

---

## ¿QUE ES LA LUMBALGIA?

---

La lumbalgia o lumbago, es el termino medico para definir el dolor que se genera en la región de la espalda baja o lumbar, el cual puede ser de intensidad leve y pasajero o de intensidad tan fuerte que incapacita por varios días.



---

## CAUSAS

---

Existen múltiples causas que para fines prácticos las podemos dividir en mecánicas y no mecánicas.

Las mecánicas son las más comunes y son aquellas ocasionadas por esfuerzos mal realizados, posiciones inadecuadas, golpes en actividades físicas o bien accidentes automovilísticos.

Las no mecánicas pueden ser consecuencia a enfermedades preexistentes, enfermedades específicas de la columna, fracturas o infecciones principalmente de las vías urinarias.



➤ Av. Juárez no. 802 Col. La Villita Pachuca Hgo. ; Teléfono: 71 8 46 65 y 71 9 26 64

➤ Blvd. Luis Donaldo Colosio No. 212 6° piso Col. Arboledas de San Javier Pachuca Hgo.; Teléfono 14 8 53 13 y 71 9 72 69.

➤ [www.ortomedcare.com.mx](http://www.ortomedcare.com.mx)

---

### *¿COMO SE DIAGNOSTICA?*

---

Pues el diagnostico lo hace el síntoma, dolor en la región baja de la espalda, que como ya se comento, puede ser de intensidad y duración variable. Lo mas importante de este dolor es que se encuentra fijo en la región de la espalda baja, cuando este dolor se irradia alguna de las extremidades inferiores, pueden ser datos de algún problema mayor, que requerirá de profundizar en la exploración física, las posibilidades diagnosticas y en los estudios para determinar su origen y tratamiento.



---

### *TRATAMIENTO*

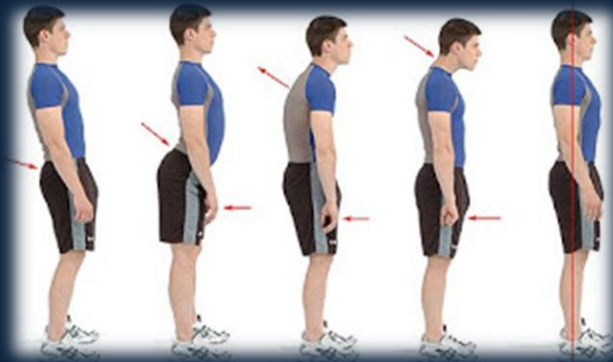
---

El reposo, el soporte lumbar mediante el uso de fajas ortopédicas por corto tiempo en el periodo agudo, la terapia física mediante calor, y el uso de analgésicos desinflamatorios indicados por un ortopedista, es el tratamiento de elección.



- Av. Juárez no. 802 Col. La Villita Pachuca Hgo. ; Teléfono: 71 8 46 65 y 71 9 26 64
- Blvd. Luis Donaldo Colosío No. 212 6° piso Col. Arboledas de San Javier Pachuca Hgo.; Teléfono 14 8 53 13 y 71 9 72 69.
- [www.ortomedcare.com.mx](http://www.ortomedcare.com.mx)

La higiene de columna y rehabilitación mediante ejercicios específicos de la columna siempre serán necesarios para disminuir las posibilidades de volver a presentar un episodio de lumbalgia.



➤ Av. Juárez no. 802 Col. La Villita Pachuca Hgo. ; Teléfono: 71 8 46 65 y 71 9 26 64

➤ Blvd. Luis Donaldo Colosio No. 212 6° piso Col. Arboledas de San Javier Pachuca Hgo.; Teléfono 14 8 53 13 y 71 9 72 69.

➤ [www.ortomedcare.com.mx](http://www.ortomedcare.com.mx)