

## Estenosis espinal

La estenosis espinal es un estrechamiento de espacios en la columna vertebral que produce presión sobre la médula espinal y/o raíces nerviosas. Este trastorno suele comprender el estrechamiento de una o más de tres zonas de la columna: (1) el canal del centro de la columna de huesos (columna vertebral) a través del cual corren la médula espinal y las raíces nerviosas, (2) los canales de la base o las raíces nerviosas que se ramifican fuera de la médula espinal, o (3) las aperturas entre las vértebras (huesos de la columna) a través de las que los nervios salen de la columna y van a otras partes del cuerpo. El estrechamiento puede involucrar una zona pequeña o extensa de la columna. La presión sobre la parte inferior de la médula espinal o sobre las raíces nerviosas que se ramifican fuera de esa zona puede producir dolor o adormecimiento en las piernas. La presión sobre la parte superior de la médula espinal (es decir, la zona del cuello) puede producir síntomas similares en los hombros o incluso en las piernas.

Fuente: Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel

### Recursos (en español)

<https://orthoinfo.aaos.org/es/diseases--conditions/estenosis-de-la-columna-lumbar-lumbar-spinal-stenosis/>

#### **Academia Estadounidense de Cirujanos Ortopedicos: Estenosis de la columna lumbar**

Esta página web ofrece información general sobre la columna e información específica sobre la estenosis espinal, incluidas las causas, los síntomas y opciones de tratamiento.

<https://www.rheumatology.org/I-Am-A/Patient-Caregiver/Enfermedades-y-Condiciones/Estenosis-Espinal>

#### **Colegio Estadounidense de Reumatología: Estenosis Espinal**

Artículo informativo sobre la estenosis espinal en forma de pregunta y respuesta. Incluye información de la vida con estenosis y la función del reumatólogo en el tratamiento de la estenosis espinal.

<https://www.niams.nih.gov/es/informacion-de-salud/estenosis-espinal>

#### **Instituto Nacional de Artritis y Enfermedades Musculoesqueléticas y de la Piel: Estenosis espinal**

Contiene información general sobre estenosis espinal, incluidas las causas de la afección, los síntomas, el diagnóstico y los tratamientos, así como una lista de recursos adicionales.

<https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/trastornos-de-los-huesos,-articulaciones-y-musculos/dolor-lumbar-y-dolor-cervical/estenosis-vertebral-o-raquídea-lumbar>

### **Manual Merck: Estenosis vertebral (o raquídea) lumbar**

Información dirigida a los pacientes sobre la estenosis espinal lumbar. Existe un artículo dirigido a los profesionales de atención médica.

<https://medlineplus.gov/spanish/spinalstenosis.html>

#### **Medline Plus: Estenosis espinal**

Medline Plus ofrece una descripción general de la estenosis espinal (incluidos síntomas, diagnóstico y tratamientos), así como vínculos a información sobre otras afecciones relacionadas e investigación.

<https://www.spine-health.com/espanol/estenosis-raqu-dea>

#### **Spine-Health.com: Estenosis raquídea**

Spine-Health provee información sobre la estenosis espinal y opciones de tratamiento. La página web incluye videos y entradas a blogs.

<https://www.spineuniverse.com/espanol/estenosis-espinal/causas-estenosis-espinal>

#### **SpineUniverse**

SpineUniverse provee información sobre la estenosis espinal y opciones de tratamiento. La página web incluye videos, artículos, un foro de la comunidad y listas de doctores.

La información en este mensaje es presentada con el propósito de educarle e informarle sobre la parálisis y sus efectos. Nada mencionado en este mensaje debe ser tomado como un diagnóstico o tratamiento médico. No debe reemplazar las instrucciones de su doctor o proveedor de salud. Si tiene preguntas sobre su salud por favor llame o visite a su doctor o proveedor de salud calificado inmediatamente. Siempre consulte con su doctor o proveedor de salud antes de comenzar un nuevo tratamiento, dieta o programa de bienestar. Nunca reemplace los consejos de su doctor o deje de buscar atención médica por algo mencionado en este mensaje.

Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL), del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de los Estados Unidos, como parte de un premio de asistencia financiera por un total de 8,700,000 dólares, financiado en un 100 por ciento por la ACL/HHS. El contenido es de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de la ACL/HHS o del Gobierno de los Estados Unidos, ni su respaldo.