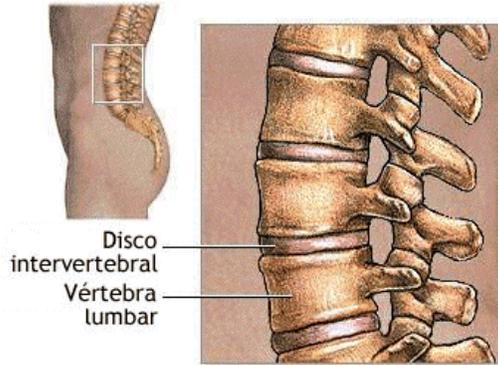


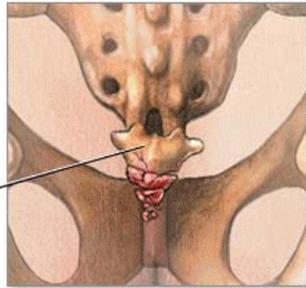
Vértebras lumbares



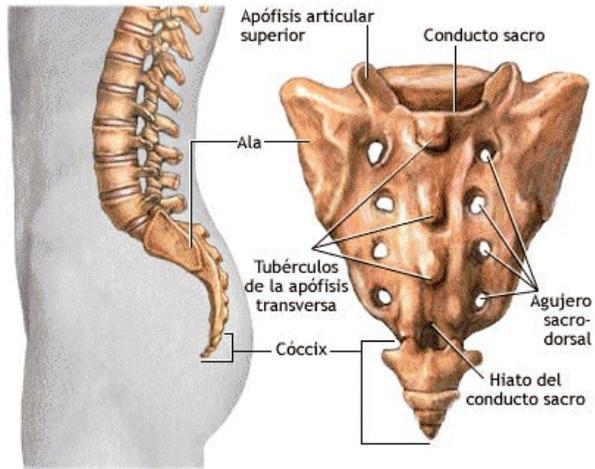
Hay cinco vértebras lumbares ubicadas en la parte baja de la espalda. Estas vértebras son las que reciben la mayor presión y son la porción de la espalda que soporta peso. Las vértebras lumbares son las que permiten movimientos tales como flexión y extensión y algunas flexiones laterales.



Cóccix



Sacro



El sacro es una estructura ósea en forma de escudo que está localizada en la base de las vértebras lumbares. Está conectado a la pelvis, forma la pared pélvica posterior y fortalece y estabiliza la pelvis. Unidas en el mismo extremo del sacro, se encuentran de 2 a 4 vértebras pequeñas y parcialmente fusionadas conocidas como el cóccix o "hueso de la cola" que brinda un leve soporte a los órganos pélvicos, pero realmente es un hueso de poco uso.

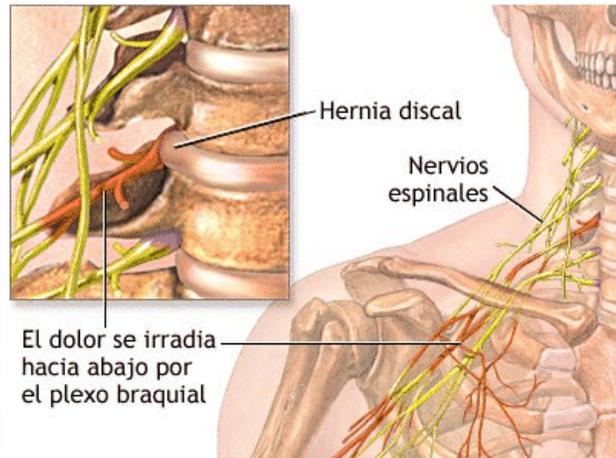
El cóccix es el hueso pequeño que se encuentra en la punta inferior de la columna vertebral. La causa más común de lesión al cóccix es una caída de espaldas sobre una superficie dura, tal como un piso resbaloso o hielo.

Vértebras cervicales



Hay siete vértebras cervicales que están localizadas en el cuello. Éstas son las vértebras más pequeñas y livianas de la columna vertebral.

Dolor cervical



Las vértebras de la columna están separadas por discos cartilagosos llenos de una sustancia gelatinosa que brinda amortiguación a la columna espinal. Dichos discos se pueden salir de su lugar o romperse debido a trauma o distensión, especialmente si se han presentado cambios degenerativos en ellos. Cuando un disco se sale de su lugar, las raíces nerviosas (nervios grandes que se ramifican desde la médula espinal) pueden resultar comprimidas, ocasionando síntomas neurológicos como dolor y cambios sensoriomotores.

Cifosis

Columna con cifosis



Columna normal



La cifosis es la curvatura de la columna vertebral que causa un arqueamiento de la espalda, lo que conlleva a una postura jorobada

Escoliosis

Columna escoliótica



Columna normal



Signos de la escoliosis

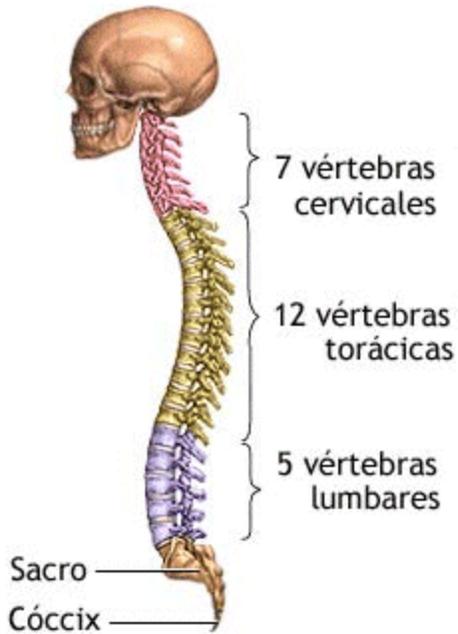
Hombros desnivelados

Curvatura de la columna

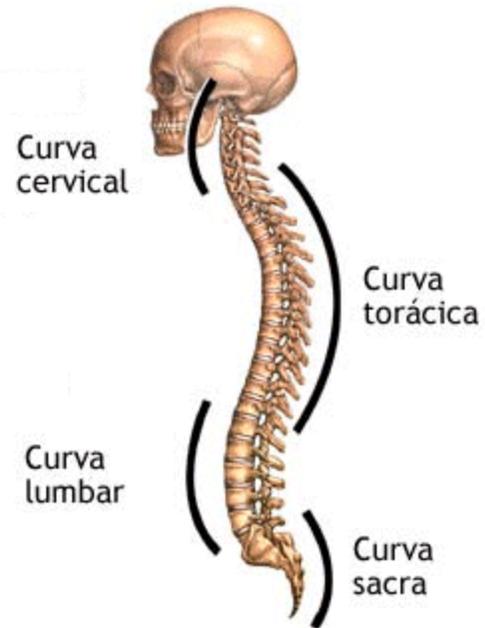
Caderas desniveladas



La curvatura anormal de la columna vertebral se llama escoliosis



Curvaturas de la columna



Hay cuatro curvaturas naturales en la columna vertebral: cervical, torácica, lumbar y sacra. Las curvaturas junto con los discos intervertebrales, ayudan a absorber y distribuir el esfuerzo que se presenta por las actividades diarias como caminar o por actividades más intensas tales como correr y saltar.

Cambios en la columna por envejecimiento

Persona joven



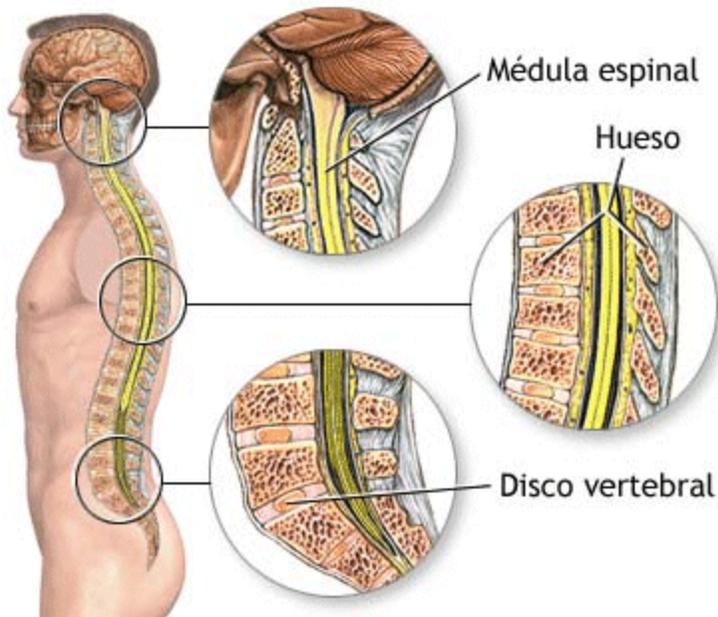
Persona mayor



Curvatura vertebral normal

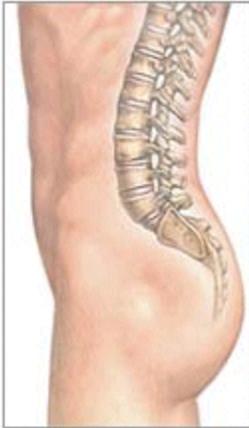
Curvatura vertebral deteriorada por cambios óseos v discales

La columna vertebral se debilita con el envejecimiento y se hace más curva y frágil.



Lordosis

Columna vertebral normal



Lordosis de la columna vertebral



Curvatura lumbar exagerada

La lordosis es la excesiva curvatura de la porción lumbar de la columna, la cual da una apariencia inclinada hacia atrás.