

## ESPONDILOLISTESIS



### DEFINICIÓN

---

Se denomina espondilolistesis al desplazamiento de una vértebra sobre otra contigua. Cuando este se produce hacia adelante hablamos de anterolistesis, y si es hacia atrás, de retrolistesis.

En su mayor parte se localiza en el intervalo vertebral L5 - S1 (5ª vértebra lumbar y 1ª vértebra del sacro). Aunque también aparece entre L4 L5, sobre todo cuando existe una **sacralización** de la 5ª vértebra lumbar.



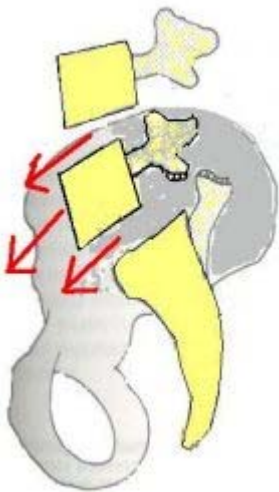
### CAUSAS

---

Quando existe **espondilolisis** y la zona se ve afectada por un traumatismo directo, puede conducir a la **espondilolistesis**, por fractura de la lámina que une las articulaciones facetarias en las apófisis espinosas.

O bien cuando se somete el cuerpo a repetidas flexiones de tronco, mediante entrenamientos fuertes y repetitivos, deportes de contacto como el judo, etc.

Todos estos factores hace que aumente la lordosis lumbar o **hiperlordosis**.



### SÍNTOMAS

---

Se producen los siguientes síntomas.

- Dolores intensos a modo de lumbalgias (lumbago) y ciatalgias (ciática)
- A veces se produce una compresión nerviosa por posible hernia discal debido al desplazamiento vertebral



## DIAGNÓSTICO

---

Mediante radiografías o resonancia magnética nuclear, recomendado por el especialista competente, cuando exista sospecha de esta lesión, por las continuas recidivas o recaídas de lumbalgias o ciáticas.



## TRATAMIENTO

---

El tratamiento es igual al realizado cuando se detecta una espondilolisis.

Una vez diagnosticada la espondilolistesis, se procede a realizar un tratamiento **conservador**:

- Corrección de la postura hiperlordótica
- No realizar ningún trabajo muscular intenso ni muy repetitivo
- Perder peso
- No coger elementos pesados
- En fisioterapia, están indicados: la termoterapia, el masaje descontracturante de la musculatura lumbar y glúteos (siempre con cojín debajo del abdomen para compensar la lordosis lumbar)
- Muy importante no realizar manipulaciones vertebrales
- Si se realizan tracciones, deben estar siempre supervisadas por el médico especialista competente.

Si el tratamiento es quirúrgico, cada vez menos frecuente: se realiza una artrodesis (laminectomía con corrección de la hernia de disco producida por el desplazamiento del cuerpo vertebral).