

Clasificación clínica del dolor cervical en fisioterapia basada en evidencia

Subgrupo 1: Dolor cervical con movilidad reducida

Descripción: Dolor cervical sin irradiación que limita la movilidad articular. La evidencia apoya el uso combinado de movilización espinal y ejercicio para mejorar la amplitud de movimiento y reducir el dolor.

Signos y síntomas clave:

- *Movimiento limitado en flexión, extensión o rotación.*
- *Hipomovilidad segmentaria en evaluación manual.*
- *Dolor localizado sin síntomas neurológicos.*

Intervención recomendada: Movilización/manipulación junto a ejercicios de control motor.

Subgrupo 2: Dolor cervical con disfunción del control motor

Descripción: Dolor cervical crónico con alteración en la activación de músculos profundos y coordinación, sin compromiso neurológico.

Signos y síntomas clave:

- *Disfunción del control postural y muscular (CCFT alterado).*
- *Dolor al mantener posturas prolongadas.*
- *Desequilibrio entre musculatura superficial y profunda.*

Intervención recomendada: Reeducción motora específica y fortalecimiento de musculatura profunda con feedback.

Subgrupo 3: Dolor cervical con irradiación radicular

Descripción: Dolor irradiado hacia el brazo, acompañado de signos neurológicos (parestias, debilidad).

Signos y síntomas clave:

- *Dolor radicular, parestias, alteraciones sensitivas o motoras.*
- *Test de Spurling positivo, reducción de reflejos.*
- *Posible compresión discal o estenosis foraminal.*

Intervención recomendada: Ejercicio + tracción manual o mecánica. Movilización neural y ejercicios específicos.

Subgrupo 4: Cefalea cervicogénica

Descripción: Cefalea unilateral originada en estructuras C1-C3.

Signos y síntomas clave:

- *Cefalea relacionada con movimiento cervical.*
- *Disfunción segmentaria alta, test de flexión-rotación alterado.*
- *Mejora con técnicas manuales cervicales altas.*

Intervención recomendada: Técnicas manuales (NAGS/SNAGS) + ejercicios de control motor cervical alto.

Subgrupo 5: Dolor cervical post-latigazo (WAD)

Descripción: Dolor tras trauma, con hipersensibilidad central y miedo al movimiento.

Signos y síntomas clave:

- *Dolor difuso, sensibilidad aumentada, kinesiofobia.*
- *Disminución de control motor.*
- *Alteración del sueño y estado emocional.*

Intervención recomendada: Enfoque multimodal: educación, ejercicio postural y control motor. Evitar collarines.

Subgrupo 6: Dolor cervical inespecífico o no clasificado

Descripción: Dolor cervical sin signos neurológicos claros ni trauma reciente.

Signos y síntomas clave:

- *Dolor y rigidez sin déficit neurológico.*
- *A menudo asociado a malas posturas mantenidas o estrés.*

Intervención recomendada: Ejercicio activo, educación y técnicas de movilización moderada.