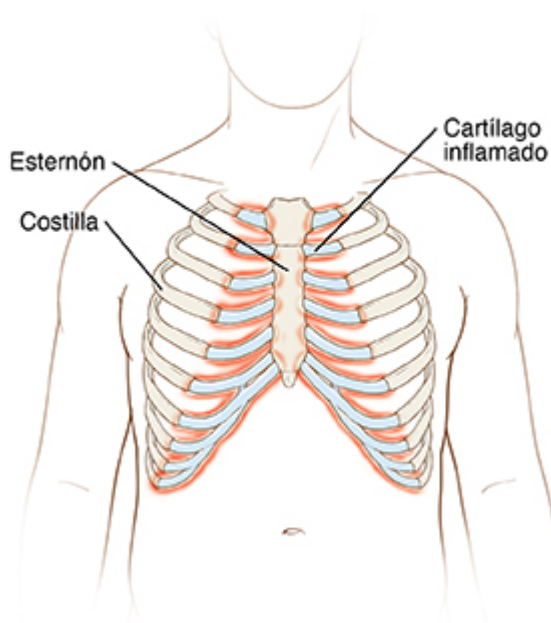


Costocondritis

La costocondritis es una inflamación de una costilla o del cartílago que une la costilla con el esternón. Causa dolor y puede provocar un dolor de pecho que puede ser agudo o continuo, o sentirse como una presión. El dolor puede empeorar al respirar profundo, moverse o hacer ejercicio. En algunos casos, el dolor se confunde con un ataque al corazón. Pero no es una afección grave. Siga leyendo para aprender más sobre esta afección y saber cómo se puede tratar.



¿Cuál es la causa de la costocondritis?

No se conoce con certeza la causa. Puede ser producida por una lesión o una infección en el pecho o por un ataque de tos. Algunas actividades físicas pueden ocasionar costocondritis. Es posible que las mujeres de senos grandes corran más riesgo de contraer esta afección. Por lo general, la causa se desconoce.

Diagnóstico de la costocondritis

No hay ninguna prueba para la costocondritis. La afección se diagnostica según los síntomas que tenga. El proveedor de atención médica le hará una exploración física. Le preguntará sobre sus síntomas y le examinará el pecho para ver si hay zonas adoloridas. En algunos casos, se realizan pruebas para descartar problemas más graves. Estas pruebas pueden incluir radiografías de tórax, TC o ECG.

Tratamiento de la costocondritis

Si se descubre una causa, se puede dar el tratamiento que probablemente aliviará el problema. Con frecuencia, la costocondritis desaparece por sí sola. La evolución de la afección varía de una persona a otra. Generalmente dura de semanas a meses. En algunos casos, los síntomas leves continúan durante meses o años. Cómo aliviar los síntomas:

- Tome los medicamentos como le indiquen. Eso calmará el dolor y la hinchazón. A menudo se recomienda el ibuprofeno u otros antiinflamatorios no esteroideos (AINE).

En algunos casos, es posible que tenga que tomar medicamentos recetados, como relajantes musculares.

- Evite las actividades que provocan tensión en la zona del pecho o de la columna vertebral.
- Aplique una almohadilla térmica (ajustada a calor tibio, no alto) en el esternón varias veces al día.
- Realice ejercicios de elongación según le hayan indicado.

Cuándo llamar al proveedor de atención médica

Llame al proveedor de atención médica de inmediato si tiene alguno de estos síntomas:

- Dolor que no se alivia con los medicamentos
- Falta de aire
- Aturdimiento, mareos o desmayo
- Sensación de tener ritmo cardíaco irregular o acelerado

Cualquier persona con dolor de pecho debe consultar con un proveedor de atención médica, especialmente aquellos que son mayores y pueden tener riesgo de enfermedades cardíacas.