

## CIFOSIS

### COLUMNA SANA

Una espina sana se curva para posicionar la cabeza directamente sobre las caderas



### COLUMNA AFECTADA POR LA CIFOSIS

Como las vértebras colapsan, la espina se curva hacia delante en forma anormal. La espalda parece encorvada.

Los hombros pueden redondearse



### Descripción general

Esta curvatura anormal de la columna es una deformación causada por enfermedades o por daños en las vértebras.

### Cómo se forma

La cifosis tiene varias causas. La mala postura afloja los ligamentos de la columna, haciendo que se desarrolle una curvatura con el tiempo. Las enfermedades o daños físicos en los huesos de la columna pueden debilitar y hacer que colapsen las vértebras, causando una curvatura en la columna. Las enfermedades que comúnmente causan esta condición incluyen la osteoporosis, la enfermedad de Scheuermann, la enfermedad de Pott o los tumores en la columna.

### Síntomas

En la mayor parte de los casos, el único síntoma puede ser la leve aparición de una joroba en la parte superior de la espalda. Si la cifosis es severa, la persona puede presentar dolores en el cuello y en la parte inferior de la espalda. Sólo un médico utilizando rayos X puede hacer un diagnóstico acertado.

### Tratamiento

La mayoría de la gente con cifosis no necesita tratamiento. Los riesgos pueden limitarse incrementando el consumo de calcio, haciendo ejercicio y levantando peso para fortalecer los huesos. Si se necesita una intervención, un aparato ortopédico puede prevenir una mayor curvatura en niños en edad de crecimiento. En algunos casos, la cirugía de fusión espinal puede enderezar y estabilizar la espina dorsal.