

LUMBALGIA

AGUDA Y CRÓNICA

DEFINICION

Dolor o malestar en la zona lumbar localizado entre el borde inferior de las últimas costillas y el pliegue inferior de la zona glútea, con o sin irradiación a una o ambas piernas,

Compromete estructuras osteomusculares y ligamentarias, con o sin limitación funcional que dificultan las actividades de la vida diaria y que puede causar ausentismo laboral.



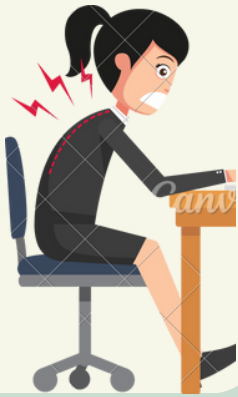
FACTORES DE RIESGO

- Sobrepeso
- Obesidad
- Incremento de IMC
- Alcoholismo
- Malos hábitos alimenticios
- Sedentarismo
- Cargar objetos pesados
- Poca movilidad de columna
- Depresión
- Insomnio
- Aumento de agresividad
- Desobediencia
- Violencia
- Fatiga
- Estrés laboral
- Hiperactividad
- Aspectos psicosociales



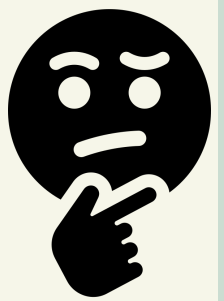
SEMIOLOGIA DEL DOLOR

- Localización
- Factor desencadenante
- Factores de exacerbación
- Factores que lo mejoran
- Irradiación
- Severidad del dolor
- Tiempo de evolución
- Limitación funcional
- Factores de riesgo laboral, psicosociales
- Signos de alarma



SOAPECHA DX

- Edad > 50 años
- Antecedente de cáncer
- Pérdida de peso
- No mejoría después de 4-6 semanas
- Dolor continuo o progresivo
- Dolor en reposo y nocturno
- Antecedentes de fractura



DIAGNOSTICO

RX- antero-posterior y lateral, con el paciente de pie y sin calzado

- Clínica: Paresia
- Signos de alarma
- Síndrome de cauda equina
- Prueba de Lassegue
- Descartar enfermedades dermatológicas
- Resonancia magnética en clínica de infección o neoplasia



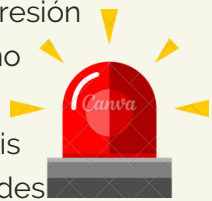
TIEMPO DE EVOLUCIÓN

- Aguda; < 6 semanas
- Subaguda: 6 y 12 semanas
- Crónica: > 12 semanas



DATOS DE ALARMA

- Edad >50 años
- Antecedente de neoplasia
- Síndrome constitucional
- No mejora con tratamientos habituales
- Dolor en reposo
- Fiebre
- Inmunodepresión
- Traumatismo previo
- Osteoporosis
- Uso esteroides
- SX cauda equina



RECOMENDACION

PROPORCIONAR EDUCACIÓN ACERCA DE LOS FACTORES AGRAVANTES, EVOLUCIÓN Y TIEMPO ESTIMADO DE MEJORÍA PERMITE ACELERAR LA RECUPERACIÓN Y PREVENIR EL DESARROLLO DE LUMBALGIA CRÓNICA

TRATAMIENTO

MANEJO DEL DOLOR

- ✓ Paracetamol
- AINE (Ibuprofeno)



PROTECCIÓN GÁSTRICA

- Antiácidos
- Antagonistas de los receptores H2
- Inhibidores de la bomba



OTROS

- Uso de relajantes musculares
- Benzodiazepínicos
- Antidepresivos tricíclicos y heterocíclicos
- Capsaicina en dolor crónico



BIBLIOGRAFIA

LUMBALGIA AGUDA Y CRONICA GPC.pdf



Lizbeth Reyes Ulloa