



Diario El Herald, Concordia.

Artículo N° 5

Dolor cervical

Es un gusto continuar recibiendo consultas vía mail, agradezco la deferencia, y continuaremos con la tarea de seguir difundiendo la apiterapia.

Hoy nos ocupa un tema por demás frecuente que es el dolor en la zona del cuello y los hombros, y por supuesto del más clásico y común de todos los dolores como lo es el dolor de cabeza o cefalea.

En esta zona del cuerpo, se acumulan tensiones, mal posiciones de trabajo y por último, y más importante, la gran tarea que implica sostener la cabeza. Esto último, muy simple de decir y más difícil de hacer, es lo que nos cuesta tanto en términos de calidad de vida, ya que nuestra columna está preparada desde el punto de vista arquitectónico, o sea la conformación de la estructura ósea, cartilaginosa, de músculos y ligamentos; vale decir que nuestra columna está diseñada para 4 puntos de apoyo, tal cual las vacas o los caballos..., claro que ellos nunca nos van a decir que les duele la cabeza (en el caso que suceda, no?)

Bueno, el hecho de sostener la cabeza, obliga a nuestra columna a adoptar algunas curvas, la llamada lordosis cervical, que es una curva convexa hacia delante, cuando, sometemos a esta zona a un exceso de trabajo, esta curva aumenta, y para lograr continuar en equilibrio, también aumenta otra curva, la dorsal, todo esto deviene en severas contractura musculares, que en definitiva son las responsables de todos estos movimientos.

Hay algunos trabajos que predisponen mucho a esta afección, y son todos aquellos en los se trabaja mirando para abajo, tan es así que la primer enfermedad laboral descrita fue la llamada "Enfermedad de las costureras" a fines del siglo XIX, cuando la revolución industrial condujo a un aumento casi explosivo de la industria textil y fue justamente cuando la mujer sale definitivamente a trabajar fuera de su casa. Dicha enfermedad se caracteriza por un aumento de la lordosis cervical, con dolores de cabeza, cuello y hombros permanentes, asociados a sensaciones de ardor, hormigueo o quemazón en los miembros superiores, traducción clínica de la compresión de las raíces nerviosas a su salida del canal vertebral.

El sufrimiento comienza con dolores frecuentes en la zona del cuello, que luego se van haciendo cada vez más frecuentes, y por último se hacen permanentes, muchas veces se acompañan de dolor de cabeza pulsátil, intolerancia a la luz y los ruidos, náuseas o vómitos, es la llamada migraña o jaqueca, todo lo cual comienza a edades tempranas de la vida, por lo tanto no hay que esperar a la quinta o sexta década para consultar, esto sucede en pacientes de 20 años en adelante, por supuesto que una consulta precoz nos permite modificar el curso de esta afección, instruyendo al paciente en lo que se denomina "higiene de columna" y que consiste en ejercicios y posiciones que mejoran nuestra calidad de vida.

Lo que sucede habitualmente es que los pacientes, cuando nos consultan, ya llevan mucho tiempo de dolor, consumo de todo tipo de calmantes, varias sesiones de terapia física, y están cansados de sufrir y de no ver mejoría.

En apiterapia tratamos de infundir tranquilidad al paciente que se encuentra angustiado y deprimido, con una gran carga de incertidumbre por lo que le depara el futuro en cuanto a calidad de vida, además, el tratamiento está orientado a calmar el dolor, desinflamar, mejorar la calidad de sueño, y todo esto sin efectos secundarios, ya que se trata de una terapia natural.

Bueno, en la próxima nota realizaremos ampliaciones de estas afecciones de columna y relataremos cómo se lleva adelante un tratamiento de apiterapia para las mismas; reiteramos que agradecemos nos hagan llegar sus inquietudes.

Para realizar cualquier tipo de consulta

Clínica de Apiterapia: (desde Concordia): 0059873-23248, Salto, Uruguay.

Dr. Pablo Capdebila, médico especialista en Apiterapia.

Correo electrónico: capdebila@gmail.com
