

Qué son las cervicalgias

ATENCIÓN FARMACÉUTICA

Osteomuscular y Sistema Nervioso

Se denomina cervicalgia al dolor localizado en la columna cervical que suele ir acompañado de una disfunción y puede irradiarse a hombros, brazos y espalda. Se estima que un 30-40% de la población presentará este tipo de dolor en algún momento de su vida.

Qué són las cervicalgias

La cervicalgia es un motivo muy frecuente de consulta médica, tanto en la atención primaria como en la especializada y de urgencias. En medicina del trabajo, la lesión aparece al realizar tareas en las que se elevan los brazos por encima de la cabeza de forma repetida o sostenida o cuando se mantiene el cuello en flexión durante largos períodos. La cervicalgia tensional es un trastorno causado por trabajos de carga estática, como ocurre en los usuarios de ordenadores o pantallas de visualización, aunque también se da en pintores, peluqueros, fontaneros, albañiles, etc. Los pacientes suelen quejarse de dolor en el cuello, hombros y cefalea occipitoparietal. A veces pueden manifestar la sensación de hormigueos o calambres en las extremidades superiores.

Cuando las molestias se cronifican hay que relacionarlas con la alteración del tono muscular del trapecio y del músculo esternocleidomastoideo, que a su vez limitan la dinámica muscular y causan disminución de fuerza y sensibilidad en los miembros superiores. Todo esto favorece las alteraciones posturales viciosas, por lo que se cierra el círculo «dolor/espasmo muscular/dolor». Desde el

punto de vista de la medicina del trabajo, la cervicalgia es probablemente la patología con más tasa de incidencia en contingencia común. Su repercusión económica y social, debido al gran número de bajas laborales que conlleva, es elevadísima.

En general, las mujeres se ven más afectadas por el dolor debido a las malas posturas (75% frente al 69% de los varones), situaciones de estrés (63% frente al 42% de los varones) y el esfuerzo al realizar tareas que requieren gran concentración (39% frente al 27% de los varones). Todas estas situaciones son susceptibles de darse en el ámbito laboral diario. Se estima que el 50,7% de las incapacidades laborales están relacionadas con problemas osteomusculares.

Por su parte, los varones se ven más afectados por el dolor tras la realización de ejercicio físico (36% frente al 29% de las mujeres).

Tipos de dolor cervical

Cervicalgia mecánica

Es el tipo de dolor más frecuente y está relacionado con los movimientos. Empeora con la movilización y mejora con el reposo funcional. En la generación de este tipo de dolor intervienen elementos como el músculo, los tendones y los ligamentos, y en menor medida las articulaciones y los huesos.

La causa más frecuente son las contracturas musculares, las espondilosis y la artrosis cervical (cervicalgias crónicas, degenerativas). También son muy habituales las cervicalgias acompañadas de tortícolis,

que cursan con dolor y contractura muscular. En ellas puede existir un antecedente traumático como en el caso del esguince o «latigazo cervical», como el que se produce en un accidente de tráfico con hiperflexión-hiperextensión de la columna cervical.

En las cervicalgias no traumáticas hay que destacar la artrósica degenerativa, así como las generadas por posturas inadecuadas, sobrecarga muscular y estrés.

Cervicalgia inflamatoria no mecánica

En este caso, el dolor es continuo y no varía su intensidad en función de los cambios posturales o el reposo. Las causas son inflamatorias, tumorales o infecciosas. Este tipo de dolor precisa siempre de una valoración de su causa, gravedad y tratamiento por parte del facultativo.

En la **tabla 1** se muestran las causas de ambos tipos de cervicalgias.

TABLA 1. Tipos de cervicalgias y sus causas

Tipos	Causas
Mecánica	<ul style="list-style-type: none">• Contracturas musculares.• Errores posturales (ante el ordenador, la television, la mesa de trabajo, etc.).• Dormir sin el apoyo adecuado en la cabeza.• Cargar pesos con un solo brazo.• A veces esta causada por un proceso degenerativo (espondilosis cervical).
Inflamatoria	<ul style="list-style-type: none">• Inflamatorias.• Tumorales.• Infecciosas (la aparicion de fiebre indica que podemos estar ante una espondilitis infecciosa).

Mecanismos del dolor

Contractura muscular

Es una contracción continuada e involuntaria del músculo o de algunas de sus fibras tras un sobreesfuerzo. La zona se abulta y aparece dolor, además de que el funcionamiento normal del músculo queda alterado.

Distensión o esguince muscular

Consiste en el estiramiento excesivo de algún ligamento. Se produce tras un estiramiento excesivo del músculo que causa la lesión de sus fibras.

Rotura de fibras musculares

Se puede considerar el paso siguiente al estiramiento. Suele ocurrir tras un estiramiento excesivo. Las roturas pueden ser desde microscópicas hasta visibles durante la exploración física.

Tendinitis

Consiste en la inflamación de un tendón. Son muy frecuentes en el tendón de Aquiles y el bicipital.

Contusión muscular

Es una lesión cerrada que no afecta a la integridad de la piel. Aparece dolor, aumento de volumen en el lugar del golpe y, ocasionalmente, edema leve.

Artrosis

Se produce por el desgaste del cartílago articular que protege los extremos de los huesos y que favorece el movimiento de la articulación. Es la enfermedad reumática más frecuente.

Autor: Redacción

Referencias: Adaptado de “*Cervicalgias: una dolorosa realidad cotidiana*”, Fernando José García García, Médico de Urgencias de A. Primaria de Alcalá de Henares (Madrid). SUAP 20, SUMMA 112. Artículo original publicado en el nº 33 de la revista *Innova* (septiembre-noviembre 2011).