

Tema Central: Ciática

La ciática describe el dolor, debilidad, hormigueo o adormecimiento que tal vez sientas en la espalda, un glúteo, la pierna o el pie.

El nervio ciático es el nervio más grande del cuerpo.

Está formado por las raíces del nervio que se origina de la médula espinal en la parte baja de la espalda.

El nervio corre a lo largo del glúteo, y luego se divide hacia la parte trasera de la pierna, el tobillo y el pie.

La ciática sucede cuando hay presión o irritación en una parte del nervio o la raíz del nervio.

Esto puede ser a causa de una hernia de disco, cuando parte o todo el disco espinal pone presión en una parte debilitada de la espina dorsal.

La ciática normalmente mejora y desaparece con el tiempo.

Al inicio, tal vez tu doctor sugiera opciones de tratamiento como ejercicios, medicina sin receta médica y el uso de calor o frío para aliviar el dolor. Tal vez indique terapia física.

Para aprender más sobre la ciática consulta con tu doctor.