

---

## TIEMPOS

---

El bloqueo facetario no es en si un tratamiento, es una ayuda que el tratante otorga para desinflamar la columna, quitar el dolor y permitir realizar un buena kinesiología y estabilización muscular.

Los primeros días después del bloqueo a veces aumenta un poco el dolor, es por esto que su tratante indicará analgésicos durante este primer periodo.

La disminución del dolor no es inmediato, es progresivo en el tiempo.

El corticoides demora entre 4 a 6 semanas en desinflamar la columna.

Re-estabilizar la columna y ganar masa muscular demora al menos 6 meses.



### *Cirujanos de Columna:*

Dra. Karen Weissmann M.

Dr. Carlos Huaiquilaf S.

Dr. Marcelo Costa T.

Dr. Sebastián Lopez B.

### *Traumatología Infantil y Ortopedia:*

Dra. Francoise Descazeaux A.

### *Traumatología Adulto:*

Dr. Diego Alvarez C.

### *Kinesiólogos:*

Kgla. Paola Torres G.

Kglo. Nicolás Cubillos M.

Kgla. Maria Paz Aguilera F.

### *Enfermera:*

EU Camila San Martín C.

EU Daniela Ocares S.

### *Correo Electrónico:*

**[equipocolumnass@gmail.com](mailto:equipocolumnass@gmail.com)**

### *Página Web:*

**<http://www.santiagospine.cl>**

---

## SÍNDROME FACETARIO

---

*El dolor lumbar fluctúa entre el 60 y el 90% de la población y es causa frecuente de incapacidad en menores de 45 años.*



## CONSIDERACIONES

---

El bloqueo facetario es un procedimiento de bajo riesgo y ambulatorio.

Post bloqueo es fundamental iniciar rápidamente la fisioterapia, salvo que su medico indique lo contrario

El tiempo de reposo laboral es 21 días.

Una vez completado su tratamiento es fundamental realizar actividad física de manera constante (al menos 2 a 3 veces por semana), mantener el peso, postura y un buen estilo de vida, los deportes recomendados son:

*Natación (Solo crawl y espalda), Pilates, Algunos tipos de Yoga, Gimnasio, Bicicleta, Entrenamiento funcional, Zumba.*

Deportes de impacto se recomiendan una vez estabilizada la columna.

### **Laboral:**

No mantener una posición fija mas de 1 hora.  
Revisar la ergonometría del lugar de trabajo

## BLOQUEO FACETARIO

---

A pesar del pequeño tamaño de las facetas articulares, estas pueden llegar a soportar hasta un 70% del peso del cuerpo.

### **¿Qué es el Síndrome Facetario Lumbar?**

Es la inflamación de las articulaciones facetarias que ocasionan un dolor intenso, limitando ciertos movimientos.

### **¿Que síntomas ocasiona este Síndrome?**

Dolor de espalda que se irradia a la cara posterior de las pierna, hasta la rodilla, que aumenta al mantenerse en una posición fija por periodos prolongados y con los cambios de posición. Puede sentir dolor y aumento de volumen al tocar la espalda baja

### **¿Cuáles son las causas de este Síndrome?**

- Falta de actividad física
- Sobrepeso
- Stress
- Cambios degenerativos normales de la columna

### **¿Porqué debo hacerme un Bloqueo Facetario?**

Existen dos tipos de bloqueos:

- Los bloqueos diagnosticos son procedimientos de bajo riesgo que ayudan a determinar si la articulación es o no, la fuente del dolor.
- Los bloqueos terapéuticos: consisten en colocar un corticoide (un potente antiinflamatorio) junto con un anestésico en la articulación facetaria que está inflamada.

A menudo se acompaña el bloqueo facetario de un bloqueo **peridural**: o sea un corticoide en el espacio epidural, donde están las raíces nerviosas, que también pueden estar produciendo dolor

### **¿Como se realiza un Bloqueo Facetario?**

El paciente permanecerá bajo sedación y anestesia local. Es un procedimiento relativamente corto (30 min aproximadamente). En un primer tiempo el anestesista realiza el bloqueo peridural y luego el cirujano el bloqueo facetario, que puede ser con corticoides y/o radiofrecuencia