

INFLUENȚA FACTORILOR DE MEDIU ȘI HABITUALI ASUPRA DEZVOLTĂRII ȘI EVOLUȚIEI ARTROZEI

Nicoleta Nafortnița¹, Ecaterina Munteanu¹,
Mihaela Stoica¹, Artur Munteanu², Ghenadie Calin¹,
Oxana Sârbu¹

Conducător științific: Valeriu Istrati¹

¹Disciplina de medicină internă-semiologie, USMF „Nicolae Testemițanu”

²Catedra de urgențe medicale „Gheorghe Ciobanu”, USMF „Nicolae Testemițanu”

Introducere. Studiul Global Burden of Disease 2019 a constatat că artroza este una dintre cele mai frecvente cauze ale dizabilității osteo-funcționale la nivel mondial. Aproximativ 10% dintre bărbați și 18% dintre femeile cu vârsta de peste 60 de ani prezintă simptome de artroză. **Scopul lucrării.** Am studiat influența factorilor de mediu și habituali asupra dezvoltării și evoluției artrozei. **Material și metode.** Articolele considerate în această lucrare au fost căutate în bazele de date PubMed, UpToDate, Medscape, NCIB, aplicând cuvintele cheie. **Rezultate.** Afecțiunea degenerativă a articulațiilor are o evoluție progresivă sub acțiunea factorilor fizici: ridicarea greutăților, ocupațiile care implică vibrații permanente asupra articulațiilor. O serie de studii au raportat o agravare a simptomelor artrozei în condiții de umiditate ridicată și temperaturi scăzute, iar în zonele cu climă uscată și temperată s-a înregistrat o ameliorare, reducând durerea și rigiditatea articulară. Dintre factorii habituali: suprasolicitarea articulară prin activități fizice zilnic intense, sportul intens pot agrava artroza prin creșterea stresului mecanic asupra articulațiilor. În timp ce exercițiile regulate de intensitate moderată: mersul pe jos sau înotul, pot ajuta la menținerea mobilității articulare și la reducerea durerii. Obezitatea este un factor de risc major pentru dezvoltarea artrozei, prin creșterea presiunii asupra articulațiilor, accelerând degradarea cartilajului. O dietă bogată în antioxidanți, vitamine și minerale (de exemplu, vitamina C, vitamina D, calciu) contribuie la sănătatea articulară. **Concluzii.** Dezvoltarea și evoluția artrozei este sub mare influență a factorilor de mediu și habituali datorită creșterii îmbătrânirii populației și a prevalenței factorilor de risc. **Cuvinte-cheie:** Artroză, factori de mediu, factori habituali, dezvoltare, evoluție.

THE INFLUENCE OF ENVIRONMENTAL AND HABITUAL FACTORS ON THE DEVELOPMENT AND PROGRESSION OF OSTEOARTHRITIS

Nicoleta Nafortnița¹, Ecaterina Munteanu¹,
Mihaela Stoica¹, Artur Munteanu², Ghenadie Calin¹,
Oxana Sârbu¹

Scientific adviser: Valeriu Istrati¹

¹Internal Medicine and Semiology Discipline, Nicolae Testemițanu University

²Gheorghe Ciobanu Department of Medical Emergencies, Nicolae Testemițanu University

Background. The Global Burden of Disease 2019 study found that osteoarthritis is one of the most common causes of osteo-functional disability worldwide. About 10% of men and 18% of women over the age of 60 have symptoms of osteoarthritis. **Objective of the study.** We studied the influence of environmental and habitual factors on the development and evolution of arthrosis. **Material and methods.** The articles considered in this paper were searched in the databases PubMed, UpToDate, Medscape, NCIB, applying the Keywords: **Results.** The degenerative disease of the joints has a progressive evolution under the action of physical factors: lifting weights, occupations that involve permanent vibrations on the joints. Several studies have reported a worsening of osteoarthritis symptoms in conditions of high humidity and low temperatures, and in dry and temperate climates there was an improvement, reducing joint pain and stiffness. Among the usual factors: joint overload through intense daily physical activities, intense sports can aggravate arthrosis by increasing the mechanical stress on the joints. While regular moderate-intensity exercise, such as walking or swimming, can help maintain joint mobility and reduce pain. Obesity is a major risk factor for the development of arthrosis, by increasing the pressure on the joints, accelerating the degradation of the cartilage. A diet rich in antioxidants, vitamins and minerals (eg vitamin C, vitamin D, calcium) contributes to joint health. **Conclusions.** The development and evolution of arthrosis is greatly influenced by environmental and habitual factors due to the increase in the aging of the population and the prevalence of risk factors. **Keywords:** Arthritis, environmental factors, habitual factors, development, evolution.