



## 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

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

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

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.

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

<https://rheumatology.org/patients/estenosis-espinal>

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

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

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

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

[https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/trastornos-de-los-huesos,-articulaciones-y-músculos/dolor-lumbar-y-dolor-cervical/estenosis-vertebral-o-raquídea-lumbar](https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/trastornos-de-los-huesos,-articulaciones-y-musculos/dolor-lumbar-y-dolor-cervical/estenosis-vertebral-o-raquidea-lumbar)

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

**Medline Plus: Estenosis espinal**

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

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.

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

<https://www.spine-health.com/es/condiciones/estenosis-raquidea>

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

**HealthCentral**

<https://www.healthcentral.com/espanol/estenosis-espinal/causas-estenosis-espinal?legacy=spu>

HealthCentral ofrece 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 10 000 000 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.