

CIENCIA Y SALUD SAN JUAN

UD, LO QUE TIENE, ES UN LUMBAGO...

¿Lumbago?

Ud., lo que tiene, es un lumbago...

Esta es la respuesta más común con la cual los pacientes se refieren a la consulta médica más frecuente en adultos de la edad media. Las consecuencias en general del dolor lumbar no son lo que muestra la estadística en cuanto al impacto que produce en los sistemas de salud, siendo un problema de salud pública.



¿Qué es el dolor lumbar? Es el dolor que se origina en la región de la parte baja de la espalda que va desde la reja costal hasta el pliegue glúteo. No es un diagnóstico, es el motivo por el cual el paciente busca atención médica. Se presenta entonces el primer punto de discusión entre médico y paciente, quienes están muy interesados en saber porque se produce el dolor y cuál es su causa. El proceso diagnóstico implica una adecuada relación médico-paciente que permita, desde el proceso de interrogatorio, que se determinen síntomas asociados buscando los síntomas de alarma que se conocen como banderas rojas, tales como: fiebre, pérdida de peso, debilidad generalizada, pérdida del apetito, pérdida de la fuerza en miembros inferiores, estreñimiento o incontinencia urinaria, y las características del dolor; en general con este proceso se ha establecido el desarrollo de enfermedades graves como infecciones, tumores o cáncer.

Posteriormente el médico mediante el examen físico, que inicia desde la inspección del paciente hasta el examen propiamente dicho, llegará a una aproximación diagnóstica. Es determinante que el paciente entienda que los exámenes confirmarán esta presunción del origen del síntoma.



Después de descartar la presencia de enfermedad grave, se ha demostrado que en la mayoría de los pacientes es imposible determinar la causa del dolor pero este gran porcentaje de pacientes mejora en menos de dos semanas.

La adecuada explicación al paciente de lo anterior permitirá no solicitar radiografías, tomografías o incluso exámenes de resonancia magnética y en cambio el explicar que el sedentarismo, la obesidad, el tabaquismo y quizá el factor más importante que es cómo manejar la espalda, permitirá que el paciente entienda que la expresión "Ud, lo que tiene es un lumbago" sea una expresión facilista para el fin de una adecuado acto médico.

Heillen T.

HEILLER TORRES VALENCIA
Ortopedista Traumatólogo,
Cirujano de columna