y de los tendones), ya sean leves como avanzadas. También la usamos si el paciente no es candidato a cirugía, o simplemente no desea operarse. O en medicina deportiva, para prevenir daños debidos a la sobrecarga.

Al introducir este producto conseguimos un efecto amortiguador y lubricante que logra una reducción del dolor y una mejoría de la rigidez y movimientos, y por tanto de la calidad de vida. Gran parte de los pacientes consiguen retrasar sus cirugías, aliviar sus síntomas mientras esperan la llegada del quirófano e incluso en algunos casos evitar la prótesis. Aunque la evidencia científica aún no es del todo consistente, existen datos suficientes para apoyar su uso y la experiencia clínica es positiva.

Recuerde que este tratamiento forma parte de un abordaje integral que puede incluir ejercicio, fisioterapia, pérdida de peso, estrategias de nutrición, analgésicos u otras medidas según su caso.

¿CUÁNTO TARDA EN NOTARSE SU EFECTO Y CUÁNTO DURA?

El ácido hialurónico actúa desde el primer momento como sustancia de soporte, proporcionando un efecto inmediato de amortiguación y lubricación en los primeros 2-7 días de la misma, aunque hay pacientes que lo notan de inmediato y otros que tardan algo más. Sin embargo, el beneficio continúa aumentando con el tiempo y el efecto máximo se aprecia al mes - mes y medio del procedimiento. Estas infiltraciones tienen un efecto duradero. El beneficio oscila



DRA. LOLA BURSÓN
Reumatóloga

entre los 6 meses y el año y medio en función de la edad, gravedad del daño, enfermedades acompañantes como obesidad, intensidad de ejercicio físico y estilo de vida.

Puesto que es un producto biocompatible, no perjudica los componentes de las articulaciones y tendones y no hay impedimento para repetir el ciclo de tratamiento tanto como se precise y en tantas zonas como se requiera. En consecuencia, se recomienda hacerlo en cuanto regresen los síntomas, o idealmente de forma programada para mantener los resultados y prevenir su reaparición.

¿QUÉ PREPARACIÓN NECESITO?

- Se recomienda tener organizados sus traslados para evitar caminar grandes distancias después, aunque un pequeño paseo es posible.
- No requiere estar en ayunas. De hecho, si el paciente tiene tendencia a las lipotimias, se recomienda haber comido y bebido algo ligero previamente, y venir siempre acompañado.
- Si el paciente tiene tendencia al nerviosismo, no hay problema con tomar previamente algún relajante como una infusión de tila, valeriana o manzanilla, o incluso tomar algún ansiolítico. También se recomienda acudir acompañado. Si el paciente tiene especial miedo al dolor, también puede hacer estos preparativos. Incluso puede aplicar una pomada anestésica en la zona 20 minutos antes del procedimiento.
- Si el paciente está tomando anticoagulantes o antiagregantes, a ser posible debe suspenderlos unos 2-3 días alrededor de la infiltración (consultar). Esto es especialmente importante en el caso de la cadera o si el paciente tiene mal control del tratamiento con tendencia a los sangrados.

¿CUÁNTO DURA EL PROCEDIMIENTO? ¿ES DOLOROSO? ¿QUÉ COMPLICACIONES TIENE? ¿QUÉ CUIDADOS DEBO MANTENER TRAS EL PROCEDIMIENTO?

- El paciente deberá permanecer en el hospital, desde su llegada hasta la finalización del procedimiento, entre 15 y 60 minutos, dependiendo del número y tipo de zonas a tratar. El acto de infiltración en sí es rápido, con una duración de entre 5 y 15 minutos. Recomendamos unos 5 minutos de observación posterior para su seguridad.
- El procedimiento es sencillo y escasamente doloroso: se nota el primer pinchazo y luego una sensación de presión algo molesta pero no dolorosa, conforme se introduce el producto. Se realiza con técnica estéril y con frío local. Según características del paciente y zona a infiltrar, se acompaña también anestesia en la zona a tratar (no sedación). Generalmente la Doctora emplea ecografía para guiar la infiltración, aunque no siempre es necesario, salvo en caso de la cadera donde es imprescindible.
- Es una técnica segura. Las principales complicaciones son las lipotimias (mareos, visión borrosa, sudoración y tensión baja) durante o inmediatamente posterior al procedimiento en pacientes predispuestos; un leve dolor o sangrado como consecuencia de la inyección, y el dolor e hinchazón leve de la zona los 1-3 días posteriores a la infiltración. En casos



DRA. IOLA BURSÓN
Reumatóloga

raros puede suceder alguna lesión de estructuras internas como vasos sanguíneos y nervios de la zona, normalmente leves y que se resuelven pronto, o tener lugar reacciones alérgicas al producto. Por último, es importante vigilar signos de una infección que, aunque es tremendamente infrecuente, es la complicación más seria.

- Para evitar o reducir estas complicaciones el paciente debe cumplir con las preparaciones especificadas. Además, tras la infiltración se debe hacer un reposo relativo (no estar mucho en pie o caminando) las primeras 24-48 horas. No es necesario un reposo absoluto. Si se produjera reacción de inflamación, se debe prolongar el reposo, aplicar frío y pomadas antiinflamatorias locales y tomar analgésicos o antiinflamatorios unos días. Posteriormente reanudar la actividad de forma progresiva. Si tras el procedimiento el dolor es muy intenso y se prolonga o incrementa más allá de los 3 primeros días, provoca hinchazón, enrojecimiento, fiebre o malestar general, el paciente debe contactar con la Doctora y acudir a Urgencias para valoración y tratamiento.

¿CUÁNTAS SESIONES SE REQUIEREN?

Generalmente 1 única sesión por zona, salvo que la doctora le indique lo contrario. Se recomienda repetir idealmente con periodicidad anual. Pero podrían realizarse tantas como sean necesarias, pues no producen daño articular.

TABLA COMPARATIVA PRODUCTOS DE ÁCIDO HIALURÓNICO DISPONIBLES

	GENERAL	AVANZADO	OPTIMIZADO
Viscosidad	+	++	+++
Volumen infiltrado	+	+++	++ formulación eficiente
Duración estimada	~ 6 meses	~ 9-12 meses	~ 9-18 meses
Tecnología adicional	-	-	++ condroitina o bajo peso molecular
Enfoque	Molestias ocasionales, daño precoz, articulaciones pequeñas y tendones	Molestias y daño moderados, sobrecarga articular	Condroitina: daño avanzado Bajo peso molecular: lesión deportiva/aguda, prevención
Rango de precio	€€€ (-)	€€€	€€€ (+)



DRA. IOLA BURSÓN
Reumatóloga

HOJA DE INFORMACIÓN AL PACIENTE

TRATAMIENTOS CON ÁCIDO HIALURÓNICO, PLASMA RICO EN PLAQUETAS Y TÉCNICAS COMBINADAS

TRATAMIENTOS CON PLASMA RICO EN PLAQUETAS

¿QUÉ ES EL PLASMA RICO EN PLAQUETAS? ¿PARA QUÉ SE USA?

Esta técnica se incluye dentro de las consideradas como medicina regenerativa. Habitualmente entendida y denominada como “tratamiento con células madre”, pero es un término incorrecto. Lo que se administran son células propias, pero no las células madre sino las células plaquetarias.

Las plaquetas son las células de la sangre que se encargan de la cicatrización y reparación de las lesiones y están rellenas de moléculas denominadas factores de crecimiento que promueven la curación y regulan la inflamación de los tejidos. Con esta técnica se extrae la sangre del paciente y se procesa para obtener un concentrado rico en plaquetas que son activadas con distintas técnicas para que liberen de forma masiva esos compuestos beneficiosos. Y es este procesado lo que se infiltra en las articulaciones y tendones.

Se emplea para tratar lesiones deportivas, traumáticas y todo tipo de artrosis y daño de tendones. La utilizamos en trastornos leves para tratar de sanar la lesión más rápidamente, y en otros más avanzados para reducir el dolor y mejorar la calidad de vida. También la usamos si el paciente no es candidato a cirugía, o simplemente no desea operarse. O en medicina deportiva, para prevenir daños debidos a la sobrecarga. Por último, se está utilizando para tratar artritis localizadas para evitar incrementar las terapias sistémicas.

El tratamiento logra una reducción del dolor y una mejoría de la rigidez y movimientos, y por tanto de la calidad de vida. Gran parte de los pacientes consiguen retrasar sus cirugías, aliviar sus síntomas mientras esperan la llegada del quirófano e incluso en algunos casos evitar la prótesis. Aunque la evidencia científica aún no es del todo consistente, existen datos suficientes para apoyar su uso y la experiencia clínica es verdaderamente positiva.

Recuerde que este tratamiento forma parte de un abordaje integral que puede incluir ejercicio, fisioterapia, pérdida de peso, estrategias de nutrición, analgésicos u otras medidas según su caso.

¿CUÁNTO TARDA EN NOTARSE SU EFECTO Y CUÁNTO DURA?

El efecto completo es progresivo, ya que actúa favoreciendo la reparación de los tejidos poco a poco. Aunque algunos pacientes notan beneficio en las primeras semanas, sobre todo en cuanto a la inflamación, los efectos máximos se alcanzan sobre los 1 a 3 meses tras el tratamiento.

Estas infiltraciones tienen un efecto duradero, que varía según el paciente, habitualmente de entre 1-2 años, aunque a veces puede ser mucho más prolongado o resolver el problema por completo. Dependerá de la edad, gravedad del daño, calidad y cantidad de plaquetas de la sangre



DRA. LOLA BURSÓN
Reumatóloga

del paciente, enfermedades y tratamientos acompañantes, intensidad de ejercicio físico y estilo de vida.

Puesto que es un producto autólogo, estas infiltraciones no perjudican los componentes de las articulaciones y tendones, no hay impedimento para repetir el ciclo de tratamiento tanto como se precise y en tantas zonas como se requiera. En consecuencia, se recomienda hacerlo en cuanto regresen los síntomas, o idealmente de forma programada para mantener los resultados y prevenir su reaparición.

¿QUÉ PREPARACIÓN NECESITO?

- Se recomienda haber organizado sus traslados para evitar grandes desplazamientos en pie después, aunque se permite un pequeño y tranquilo paseo.
- No requiere ayunas, aunque es recomendable. No obstante, si el paciente tiene tendencia a las lipotimias, se recomienda haber comido y bebido algo ligero previamente, y venir siempre acompañado.
- Si el paciente tiene tendencia al nerviosismo, no hay problema con tomar con antelación algún relajante como una infusión de tila, valeriana o manzanilla, o incluso tomar algún ansiolítico. También se recomienda acudir acompañado. Si el paciente tiene especial miedo al dolor, también puede hacer estos preparativos. Incluso puede aplicar una pomada anestésica en la zona 20 minutos antes del procedimiento.
- Si el paciente está tomando anticoagulantes o antiagregantes, en líneas generales debe suspenderlos temporalmente desde el día de antes hasta el día posterior a la infiltración (un total de 3 días), según el tipo de fármaco y riesgo de trombosis y sangrado (consultar con su especialista). Esto es especialmente importante en el caso de la cadera o si el paciente tiene mal control del tratamiento con tendencia a los sangrados.

¿CUÁNTO DURA EL PROCEDIMIENTO? ¿ES DOLOROSO? ¿QUÉ COMPLICACIONES TIENE? ¿QUÉ CUIDADOS DEBO MANTENER TRAS EL PROCEDIMIENTO?

- La duración total es de aproximadamente 40 - 90 minutos, incluyendo todas las fases. Primero se precisa de una extracción de sangre venosa (como una analítica) por Enfermería, que procesará la muestra antes de realizar el procedimiento. El procesamiento dura unos 15-20 minutos, durante los cuales el paciente puede ir a pasear o tomar algo. Una vez listo el producto, se procede a la infiltración, que según la zona y número de zonas tratadas oscilará entre 5 y 20 minutos. Finalmente recomendamos unos 5 minutos de observación al paciente, salvo mayor necesidad.
- El procedimiento es sencillo y escasamente doloroso: se nota el primer pinchazo y luego una sensación de presión algo molesta pero no dolorosa, conforme se introduce el producto. Se realiza con técnica estéril y con frío local. Según características del paciente y zona a infiltrar, se acompaña también anestesia en la zona a tratar (no sedación).



DRA. IOLA BURSÓN
Reumatóloga

Generalmente la Doctora emplea ecografía para guiar la infiltración, aunque no siempre es necesario, salvo en caso de la cadera donde es imprescindible.

- Se trata de la técnica de infiltración más segura, ya que el plasma procede de la sangre del propio paciente. Las principales complicaciones son las lipotimias (mareos, visión borrosa, sudoración y tensión baja) durante la extracción de sangre, el procedimiento inmediatamente posterior al mismo en pacientes predispuestos; un leve dolor o sangrado como consecuencia de la inyección, y el dolor e hinchazón leve de la zona los 1-3 días posteriores a la infiltración. En casos raros puede suceder alguna lesión de estructuras internas como vasos sanguíneos y nervios de la zona, normalmente leves y que se resuelven pronto. Por último, es importante vigilar signos de una infección que, aunque es tremendamente infrecuente, es la complicación más seria.
- Para evitar o reducir estas complicaciones el paciente debe cumplir con las preparaciones especificadas. Además, tras la infiltración se debe hacer un reposo relativo (no estar mucho en pie o caminando) las primeras 24-48 horas. No es necesario un reposo absoluto. Si se produjera reacción de inflamación, se debe ampliar el reposo, aplicar frío y pomadas antiinflamatorias locales y tomar analgésicos unos días. Posteriormente reanudar la actividad de forma progresiva. Si tras el procedimiento el dolor es muy intenso y se prolonga o incrementa más allá de los 3 primeros días, provoca hinchazón, enrojecimiento, fiebre o malestar general, el paciente debe contactar con la Doctora y acudir a Urgencias para valoración y tratamiento.

¿CUÁNTAS SESIONES SE REQUIEREN?

Los estudios sugieren que realizar 3 sesiones separadas cada 2 - 4 semanas es la pauta que ofrece mejores resultados de salud, pero se evaluará el número y frecuencia de las sesiones en función de cada caso y de la evolución.

HOJA DE INFORMACIÓN AL PACIENTE

INFILTRACIONES CON ÁCIDO HIALURÓNICO, PLASMA RICO EN PLAQUETAS Y TÉCNICAS COMBINADAS

TRATAMIENTOS COMBINADOS CON PLASMA RICO EN PLAQUETAS Y ÁCIDO HIALURÓNICO

En algunos casos puede estar indicado combinar ambas técnicas, ya que sus mecanismos de acción son complementarios: el ácido hialurónico (AH) actúa de forma mecánica, mejorando la lubricación y amortiguación articular; y el plasma rico en plaquetas (PRP), en cambio, tiene una acción biológica que modula la inflamación y estimula la reparación de los tejidos.



DRA. LOLA BURSÓN
Reumatóloga

Esta combinación está especialmente indicada en pacientes con artrosis con inflamación activa, lesiones degenerativas de moderada a alta intensidad o como tratamiento de refuerzo en personas que desean optimizar la recuperación articular.

Esta técnica combinada permite abordar de forma integral los síntomas de la articulación: ayuda a reducir el dolor y la rigidez, mejorar la movilidad y contribuye a prevenir el deterioro a largo plazo.

Se realiza con las mismas técnicas descritas, sólo que en combinación: la pauta habitual consiste en iniciar el tratamiento con una primera sesión combinada (PRP + AH) y continuar con dos sesiones más de PRP en exclusiva, espaciadas entre 2 y 4 semanas. La duración del procedimiento es igual a la del PRP, pues precisa extracción y procesamiento de la muestra sanguínea. La preparación y los cuidados posteriores del paciente también son idénticos, aunque tras la primera sesión es normal sentir un poco más de molestias en la articulación los primeros días, porque inyectamos mucho volumen de líquido a la vez.

TABLA COMPARATIVA
TRATAMIENTOS INTRAARTICULARES DISPONIBLES

	ÁCIDO HIALURÓNICO	PLASMA RICO EN PLAQUETAS	TÉCNICA COMBINADA
Origen	Biotechnología (fermentación bacteriana)	Sangre autóloga (del propio paciente)	Combinación
Función principal	Lubricación, soporte y amortiguación articular	Reparación de lesiones y control de inflamación	Enfoque integral: mecánico y biológico
Ventaja	Protege y alivia con rapidez	Estimula reparación natural y desinflama	Actúa en todos los tipos de daño articular
Rapidez de efecto	++	+	++
Duración del efecto	++	+++	+++ / ++++
Indicaciones típicas	Artrosis, tendinosis, prevención	Artrosis leve, lesiones deportivas, artritis localizada	Artrosis con dolor intenso o brotes de hinchazón recurrente
Nº de sesiones	1	3 cada 2-4 semanas	3 1ª PRP + AH, 2ª y 3ª PRP cada 2-4 semanas
Rango de precio	€€€ diferentes opciones	€€€-€€€€ (-)	€€€-€€€€ (+)



DRA. LOLA BURSÓN
Reumatóloga

CONSENTIMIENTO INFORMADO

TRATAMIENTOS CON ÁCIDO HIALURÓNICO, PLASMA RICO EN PLAQUETAS Y TÉCNICAS COMBINADAS

Yo, _____,
he leído detenidamente este documento y comprendo las características de la terapia, sus indicaciones, los beneficios esperables, la preparación necesaria, los posibles efectos secundarios y los cuidados necesarios posteriores del tratamiento propuesto para mi patología:

_____.

Sé que se trata de un procedimiento seguro, pero no exentos de riesgos, y que sus resultados pueden variar según cada caso.

He podido resolver mis dudas con la Dra. Lola Fernández de la Fuente Bursón, con nº colegiado 41/41/18168, y tomar una decisión informada en función de mi estado de salud, mis preferencias y el consejo médico recibido.

Por tanto, hago constar que consiento y acepto voluntariamente recibir este tratamiento.

En _____, a _____ de _____ del 202____

Firma paciente

Firma médico



DRA. LOLA BURSÓN
Reumatóloga

CATÁLOGO DE TRATAMIENTOS INTRAARTICULARES Y TARIFAS

TRATAMIENTO	ZONA	TIPO	Nº SESIONES	PRECIO / SESIÓN	PRECIO TOTAL
AH	Mano y pie	General	1	120 €	120 €
AH	Articulaciones pequeñas y medianas, y tendones	General	1	160 €	160 €
AH	Articulaciones pequeñas y medianas, y tendones	Optimizado	1	320 €	320 €
AH	Cadera	Avanzado	1	300 €	300 €
AH	Cadera	Optimizado	1	400 €	400 €
AH	Rodilla	General	1	175 €	175 €
AH	Rodilla	Avanzado	1	260 €	260 €
AH	Rodilla	Optimizado	1	350 €	350 €
PRP	Articulaciones pequeñas y medianas, y tendones	1 – 3 zonas	3	220 €	660 €
PRP	Hombros	2 hombros	3	320 €	960 €
PRP	Cadera	1 cadera	3	250 €	750 €
PRP	Cadera	2 caderas	3	400 €	1200 €
PRP	Rodilla	1 rodilla	3	220 €	660 €
PRP	Rodilla	2 rodillas	3	320 €	960 €
PRP + AH	Articulaciones pequeñas y medianas, y tendones	1 – 3 zonas	3	340 €	1020 €
PRP + AH	Cadera	1 cadera	3	380 €	1140 €
PRP + AH	Cadera	2 caderas	3	550 €	1650 €
PRP + AH	Rodilla	1 rodilla	3	340 €	1020 €
PRP + AH	Rodilla	2 rodillas	3	500 €	1500 €

- * Este documento informativo no implica compromiso alguno por parte del paciente, ni obliga a la realización de la terapia propuesta. Se entrega con carácter meramente informativo y orientativo.
- * Estos tratamientos corresponden a un tratamiento médico personalizado propuesto por la Dra. Lola Fernández de la Fuente Bursón. La administración de los tratamientos puede realizarse en la consulta de la doctora o en diferentes centros colaboradores. Los costes aquí reflejados no implican compromiso contractual con ningún centro hospitalario, salvo que se indique expresamente.
- * El precio indicado incluye todas las sesiones correspondientes al tratamiento seleccionado, el material médico necesario para la realización de la técnica, el uso de ecografía en caso de ser requerida, los honorarios del personal de Enfermería, los honorarios médicos, así como la gestión de las citas y el seguimiento posterior al procedimiento. Los precios reflejados son válidos durante los 30 días posteriores a la fecha de entrega del presente documento. Transcurrido dicho plazo, podrán estar sujetos a modificaciones.