

CIÁTICA, CIATALGIA Y SÍNDROME PIRAMIDAL

¿QUÉ ES?

La ciática es un conjunto de signos y síntomas. Se caracteriza por dolor en el territorio del nervio ciático. El dolor es producido por la compresión de las raíces del mismo nervio ciático (L4-S3) a nivel de la columna vertebral. Puede tener varias causas, puede aparecer a consecuencia de la presencia de una hernia discal, procesos degenerativos discales y estenosis de los agujeros de conjunción vertebrales que comprimen la raíz nerviosa.

La ciatalgia, es un dolor en el recorrido del nervio ciático por otras causas distintas a las de la ciática en sí. Tienen un origen muscular o capsulo ligamentoso.

El síndrome piramidal, consiste en una contractura o sobrecarga del músculo piramidal, que desencadena dolor en la zona glútea y miembro inferior. Anatómicamente, el piramidal se encuentra relacionado con distintas estructuras, entre ellas el nervio ciático. Si el espasmo del músculo comprime al nervio dará una serie de síntomas que pueden confundirse con la ciática. Es conocida como una “ciática falsa”.

SINTOMAS

Dolor referido en el recorrido del nervio ciático que puede desencadenar sensaciones de debilidad, entumecimiento u hormigueo en la pierna.

TRATAMIENTO

El tratamiento más eficaz se basa en las medidas de cuidado personal y ejercicio terapéutico guiado. Si los síntomas son agudos y no remiten, el médico puede recetar varios fármacos como antiinflamatorios y analgésicos, aunque no tengan respaldo científico, ya que los fármacos pueden aliviar la sintomatología, pero no tratan la causa.

El ejercicio terapéutico guiado e individualizado, así como el trabajo postural y la fisioterapia han demostrado ser eficaces a la hora de tratar la causa y sintomatología de la ciática.

