



# Dolorosas las fracturas vertebrales

POR CARLOS JIMÉNEZ MARCHÁN, MD



La prevalencia de las fracturas vertebrales por compresión aumenta con la edad, llegando a un 40 por ciento en las mujeres con 80 años de edad. También es una condición común e importante en los hombres mayores de 65 años de edad.

Una fractura vertebral por compresión se refiere al colapso o “aplastamiento” del cuerpo de una vértebra de la columna que típicamente causa un fuerte dolor de espalda. Estas fracturas pueden ocurrir en cualquier región de la columna vertebral, pero son más comunes en las vértebras torácicas de la 8 a la 12, y en las vértebras lumbares L1 y L4.

Las fracturas vertebrales por compresión afectan aproximadamente al 25 por ciento de las mujeres postmenopáusicas en Estados Unidos. La prevalencia de esta condición aumenta con la edad, llegando a un 40 por ciento en las mujeres con 80 años de edad. También es una condición común e importante en los hombres mayores de 65 años de edad.

Una mayoría de las fracturas vertebrales está relacionada a la osteoporosis. Otros factores de riesgo incluyen: uso de tabaco o bebidas alcohólicas, sedentarismo y deficiencia de calcio y de vitamina D.

Las fracturas vertebrales agudas ocurren cuando una fuerza hecha por el cuerpo excede la habilidad del cuerpo de la vértebra de asimilar dicha carga. En general, casi siempre involucra algún tipo de trauma, como un accidente de automóvil o una mala caída. En algunas personas con osteoporosis, el trauma puede ser menor como, por ejemplo, tropezarse al salir de la bañera, levantar

18

salud al día

TRATAMIENTOS

EL NUEVO DÍA  
SEPTIEMBRE 2008



Conozca más sobre las fracturas vertebrales visitando la sección de Suplementos en [www.elnuevodia.com](http://www.elnuevodia.com).

un objeto simple y hasta se han reportado fracturas después de un estornudo fuerte. El síntoma más común es dolor de espalda, muchas veces incapacitante. El dolor puede irradiarse a la cadera o a la pelvis. Personas con varias fracturas pueden desarrollar pérdida de estatura, problemas de postura e inactividad prolongada.

Solamente una tercera parte de las fracturas vertebrales son diagnosticadas ya que, muchas veces, los pacientes y los familiares piensan que el dolor es debido a artritis o al proceso normal de envejecimiento. Por esto, se debe sospechar una fractura por compresión en todo paciente mayor de 50 años de edad que se presente con dolor agudo de espalda. La radiografía frontal y lateral es el estudio de imagen inicial cuando se sospecha una fractura vertebral por compresión. Cuando las radiografías son indeterminadas o no son óptimas para evaluación se recomienda un MRI como estudio de seguimiento. No sólo el MRI puede diagnosticar la fractura, sino también encontrar otras patologías que pudieran explicar el dolor de espalda. El estudio de "bone scan" también se utiliza para identificar fracturas vertebrales particularmente cuando se necesita estudiar la columna entera o cuando se necesita distinguir entre una fractura activa que esté causando síntomas, de una fractura vieja.

El tratamiento incluye modificaciones de la acti-

vidad física, evitando sobrecargar el área de la columna afectada, la utilización de analgésicos orales para controlar el dolor y terapia física. Por lo general, los pacientes mejoran en 6 a 12 semanas. Los que no responden al tratamiento conservador pudieran beneficiarse de una vertebroplastia o una kifoplastia. Una vertebroplastia es un procedimiento donde se coloca una pequeña aguja guiada por rayos X dentro de la vertebral aplastada. Un cemento para hueso se inyecta para estabilizar y fortalecer la fractura. En una kifoplastia se inserta una bombita inflable dentro de la vértebra, la cual se infla, dejando una cavidad dentro del hueso que luego se rellena con el cemento óseo. La kifoplastia puede aliviar el dolor; además de restaurar el tamaño normal de la vértebra.

La prevención es la clave para evitar las fracturas vertebrales a través de la ingesta adecuada de calcio, la práctica de ejercicios regulares, incluyendo los ejercicios de resistencia, el uso de medicamentos para aumentar la densidad ósea, como los alendronatos, y los estudios de cernimiento para osteoporosis con las densitometrías centrales (DEXA).

El autor es director del Presby Wellness & Fitness Center, de los laboratorios de medicina nuclear del Ashford Presbyterian Community Hospital y del Centro Cardiovascular y de PET-CT de San Patricio MRI & CT Center.

## Dr. Ramón M. Rullán Cummings

### Gastroenterología,

Endoscopía digestiva  
y Enfermedades del hígado.

### Gastroenterólogo

"Board Certified"

Detección temprana y prevención de cáncer colorectal. Enfermedad de reflujo, acidez y úlceras. Endoscopía digestiva y terapéutica. Enfermedades del hígado, páncreas, tracto biliar.

Torre San Pablo #703, Bayamón, P.R.

**787-288-6998 / 787-288-4035**



## OXIGENOTERAPIA HIPERBÁRICA

El Instituto CANII en Isabela, es el Centro Terapéutico más completo de Puerto Rico y el Caribe. Atendemos condiciones Neurológicas, Úlceras Diabéticas, Alzheimer, Accidente Cerebro Vascular (CVA) Trauma Cerebral, Autismo, Perlesía Cerebral, Wound Healing. Rehabilitación en general. Terapia con aquamassage, frío y calor.

### VISÍTENOS Y CONOZCA NUESTROS SERVICIOS

Personal Especializado le atenderá con amor. Aceptamos algunos Planes Médicos, tales como: Medicare, Tricare, ACAA, MMM

CALLE DR. GONZÁLEZ #133  
ISABELA, P.R. 00662

**TELS: 787-872-8365/872-5565**

**EMAIL: CANIIPR@YAHOO.COM**

**FACEBOOK: INSTITUTO CANII**

19

salud al día

TRATAMIENTOS

EL NUEVO DÍA  
SEPTIEMBRE 2008