

Dolor miofascial

¿Qué es el dolor miofascial?

El dolor miofascial es el dolor y la inflamación de los tejidos blandos del cuerpo. Afecta a los músculos y el tejido conectivo que los recubre (se denomina fascia). El dolor miofascial puede presentarse en un solo músculo o en un grupo de músculos. Sin tratamiento, el dolor miofascial no desaparece. Puede empeorar.

¿Cuáles son las causas del dolor miofascial?

El dolor miofascial aparece con el transcurso del tiempo. Las causas más comunes son las siguientes:

- Movimientos repetitivos que se usan en los trabajos o pasatiempos
- Tensión muscular relacionada con el estrés
- Una lesión o distensión en un músculo, grupo de músculos, ligamento o tendón
- Fatiga general
- Condiciones médicas, como dolor en la región lumbar o irritación estomacal
- Falta de actividad

Dolor irradiado

En algunos casos, las áreas donde la persona siente dolor pueden no ser las áreas donde hay lesión muscular. Una lesión o distensión en un área del cuerpo puede provocar la formación de un punto neurálgico, que causa dolor en otras áreas. Esto se denomina dolor irradiado.

¿Cuáles son los síntomas del dolor miofascial?

Generalmente, el dolor miofascial afecta a puntos sensibles específicos del cuerpo, que provocan dolor o espasmos musculares. El dolor puede empeorar debido a la actividad o el estrés. En algunos casos, las personas con dolor miofascial también tienen depresión y fatiga.

¿Cómo se diagnostica?

Su médico identificará los puntos desencadenantes. Son áreas sensibles del cuerpo que causan dolor cuando se aplica presión. Un punto desencadenante por lo general provoca dolor en un área que es más grande que el mismo punto desencadenante.

¿Cómo se trata?

Existen varias maneras de tratar el dolor miofascial:

- Fisioterapia
- Terapia de masajes
- Técnicas de relajación
- Inyecciones en los puntos neurálgicos

Algunos pacientes necesitan más de un tratamiento. Los medicamentos también pueden ayudar con los problemas que causa el dolor miofascial, como problemas para dormir y depresión.

Servicio de Apoyo y Supervivencia de Oncología (SOS)

El servicio de SOS de Huntsman Cancer Institute (HCI) brinda apoyo para los pacientes con cáncer, incluso ayuda para el manejo del dolor y otros síntomas o preocupaciones.

Los especialistas de diversas clínicas y programas de HCI forman parte del servicio de SOS:

- Clínica de Apoyo de Oncología
- Centro de Bienestar y Salud Integral Linda B. y Robert B. Wiggins
- Apoyo a pacientes y familias (trabajadores sociales)
- Servicios espirituales (capellán)

Si tiene preguntas o inquietudes, llame a Servicio de SOS al 801-213-4246, de lunes a viernes de 8:00 a.m. a 4:00 p.m.