

Institutos Nacionales de la Salud / Biblioteca Nacional de Medicina

[Página Principal](#) → [Enciclopedia médica](#) → Cuidados quiroprácticos para el dolor de espalda

Dirección de esta página: //medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000416.htm

Cuidados quiroprácticos para el dolor de espalda

La atención quiropráctica es una forma de tratar problemas de salud que afectan los nervios, los músculos, los huesos y las articulaciones del cuerpo. Un proveedor de atención médica que ofrece este tipo de atención se llama quiropráctico.

Los ajustes manuales de la columna vertebral, llamados manipulación de la columna, son la base del cuidado quiropráctico. La mayoría de los quiroprácticos también utilizan otros tipos de tratamientos.

¿Qué sucede durante una visita a un quiropráctico?

La primera visita en la mayoría de los casos dura de 30 a 60 minutos. El quiropráctico preguntará sobre sus metas para el tratamiento y su historia clínica. Le preguntarán acerca de:

- Lesiones y enfermedades pasadas
- Problemas de salud actuales
- Cualquier medicamento que esté tomando
- Estilo de vida
- Dieta
- Hábitos de sueño
- Ejercicio
- Estrés mental que pueda tener
- Consumo de alcohol, drogas o tabaco

Coméntele a su quiropráctico acerca de cualquier problema físico que pueda tener y que le dificulte la realización de ciertas tareas. También coméntele si presenta algún entumecimiento, hormigueo, debilidad o cualquier otro problema neurológico.

Después de preguntarle acerca de su salud, el quiropráctico le hará un examen físico. Esto incluye pruebas de la movilidad de la columna vertebral (qué tan bien se mueve la columna). El quiropráctico también puede hacer algunos exámenes, como revisar la presión arterial y tomar radiografías. Estos exámenes buscan problemas que pueden estar aumentando su dolor de espalda.

El tratamiento comienza en la primera o segunda consulta en la mayoría de los casos.

- Se le puede pedir que se recueste sobre una mesa especial, donde el quiropráctico realiza las manipulaciones de la columna vertebral.
- El tratamiento más común es la manipulación que el quiropráctico hace con la mano. Consiste en mover una articulación de la columna vertebral hasta el máximo de su rango, seguido de una compresión ligera. Esto con frecuencia se llama "ajuste". Esto realinea los huesos de la columna vertebral para situarlos en una mejor posición.
- El quiropráctico también puede realizar otros tratamientos, como masajes y otros trabajos en los tejidos blandos.

Algunas personas quedan un poco adoloridas, rígidas y cansadas durante unos días después de la manipulación. Esto se debe a que su cuerpo se está ajustando a su nueva alineación. Usted no debe sentir ningún dolor a raíz de la manipulación.

¿Cuántos tratamientos necesitará?

En la mayoría de los casos, se necesita más de una sesión para corregir un problema. Los tratamientos generalmente duran varias semanas. El quiropráctico puede sugerir 2 o 3 sesiones cortas a la semana al principio. Estas sesiones solo durarían unos 10 a 20 minutos cada una. Una vez que usted empieza a mejorar, el tratamiento puede ser solo una vez por semana. Usted y su quiropráctico hablarán sobre la eficacia del tratamiento con base en las metas planteadas en la primera sesión.

¿Qué afecciones trata mejor el quiropráctico?

El tratamiento quiropráctico es más efectivo para:

- El dolor de espalda subagudo (el dolor que ha estado presente durante 3 meses o menos)
- Reagudizaciones del dolor de espalda crónico (prolongado)
- Dolor en el cuello

¿Quién no debe recibir tratamiento con un quiropráctico?

Las personas no deben recibir tratamiento quiropráctico en las partes de sus cuerpos afectadas por:

- Fracturas o tumores óseos
- Artritis grave
- Infecciones de huesos o articulaciones

- Osteoporosis (adelgazamiento de los huesos) grave
- Nervios pinzados gravemente con entumecimiento, hormigueo, y debilidad en sus brazos y pies

En muy pocas ocasiones, la manipulación del cuello puede dañar los vasos sanguíneos o causar accidentes cerebrovasculares. Igualmente es muy poco frecuente que la manipulación pueda empeorar la afección, pero puede hacerlo. Sin embargo, el proceso de evaluación que su quiropráctico hace en su primera consulta tiene como propósito ver si usted podría estar en alto riesgo de estos problemas. Asegúrese de informarle al quiropráctico todos sus síntomas y antecedentes médicos. Si usted tiene un riesgo alto, su quiropráctico no realizará la manipulación del cuello.

Referencias

Atchison JW, Tolchin RB, Ross BS, Eubanks JE. Manipulation, traction, and massage. In: Cifu DX, ed. *Braddom's Physical Medicine and Rehabilitation*. 6th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2021:chap 16.

Lemmon R, Roseen EJ. Chronic low back pain. In: Rakel D, ed. *Integrative Medicine*. 4th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2018:chap 67.

Puentedrúa LE. Spinal manipulation. In: Giangarra CE, Manske RC, eds. *Clinical Orthopaedic Rehabilitation: A Team Approach*. 4th ed. Philadelphia, PA: Elsevier; 2018:chap 78.

Última revisión 7/28/2021

Versión en inglés revisada por: C. Benjamin Ma, MD, Professor, Chief, Sports Medicine and Shoulder Service, UCSF Department of Orthopaedic Surgery, San Francisco, CA. Also reviewed by David Zieve, MD, MHA, Medical Director, Brenda Conaway, Editorial Director, and the A.D.A.M. Editorial team.

Traducción y localización realizada por: DrTango, Inc.

Conozca cómo citar esta página



A.D.A.M., Inc. está acreditada por la URAC, también conocido como American Accreditation HealthCare Commission (www.urac.org). La acreditación de la URAC es un comité auditor independiente para verificar que A.D.A.M. cumple los rigurosos estándares de calidad e integridad. A.D.A.M. es una de las primeras empresas en alcanzar esta tan importante distinción en servicios de salud en la red. Conozca más sobre la [política editorial](#), el [proceso editorial](#) y la [poliza de privacidad](#) de A.D.A.M. A.D.A.M. es también uno de los miembros fundadores de la Junta Ética de Salud en Internet (*Health Internet Ethics*, o *Hi-Ethics*) y cumple con los principios de la Fundación de Salud en la Red (*Health on the Net Foundation*: www.hon.ch).

Health Content Provider
06/01/2025

La información aquí contenida no debe utilizarse durante ninguna emergencia médica, ni para el diagnóstico o tratamiento de alguna condición médica. Debe consultarse a un médico con licencia para el diagnóstico y tratamiento de todas y cada una de las condiciones médicas. En caso de una emergencia médica, llame al 911. Los enlaces a otros sitios se proporcionan sólo con fines de información, no significa que se les apruebe. © 1997-2023 A.D.A.M., Inc. Se prohíbe estrictamente cualquier duplicado o distribución sin autorización de la información aquí contenida. Para obtener información adicional visite [Vinculación y uso de contenido de MedlinePlus](#).



National Library of Medicine 8600 Rockville Pike, Bethesda, MD 20894 U.S. Department of Health and Human Services

National Institutes of Health