



## **INCIDENCIA DE PROBLEMAS LUMBARES EN DOCENTES ODONTÓLOGOS DE LA FACULTAD DE ODONTOLOGÍA DE LA UMSNH**

GABRIELA LOPEZ TORRES<sup>1</sup>, BERENICE ALCALÁ MOTA VELAZCO<sup>1</sup>, PAOLA ELIUTH TENA NÚÑEZ<sup>1</sup>, MARCELA LÓPEZ ROMERO<sup>1</sup> y BENJAMIN PLASCENCIA ESTRADA<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. gabriela.lopez.torres@umich.mx

La lumbalgia se define como un problema de salud, sobre todo en países industrializados. Su prevalencia se sitúa alrededor de 70-80%, produciéndose un pico entre los 35 y 55 años<sup>1</sup>. El problema lumbar o lumbalgia se define como el dolor en la región lumbar o sacra. Hay factores predisponentes como edad, sexo, índice de masa corporal, desequilibrio muscular, fuerza muscular, condiciones socioeconómicas, presencia de otras enfermedades y los factores laborales<sup>2</sup>. Las alteraciones lumbares causan molestia localizada o irradiada, cuyo dolor puede llegar a ser fuerte y provocar síndromes crónicos<sup>3</sup>. La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que 37% del dolor de espalda es atribuido a factores de riesgo ocupacionales y considera a la lumbalgia como una de las principales causas de ausentismo<sup>2</sup>. La estomatología es una profesión especialmente proclive al padecimiento de molestias músculo esqueléticas, que son el resultado de un deterioro progresivo relacionado con la acumulación de microtraumatismos relacionados con posturas forzadas mantenidas y movimientos repetitivos frecuentes<sup>4</sup>. En este estudio participaron 66 docentes odontólogos la Facultad de Odontología de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Con el propósito de conocer la incidencia de problemas lumbares, en los participantes que aceptaron colaborar con la investigación, se les aplicó una encuesta que constó de 20 preguntas encaminadas a la identificación del problema. Los resultados del estudio mostraron que el 31.8% de los participantes presenta sintomatología lumbar, 57.5% se perciben con sobrepeso y 18% con obesidad, 33% se consideran sedentarios, 18% practican deporte, 60.6% presentan algún tipo de lumbalgia, 42.4% de ellos consideran que no adquieren una postura adecuada al momento ejercer la profesión, 27,2% sienten la necesidad de cambiar de posición después de un tiempo, pero solo en 22% se modifica el dolor con el cambio de postura, en 43.9% casos el dolor se irradia a media espalda, 19.6% han recibido algún tipo de tratamiento en los últimos 6 meses y 9% han presentado en algún momento un dolor incapacitante. Con base en los hallazgos obtenidos en esta investigación, se concluye que el ejercicio de la profesión odontológica propicia una mayor tendencia a problemas lumbares.

1 Valle Calveta, M., y Olivé Marqués, A. (2010, September). Signos de alarma de la lumbalgia. Seminarios de La Fundación Española de Reumatología, Elsevier, 24-27.

2 Pereira Gomes, L. G., Dias da Silva Garzedin, D., y Ferraz Dominguez, D. (2016). Impacto del lumbago en la calidad de vida de los trabajadores: una búsqueda sistemática. Salud de Los Trabajadores, 24(1), 59-62.

3 Ullrich, P. (2012). Síntomas, diagnóstico y tratamiento de la lumbalgia. Spine-Health.

4 Bermúdez Reinoso, P., Morales Fuentes, I. G., y Expósito Santana, L. E. (2020, November). Sistema de ejercicios personalizados: una necesidad de prevenir y tratar las afecciones en los estudiantes de estomatología en Villa Clara. 1-19.

Agradecimiento a los profesores participantes de la Facultad de Odontología de la UMSNH