

04

MANUAL  
EDUCATIVO  
PARA  
PACIENTES

# DOLOR DE ESPALDA INFLAMATORIO



Asociación  
Colombiana de  
Reumatología.

# DOLOR DE ESPALDA INFLAMATORIO

**Renán Alberto Morales Abaunza**

Residente de segundo año

Reumatología

Universidad Nacional de Colombia

## Generalidades

En el mundo hay millones de personas con dolor de espalda, que a veces les obliga a buscar atención médica; sin embargo, una importante proporción de pacientes no lo hacen. Así mismo una mayoría de aquellos que asisten a consulta no reciben un diagnóstico específico.

## Epidemiología

El dolor de espalda es un problema frecuente: se estima que 8 de cada 10 personas de la población general lo padecerá en algún momento de su vida. Una de cada 5 personas tiene un dolor de espalda de al menos 3 meses de duración, considerado como dolor de espalda crónico y, si bien en la mayoría de los casos se trata de un dolor mecánico que se caracteriza más por el dolor que por la rigidez o “entumecimiento”, y el movimiento generalmente lo empeora, en cerca de 1 de cada 20 personas el origen es la inflamación.

## Síntomas y signos

El dolor inflamatorio tiene unas características muy distintas y concretas: aparece en edades jóvenes, habitualmente antes de los 40 años, con un comienzo gradual, y persiste durante más de 3 meses. Mejora con la actividad y no con el reposo. En este caso, el dolor puede despertar a la persona por la noche y la rigidez matutina o “entumecimiento”, dura más de 30 minutos y, a pesar del alivio temporal que se pueda obtener tras realizar estiramientos o movimientos, el dolor empeora tras largos períodos de inmovilidad.

Aunque las enfermedades como el cáncer y las infecciones vertebrales pueden provocar dolor de espalda crónico a causa de la inflamación, la mayoría de los casos de dolor de espalda inflamatorio se deben a determinadas enfermedades inflamatorias autoinmunes.

Las enfermedades autoinmunes se producen cuando el organismo se ataca a sí mismo y a sus propios tejidos sanos. Hay varios tipos de





enfermedades autoinmunes, algunos de los cuales están en estrecha relación con el dolor de espalda inflamatorio, como la espondiloartritis axial o artritis inflamatorias.

Las artritis capaces de provocar dolor de espalda inflamatorio pueden comenzar en distintas partes del cuerpo. Estas enfermedades que cursan con artritis inflamatoria pueden afectar a la piel (artritis psoriásica), a los ojos y vías urinarias (artritis reactiva), al intestino (artritis enteropática) o a las articulaciones (artritis reumatoide).

Aunque los síntomas de estas enfermedades suelen consistir en dolor e hinchazón en las articulaciones y tejidos afectados, muchas personas presentan además dolor de espalda de tipo inflamatorio.

Las enfermedades causantes de dolor de espalda inflamatorio afectan de manera importante la vida de quienes las padecen. Actividades cotidianas tales como trabajar, hacer deporte o incluso dormir pasan a ser difíciles o en algunos casos imposibles de realizar. Con el tiempo, algunas enfermedades limitan la movilidad y, en los casos graves, provocan una fusión de los huesos de la columna vertebral.

El retraso en el diagnóstico desde el inicio de los primeros síntomas del dolor de espalda crónico puede llegar a ser de entre 7 y 9 años en patologías asociadas a dolor de origen inflamatorio como la espondiloartritis axial. El diagnóstico temprano es fundamental porque en la actualidad se dispone de tratamientos

capaces de controlar estas patologías progresivas de forma muy efectiva, en especial sus síntomas.

## Recomendaciones

Si tienes dolor de espalda de más de 3 meses de duración y contesta 'Sí' a, cuando menos, 4 de estas 5 preguntas... ¡puede ser inflamatorio!... consulta a un Reumatólogo.

- ¿Comenzó a tener dolor de espalda antes de cumplir los 40 años?
- ¿Su dolor de espalda se ha ido incrementando gradualmente?
- ¿Mejora su dolor de espalda con la actividad/el movimiento?
- ¿Le parece que su dolor de espalda no mejora cuando descansa?
- ¿Su dolor de espalda lo despierta por la noche y lo obliga a levantarse?

## Lecturas recomendadas

Sieper J, et al. The Assessment of SpondyloArthritis International Society (ASAS) handbook: a guide to assess spondyloarthritis. *Ann Rheum Dis* 2009; 68: ii1-ii44.

Sieper J, van der Heijde DM, Landewe RB, et al. New criteria for inflammatory back pain in patients with chronic back pain: a real patient exercise of the Assessment of Spondyloarthritis International Society (ASAS). *Ann Rheum Dis* 2009; 68: 784-8.

Walker B, Muller R, Grant W. Low back pain in Australian adults. Prevalence and associated disability. *J Manipulative Physiol Ther* 2004; 27: 236-44.

Walker BF. The prevalence of low back pain. A systematic review of the literature from 1966 to 1998. *J Spinal Disord* 2000; 13: 205-17.

Campaña "No le des la espalda" [en Internet]. Disponible en: <https://www.noledeslaespalda.es/dolor-de-espalda-inflamatorio/> [Consultado el 1 de septiembre de 2017].