



**REVISION GENERAL.** Colaboración: [Dr. Gerardo Osio Escalera](#)

### **¿Cómo pueden los pacientes asegurar el tratamiento apropiado para su espalda?**

La primera cosa que un paciente puede hacer es tener un diagnóstico apropiado. Lo mejor es tener un diagnóstico por un médico que se especialice en columna vertebral. Si se está en duda, tener una segunda opinión. Frecuentemente el paciente es diagnosticado por un médico, otro ofrece un tratamiento conservador y un tercero operará al paciente. Lo mejor es si todo es hecho por un mismo médico.

Una vez que el diagnóstico esta completado, el paciente debe estar seguro si se ha entendido el problema, por cual tratamiento se elije como el mejor, que incluye y cual es la expectativa del resultado. El paciente debe hacer una decisión bien informada en todo momento. Si la cirugía es requerida, el paciente debe elegir el hospital y los medios apropiados (como rehabilitación) para ayudar a la mejor recuperación y un programa para cuidados de la espalda para evitar lesiones.

### **¿Qué tratamientos están disponibles para los problemas de espalda?**

El tratamiento para el dolor de espalda depende de sus causas y severidad. Generalmente comienza con reposo para permitir que curen los tejidos inflamados y lastimados. Un corsé puede requerirse para dar un soporte a la espalda lesionada. Una vez que el tiempo de curación se ha completado, se indica un programa de ejercicios de flexibilidad, corrección de postura y de fortalecimiento. Algunos pudieran requerir terapia física periódica para aprender y

practicar los ejercicios. Personas con pobre acondicionamiento físico son motivadas para hacer ejercicio regular y mantener un cuerpo sano. En pacientes con sobrepeso, perder kilos debe ser parte de su tratamiento. Para aquellos con dolor de espalda crónico donde el tratamiento conservador (sin cirugía) o la misma cirugía no es aplicable, manejo de tratamiento de dolor es una opción. La cirugía es recomendada solo para aquellos casos donde el tratamiento conservador ha fallado y la cirugía ofrece un resultado favorable.



### ¿Cuándo la cirugía se vuelve una opción de tratamiento para el dolor de espalda?

De acuerdo a la Academia Americana de Ortopedia, menos de 1 en 10 personas con dolor de espalda requerirán cirugía. El dolor de espalda generalmente es exitosamente tratado con medicamentos y terapia de ejercicios. La intervención quirúrgica es una opción para aquellas condiciones del disco que no responden a otros métodos de tratamiento. Muchas formas de cirugía existen, incluyendo la inyección de una enzima para disolver las partes blandas del disco y la tradicional para remover las partes del disco rotas. Una técnica reciente de microcirugía ofrece muchas ventajas, incluyendo recurrencias de la lesión. En el caso de inestabilidades de la columna vertebral, la fusión ósea puede ser recomendable en donde 2 vértebras son fusionadas una con otra para mejorar la estabilidad.

### Tipos de tratamiento

**Cirugía Mínima Invasiva:** Se refiere a accesos con incisiones pequeñas para resolver la mayoría de los problemas, inclusive algunos de ellos sin realizar cirugías abiertas, como Cifoplastia, Terapia Intradiscal Electrotérmica, Microendoscopia.

**Procedimientos Quirúrgicos:** Múltiples procedimientos correctivos como el remplazo total de disco, laminoplastía, laminectomía y la fusión vertebral.

**Conservador:** Conceptos actuales de curación y rehabilitación que pueden incluir medicamentos, corsés y terapia física.



El autor de este artículo es el [Dr. Gerardo Osio Escalera](#), un reconocido **Traumatólogo Especialista en Columna Vertebral de la Ciudad de Monterrey**

. Si gusta puede contactarlo, solo de click [aquí](#)