

## **LUMBALGIA MECÁNICA**

El dolor lumbar mecánico o lumbalgia mecánica es uno de los problemas de salud que con mayor frecuencia afecta a la población, constituyendo un alto por ciento de las consultas por enfermedades laborales, con la consiguiente inhabilitación del trabajador y el alto coste social y personal que esto implica.

La columna lumbar tiene gran importancia en el sostenimiento y la estabilidad del tronco por lo que sus particulares anatómicas lo hacen extremadamente susceptibles a sufrir lesiones fundamentalmente en el componente muscular.

La lumbalgia mecánica es habitualmente la consecuencia de un esfuerzo puntual que sobrepasa la capacidad de la musculatura de la zona o de esfuerzos mínimos repetitivos que determinan un incremento del tono muscular. Los pacientes que presentan esta entidad generalmente tienen antecedentes de conductas posturales inadecuadas que favorecen la adaptación de los síntomas.

Desde el punto de vista terapéutico la mejoría se obtiene manteniendo reposo, asociado al uso de AINES y miorrelajantes aunque ocasionalmente la regresión del dolor resulta difícil por lo que se hace necesario el uso de esteroides y otros tratamientos más agresivos.

Es importante señalar que en alguna ocasiones la lumbalgia mecánica es la primera manifestación de la presencia de una hernia discal lumbar, tema que por su importancia será tratado en otra nota clínica.

DR. HUGO SANTOS BENÍTEZ  
Neurocirujano