

## BLOG

### El dolor de cuello.

#Cabeza, cuello y miembros superiores #Tratamiento del dolor y medicina regenerativa

30/08/2016



El **dolor de cuello o cervicalgia** es un problema de salud frecuente. Tal es así que las investigaciones muestran que **entre el 30 al 40% de la población** presentará un episodio de dolor cervical en algún momento de su vida. También se conoce que en un tercio de los pacientes los síntomas persisten por más de 6 meses o son de carácter recidivante. El dolor cervical es más frecuente en las mujeres, en personas de más de 45 años, en aquellas que han sufrido un *"latigazo cervical"* (por ejemplo, luego de un accidente automovilístico) y en aquellos individuos que están sometidos a un estrés psíquico y emocional.

Este problema es una causa significativa de ausentismo laboral y escolar y, por todo esto, de pérdidas económicas para la sociedad. Las personas que sufren de estos dolores encuentran disminuida su calidad de vida, concurren a múltiples consultas, prueban todo tipo de medicación y, en ocasiones, pueden deprimirse al no hallar alivio.

Otro punto crucial es que **estudios de investigación han demostrado que existe poca correlación entre los hallazgos de las imágenes y la sintomatología de los pacientes**. Es así, que si bien es frecuente encontrar "hernias de disco" en las imágenes de resonancia, las mismas poco tienen que ver, en la mayor parte de los casos, con la sintomatología de los pacientes. Es más frecuente que los dolores se relacionen más a estructuras miofasciales, tendinosas y ligamentarias, que se detectan con una buena entrevista clínica y examen físico.

La clave del tratamiento es la detección de qué es lo que genera la sobrecarga muscular, tendinosa y/o ligamentaria, para poder dirigir el tratamiento. Por ejemplo, es útil modificar la altura del monitor de la

computadora (medidas de ergonomía) y enseñar ejercicios de elongación y de estabilización cervical. También puede añadirse al equipo de trabajo la **asistencia kinésica**. En ocasiones, cuando el dolor es crónico y no remite con medidas simples puede requerir un “tratamiento de reparación” de estructuras ligamentarias y tendinosas dañadas. Aquí, las técnicas que nos ofrece la **Medicina Regenerativa Intervencionista como la Proloterapia y Ortobiológicos (PRP y concentrados de médula ósea -BMAC)**, cobran singular importancia.

### **Bibliografía**

1. Juan García E et al. Cervicalgia. En Rehabilitación Intervencionista. Fundamentos y Técnicas. Ed. Océano. 2013.2. Travell & Simons Myofascial Pain & Dysfunction: the trigger point manual. 2002.3. Hackett GS. Ligament and Tendon Relaxation Treated by Prolotherapy. 2008.4. Laimi et al. Adolescent cervical disc degeneration in MRI does not predict adult headache or neck pain: A 5-year follow-up of adolescents with and without headache. Cephalalgia 2014;0(0):1-7.

---

*Autor: Emilio Augusto Pastor*

*Médico especialista en Clínica Médica (UNR). Director del Programa de Formación en Medicina Intervencionista Regenerativa Osteomioarticular (MIRO).*

---

Copyright © 2025 - [www.ideasmedicas.com](http://www.ideasmedicas.com)