

INFOCOT

 **secot**
SOCIEDAD ESPAÑOLA DE CIRUGÍA
ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLOGÍA

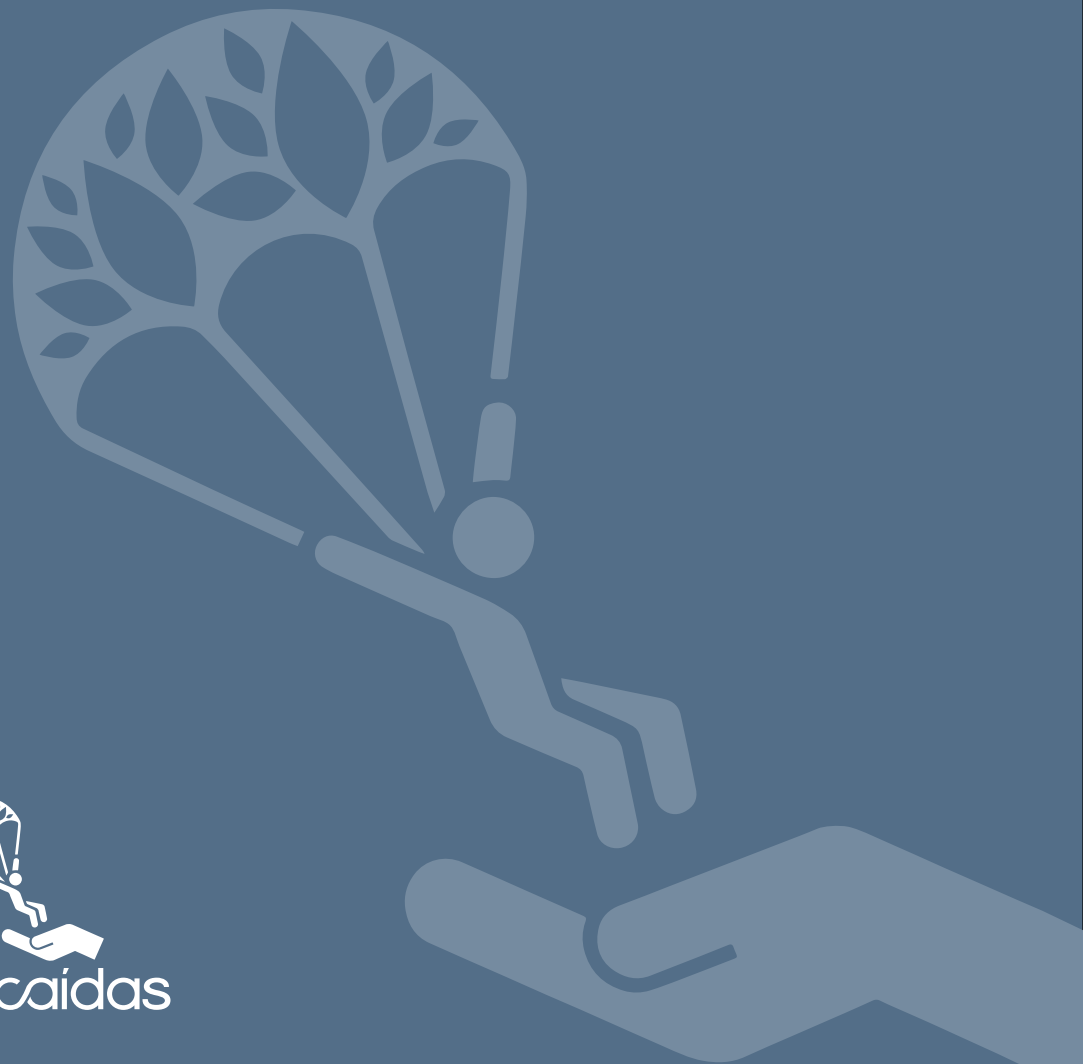
Monografías para pacientes

NÚMERO. 1 - VOLUMEN. 7

LA LUMBALGIA



paracaídas



LA LUMBALGIA

La columna vertebral es una estructura anatómica del aparato locomotor formado por unos huesos llamados vértebras y sus elementos de interrelación y unión, constituidos por los discos, ligamentos y músculos. Además de dotar de estructura y nexos a la cabeza y extremidades, posee una función de protección de la médula espinal y la salida de los nervios que parten de ella, transmitiendo los órdenes y recibiendo información de la mayor parte del aparato locomotor.

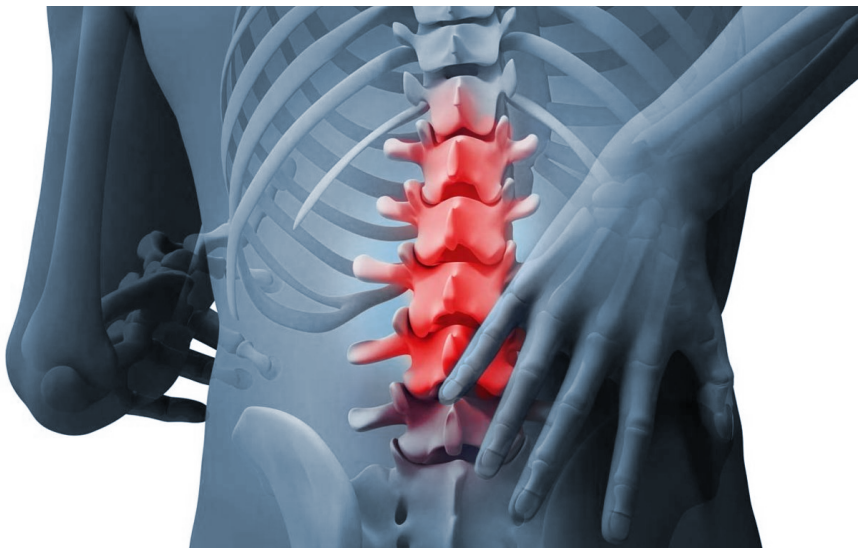
Llamamos lumbalgia al dolor localizado en la zona baja de la espalda pudiéndose irradiar a la zona glútea. Si se irradia hacia la extremidad inferior por debajo de la rodilla hablamos de ciatalgia, que responde a una compresión o lesión a nivel de la columna vertebral de las raíces nerviosas que inervan la extremidad.

La lumbalgia es uno de los dolores más frecuentes y comunes en el aparato locomotor, la mayoría de nosotros sufriremos al menos una lumbalgia a lo largo de nuestra vida.

En la lumbalgia el dolor suele producirse por sobrecarga excesiva de la musculatura y la posterior contractura. En las personas mayores y/o con problemas articulares pueden ser los cambios degenerativos en la columna vertebral los causantes de ese dolor. Suele ser limitado en el tiempo y ceder antes de 4-6 semanas.

El tratamiento habitual es el reposo relativo, los analgésicos, el calor seco local y ejercicio. Con estas medidas, la mayoría de las lumbalgias cederán antes de 6 semanas.

Debemos acudir al médico si el dolor perdura más tiempo o si se presenta con los signos de alarma (*).



MÁS INFORMACIÓN EN

www.secot.es/noticias_generales.php?id=45


SECOT
 SOCIEDAD ESPAÑOLA DE CIRUGÍA
 ORTOPÉDICA Y TRAUMATOLOGÍA

Este texto ha sido preparado por miembros de la Sociedad Española de Cirugía Ortopédica y Traumatología (SECOT) e intenta contener información actual. Sin embargo, no representa una política oficial de la Sociedad y su texto no significa la exclusión de otros puntos de vista aceptables. Para preguntas relativas a estos temas, debe de consultar a su Traumatólogo y Cirujano Ortopédico.. © 2020 SECOT

(*)RECUERDE

Existen patologías graves que en su evolución pueden presentar lumbalgias, pero estas lumbalgias suelen ser "peculiares" en su evolución y poseen signos de alarma, también llamadas banderas rojas.

- **Traumatismo previo.**
- **Pérdida de fuerza o anestesia de extremidades inferiores.**
- **Fiebre.**
- **Pérdida de peso.**
- **Alteración de los esfínteres.**
- **Dolor de características específicas.**
- **Historia previa de infección grave o cáncer.**
- **Dolor nocturno**
- **Dolor que no cede en 6-8 semanas**



paracaídas